



## 15+1 NEJ v životě Jany Hrabětové

**Chtěla jsem ji představit zase trochu jinak. Uznávanou historičku a etnografku, autorku mnoha publikací o Poděbradech, nesmírně vitální a úžasnou ženu. S mojí žádostí odpovědět mi na patnáct životních „nej“ Jana Hrabětová souhlasila.**

✍️ Připravila Monika Langrová  
Foto: Adéla Fialová a archiv  
J. Hrabětové

### 1. Nejhezčí vzpomínka z dětství

Pokud si vzpomínám, prožila jsem hezké dětství ve velké rodině, kde měl hlavní slovo do svých třiaosmdesáti let dědeček z matčiny strany, bývalý voják. Nejhezčí vzpomínky z této doby snad mám na Vánoce roku 1948, kdy jsem se chystala do první třídy. Po válce k nám každoročně ke konci roku přijížděli příbuzní z Prahy – dědova sestra, její syn a snacha, kteří byli s našimi vězňeni v německých lágrech. Večer se všichni sešli u jednoho stolu, vzpomínali, hráli karty a zpívali si jako předtím při nucené práci všelijaké známé lidové písně – Čechy krásné a Ta naše písnička česká. Já je moc ráda poslouchala a vybírala, co mají zpívat. V tom roce jsem pod stromečkem našla první aktovku, knížky, dětský psací stůlek a ocelový kožíšek. Překvapením a radostí jsem se dala do pláče, že jsem prý nebyla k utišení. Dodnes tu chvíli prožívám.

### 2. Nejdůležitější lidé v mém životě

Samozřejmě, že to jsou rodiče, ale v profesním životě musím nejdříve vzpomenout na bývalého ředitele poděbradského muzea, který mě tam v roce 1963 přijímal. Svatopluk Šebek byl mimořádná osobnost, polyhistor a všuměl, a ten mi hned od začátku dal

příležitost naučit se nejrůznějším dovednostem – přednášet, psát, malovat, fotografovat, dělat makety a kopie, seznámit se s regionální historií, národopisem, přírodou a osobně poznat řadu výjimečných osobností. Druhým byl můj druhý manžel Jiří Mareček, se kterým jsem se seznámila kolem roku 1980 v muzeu a prožila s ním šťastných skoro čtyřicet let. Pomohl mi dokončit školu, úspěšně rozjet přerovský skanzen, který jsem byla po škole donucena převzít, hmotně mě zabezpečil a hlavně ukázal mi velký kus světa.



Jana Hrabětová (vlevo) s ředitelem Svatoplukem Šebkem a historičkou Hanou Novákovou Kubálkovou v úplných začátcích působení v muzeu roku 1963

Po jeho odchodu se v mém životě objevil bývalý spolužák a má první láska Tomáš Přibyl, biochemik, který byl půl profesního života vědcem v endokrinologickém ústavu a pak manažerem ve farmaceutickém průmyslu. Lepšího konzultanta pro zdraví bych asi nenašla.

### 3. Nejzajímavější životní setkání

Za celý dlouhý život jsem se stále setkávala se zajímavými lidmi. Přemýšlím, koho z nich vybrat. Asi v roce 1969 tehdy ještě svobodného pana docenta Vladimíra Součka, šéfa katedry dějin Předního východu. Byl iniciátorem vzniku Muzea Bedřicha Hrozného v jeho rodné Lysé. Tamní městské muzeum bylo

pobočkou Polabského muzea a já dostala za úkol připravit novou expozici po technické stránce. Pan docent, přední specialista na klínopis, byl jeho žákem a velkým obdivovatelem a při obsahové přípravě s ním spolupracovala jeho žačka a budoucí manželka Jana Součková, později dlouholetá ředitelka Náprstkova muzea. Nezapomenu na poslední osobní setkání s ním v roce 1981 na chodbě filozofické fakulty před mými státnicemi. Po krátké konverzaci zmizel pan profesor v místnosti, kde byli zkoušející... Vzpomínám, jak zkoušky proběhly v pohodě a dobře dopadly.

### 4. Nejoblíbenější místo v Poděbradech

Mám tu více oblíbených míst a nevím, kterému dát přednost. Dřív jsem měla moc ráda některá romantická zákoutí v lázeňských parcích, jako byla japonská zahrádka, rozárium, pestré záhony s palmami a také husté zarostlé okolí „haviřského kostelíčka“ nebo lesní porost u restaurace v Oboře, který mi připadal jako kulisa z loutkového divadla. Teď je všechno vzorně upravené a uklizené. Romantiku už dávno nehledám, a tak logicky asi nejoblíbenějším místem je moje zahrádka s altánem a růžemi na Žižkově předměstí.

### 5. Nejmilejší ženská osobnost z historie města

Tady bez zaváhání řeknu, že je to paní doktorka Jarmila Hellichová, která provázela můj život prakticky od prvních měsíců života až do konce jejího života, který skončil v pozhnaném věku 97 let v roce 1986. Byla mým vzorem v mnoha směrech až na dvě

výjimky, její lásku ke cvičení, činnost v Sokole a praxi dětské lékařky, kterou musela provozovat ještě dlouho v důchodovém věku. V mnohém následovala svého otce Jana Hellicha, ať to byl zájem o historii rodného města, sbírání památek a obdivuhodná znalost místních poměrů, které ji zajímaly až do konce života – vždyť od roku 1926 prošly její ordinací všechny poděbradské děti, takže polovinu poděbradských obyvatel znala osobně. Věděla, že ke konci života podobně jako její otec oslepne, a tak se stačila naučit poslepu psát na stroji všemi deseti. Bez zraku vznikly nejen její paměti lékařky, ale i mnoho dalších vzpomínkových článků. V posledních deseti letech života, kdy jsem mimo jiné také psala diplomku o národním obrození v Poděbradech, mi tolik pomohla, že mi ji hned uznali jako disertační práci. Chodila jsem k ní na čaj každé pondělí odpoledne, posbírala pro ni po městě všelijaké klíčky a připravila otázky. Všechno jsme pak podrobně probraly a já při tom měla dobrý pocit, že ji mé návštěvy těší.

### 6. Nejmilejší mužská osobnost z historie města

Tady bych mohla pokračovat o jejím otci, zakladateli muzea. Ale já zmíním jeho současníka dr. Bohumila Boučka, s nímž měl nejen společný rok narození (1850), ale i několikrát příbuzenský vztah. Byl to nejen lékař lidumil a zakladatel lázní, ale i švagr sochaře Bohuslava Schnircha,

**Pokračování článku na straně 3**

**Přejeme Vám krásný nový rok!**

Vaše redakce

## Editorial

Milé čtenářky, milí čtenáři, mockrát Vám děkujeme za ohlas na sociálních sítích, který se týkal redakční ozdoby na vánočním stromu na Jiřího náměstí. Krásným motivem zámku ji opatřila naše autorka, historička a etnografka Polabského muzea Jana Hrabětová. Právě s ní přinášíme na titulní straně článek v trochu jiném stylu, než je obvyklé. Jsem moc ráda, že s ním paní doktorka souhlasila. Uvnitř dnešního čísla najdete rozhovor s Kamilou Votrubovou a jejím partnerem Martinem Vobrem, kteří se vzdali svého pražského zázemí, aby mohli v Poděbradech vybudovat špičkové zdravotnické zařízení – kliniku CRIMED. Dozvíte se například, jací lékaři odborníci za ní stojí a kdo vyhledává jejich péči. Na sportu se dočtete o sympatákovy, který s dalšími dvěma nadšenci před deseti lety zcela spontánně založil ve městě sportovní klub Běhej Poděbrady. Ano, řeč je o Jakubu Lounkovi. Povídala jsem si s ním především o orientáku čili orientačním běhu, kterému se v klubu věnují. To je silná trojka úžasných poděbradských srdcařů na úvod roku, co říkáte? Na straně 5 se potkáte se žraloky z dávných dob a v rubrice věnované historii budeme po celý rok mapovat Polabské muzeum v proměnách času. Protože se tam nevešla fotka prapodivného současného žraloka šotka – jenž se nápadně podobá tomu, který brázdil místní vody před mnoha miliony let – přikládám ji k úvodnímu textu a doufám, že to bude jediný šotek, co se kdy v Novinách pro Poděbrady objevil a objeví. Mnoho úsměvů v roce 2025!

Monika Langrová,  
vedoucí redakce



Foto: britannica.com

PS: Nadále platí, že budeme rádi, když nám napíšete své postřehy, názory, informace o akcích, které váš spolek nebo klub pořádá. Pochlubte se svými úspěchy! Pište nám na adresu: redakce@novinypropodebrady.cz. Děkujeme. Redakce NPP

**LOUDA+**  
 AUTO

# MAXI VÝPRODEJ

Ojeté a zánovní vozy se  
**slevou až 70 000 Kč**


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

Inzerce

## Užijte si zimní radovánky se svými mazlíčky

Poradíme vám s výběrem vhodného vybavení, krmiva nebo pamlsků

**super  
 ZOO**
**DF  
 2025**

**15%  
 sleva**  
 při nákupu  
 nad 799 Kč  
 pouze pro členy  
 Super zoo family  
 platí 20. - 26. 1. 2025  
 více info v aplikaci

Zimní  
 Super week  
 je tady!



**Poděbrady** vedle BILLY

Po - Ne 9:00 - 20:00

tel.: 321 400 020

**Plaček**  
 PET PRODUCTS

**Pokračování článku z titulní strany**

prosazující jeho návrh na pomník krále Jiřího, byl i pilným sběratelem lidových památek pro Národopisnou výstavu československou, hlavním iniciátorem stavby tehdy moderní školy (dnešního gymnázia), také velkým ochotníkem, který napsal nejstarší dějiny zdejšího ochotnického divadla atd. Měla jsem řadu příležitostí objevovat jeho působení v Poděbradech díky rozsáhlé rodinné pozůstalosti, uložené v archivu poděbradského muzea.

**7. Doba, ve které bych nejraději žila**

Asi by to byl konec 19. století, doba doznávajícího národního obrození, kdy se rychle rozvíjelo malé zemědělské městečko díky prvním větším průmyslovým podnikům a kdy se tu začalo žít čilým společenským životem. Díky nejen oběma zmíněným osobnostem, ale i celé plejádě dalších schopných a obětavých místních obyvatel tu vznikla řada spolků v čele s Hlaholem, Divadelním spolkem Jiří, Sokolem, Řemeslnickou besedou, byla založena knihovna a muzeum.

**8. Nejsmutnější část historie Poděbrad**

Kolo dějin se nevyhnulo ani Poděbradům, takže lidé i tady zažívali vedle mírových let budování a rozkvětu města válečné hrůzy, ničení a strádání počínaje husitskými válkami, přes válku třicetiletou, napoleonská tažení, ještě první a druhou válku



**Při dokumentaci starého hřbitova na Chotuci u Křince (rok 1980)**

světovou. Já osobně mám za nejsmutnější léta německé okupace, která se mě v prvních dvou letech přímo týkala. Před časem jsem se touto dobou dokonce podrobně zabývala, když jsem dávala dohromady přehled zdejšího protifašistického odboje. Dnes se všem válečným tématům vyhýbám a stále říkám, važme si toho, že tak dlouho můžeme žít v míru, jak malicherné jsou ty naše současné starosti.

**9. Největší záhada či tajemství Poděbrad**

Největší záhada, teď mě nenapadá nic jiného než samé počátky našeho města. Dá se předpokládat, že na opukové skále nad Labem bylo pravěké osídlení a pak slovan-

ské hradiště, ale až v roce 1223 je znám jménem první pán Poděbrad Hroznata. František Palacký dal sice dohromady posloupnost nejstarších držitelů zdejšího kraje, ale nová historická bádání jeho údaje zpochybňují. V historii platí to, co je psáno. Například neexistuje přímý doklad o Jiříkově narození, dá se však doložit s jistotou podle jiných dobových pramenů, že to bohužel na poděbradském hradu nebylo.

**10. Nejradoštější činnosti v muzeu**

Právě proto mě muzeum baví, že je tam široký záběr činností, které se podle potřeby kombinují a že stále ještě do všech mohu zasahovat. Už víckrát jsem si mohla

potvrdit teorii, má-li muzeum dobře plnit svou roli uchovávat, dokumentovat a prezentovat doklady o vývoji přírody a společnosti, je třeba, aby všechny složky muzejní činnosti fungovaly a byly v rovnováze – abyste stále prováděly sběry, sbírky se odborně zpracovávaly a využívaly, aby muzejníci dělali nové expozice, přednášeli, publikovali. A tak vzhledem ke své více než šedesátileté muzejní praxi se snažím napřít zájem tam, kde něco z toho chybí, a když to zabere, to pak považuji v muzeu za nejradoštější činnost.

**11. Nejradoštější činnost mimo muzeum**

Asi nejradoštější je pro mne, že jsem se za posledních pět let naučila malovat olejovými barvami a že si pro své potěšení mohu namalovat, co se mi líbí. Vybírám si jako předlohy starší barevné fotografie, nejraději scenerie polabské přírody a sbírám staré rámy, do kterých své malby přizpůsobuji. Za radostnou činnost také považuji, když mi v létě kvetou všechny růže a já se snažím, aby na těch záhonech se vyjímaly co nejlépe.

**12. Cizí země, která je mému srdci nejbližší**

Měla jsem to štěstí, že jsem díky svému muži mohla procestovat velký kus světa. Často jsme jezdili do Skandinávie, kde mám bratra a do Středomoří, které mne lákalo svými památkami, ale nejvíce mi přirostla k srdci Francie a to nejen pro úžasnou architekturu a umění, ale hlavně pro krajinu, která je tolik podobná té naší. Napadá mě, že pro francouzské scény ve filmu Dědeček automobil

si u nás nemohli vybrat podobnější krajinu té francouzské, než je okolí Poděbrad.

**13. Kniha, po které nejčastěji sáhnou**

Takových knih je samozřejmě řada a jsou to hlavně knihy odborné, romány moc nečtu, zbytečně bych se jimi zdržovala. Ale mám ráda krátké povídky od Haška, Čechova, Maupassanta a z českých je to na prvním místě kdysi oblíbený a dnes zapomenutý spisovatel Josef Jahoda, který mistrovsky dokázal popsat i nejobyčejnější osudy prostých lidí. Na prvním místě však mám všechno, co napsala Božena Němcová, hlavně její Babičku.

**14. Pokrm a nápoj, které mi nejvíce chutnají**

Protože nemám nijak vytříbenou chuť, sním všechno a jsem spokojená. Ale na první místo dávám vepřové s knedlíkem a zelím a dršťkovou polévku. Jako nápoj samozřejmě pivo, i když si teď častěji pro zdraví vařím

zelený čaj. S postupujícím věkem mi ubývá chuti na sladké, prý je to přirozené a vidím, že i mému zdraví to jen prospívá.

**15. Nejlepší výkon na kole**

Na kole jezdím od dětství a ráda. Ještě před deseti lety jsem neměla problém jednou za týden dojet 27 kilometrů do Přerova a zpátky. Dnes jsem ráda, že ještě mohu absolvovat denně dvakrát cestu do muzea, což dá asi osm kilometrů. Pěšky bych už s tím měla problém. Za svůj největší cyklistický výkon považuji, když jsem v létě 2005 objela na kole i ty nejdálší vesnice nymburského okresu, abych nepsala a znovu vyfotografovala všechny církevní a lidové památky. Bylo jich přes tři stovky.

**+ Největší přání do nového roku**

To přání je jednoduché – abych si co nejdéle uchovala zdraví a chuť do života, kterou stále mám. A to také upřímně přejí všem čtenářům.



**První houbářská výstava v muzeu roku 1964, na snímku s ředitelem Svatoplukem Šebkem**

**Z MĚSTA**

**Investice pro rok 2025**

**Město bude mít v roce schodkový rozpočet s příjmy 541 milionů a výdaji 650,5 milionu. Skoro třetinu výdajů tvoří investice, konkrétně 213 milionů korun. Představme si některé projekty, kam z této částky půjde nejvíce.**

Text: Lukáš Hladký

Jednoznačně nejdražší má být stavba nové tělocvičny u základní školy T. G. Masaryka ve Školní ulici. Ještě předtím bude ale nutné provést demolici původní budovy a připravit vše potřebné k tomu, aby nová stavba mohla začít růst. Na demolici je vyhrazeno 30 milionů korun, a pokud bude vše probíhat dle plánu, tělocvična by se mohla začít stavět ještě letos; její dokončení by se v tom případě stihlo do konce příštího roku.

Další očekávanou novinkou je zahájení přestavby bývalé kotelny v Hakenově ulici na kulturní klub. Nové víceúčelové zařízení budou moci využívat žáci základní umělecké školy, rodiče s dětmi, senioři nebo spolky, na malé scéně se budou konat divadelní či hudební představení a místnost bude uzpůsobena i pro svatební obřady. Sál má mít kapacitu asi 120 osob, náklady včetně opravy vnějšího pláště a úpravy okolní zeleně jsou vyčísleny na 18,5 milionu korun. Z dalších velkých investic můžeme zmínit kácení a výsadbu stromů

v parku (15 milionů korun), rekonstrukci ulic Heřmánková a Vrbová v Kluku (14,5 milionu korun), výstavbu fotovoltaické elektrárny na střechě zimního stadionu (12 milionů korun), pokračování v přípravě projektové dokumentace pro stavbu nové základní školy na Žižkově (10 milionů korun) nebo výstavbu sportovního areálu a tréninkového hřiště s umělým povrchem u areálu fotbalového Slovanu v Oboře (10 milionů korun).

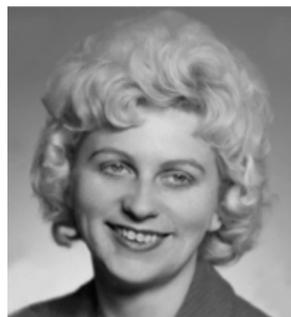
Tím však výčet zdaleka nekončí. Na další projekty jsou připraveny jednotky milionů, je to například rekonstrukce parčíku v ulici Divadelní, kde je vedle Záložny naplánováno odstranění stánků, revitalizace parčíku a stavba moderního občerstvení s toaletami (8 milionů korun), vypracování projektové dokumentace pro realizaci kulturního sálu ve 3. a 4. patře Růžového slona (7 milionů korun), výstavba výměňkové stanice z bývalé kotelny na rohu ulic Budovcova a Jižní (6,5 milionu korun), další etapa rekonstrukce veřejného osvětlení (5 milionů korun), pokračování v přípravě dokumentů potřebných k zahájení stavby lávky z Polabce do ulice Na Vinici (5 milionů korun), revitalizace Tyršových a Neumannových sadů (4 miliony korun), oprava a rozšíření komunikace, výstavba chodníků a osvětlení v ulici Slunečná ve Velkém Zboží (4 miliony korun), oprava kupole Libenského kolonády (3 miliony korun), úprava komunikací před garážemi a stavba polopodzemních kontejnerů v ulici U Garáží (3 miliony korun), revitalizace areálu Jezera a výstavba sociálního

zařízení (3 miliony korun), pokračování v přípravě projektové dokumentace pro revitalizaci ulice Kunštátská (1,5 milionu korun) nebo příprava projektové dokumentace pro rekonstrukci ulice Dr. Horákové (1 milion korun).

**KRÁTCE**

**Úprava parkování před školou**

Změna, kterou ocení především rodiče přespolních dětí. Před budovou základní školy T. G. Masaryka ve Školní ulici město plánuje upravit režim parkování. Na straně silnice blíže ke škole, kde je momentálně parkování oficiálně zakázáno mimo zásobování, má vzniknout parkoviště K+R, které slouží pro krátké zastavení a naložení či vyložení osob. Značka bude platná od pondělí do pátku od 7.00 do 16.00, maximální doba zastavení má být stanovena na 5 minut. S tím souvisí demontáž starších značek, navrženo je odstranění hned osmi, například zákazy zastavení, zákaz vjezdu motorových vozidel nebo zóna 30. (lhl)



**ŠKOLY**

**Bramborový salát z Labenky uspěl na Slovensku**

Text: Ivona Hrabětová  
Foto: archiv školy

Začátkem prosince skupina žáků SOU společného stravování vyrazila spolu s učiteli odborného výcviku reprezentovat školu do slovenské Rimavské Soboty. Konal se zde 4. ročník Mezinárodních

V tichém zármutku oznamujeme všem přátelům a známým, že nás náhle dne 2. 12. 2024 opustila naše milovaná, paní **Alena Bažantová**, ve věku 89 let.

Kdo jste ji znali a měli rádi, věnujte jí tichou vzpomínku.

Milující rodina

majstrovstiev Banskobystrického kraja v príprave zemiakového šalátu. Při účasti sedmi družstev ze Slovenska, Maďarska a Čech jsme s naším salátem zabodovali a získali 1. místo. Odborná porota vedená Richardem Cisárem ze Slovenského svazu kuchařů a cukrářů rozhodla jednohlasně, což je pro nás velká pocta a závazek do budoucnosti. Akce se těšila velkému zájmu veřejnosti i médií, naši reprezentanti vystoupili i v reportáži pro slovenskou televizi. Ale nejkrásnější byla skvělá předvánoční atmosféra a vřelý přijetí Strednej odbornej školy



Inzerce

**TOI TOI, sanitární systémy, s.r.o., pobočka Písková Lhota**

**HLEDÁME ŘIDIČE sk. C**  
**NÁBOROVÝ PŘÍSPĚVEK 20 000 Kč**  
**BENEFITY: 5 týdnů dovolené, stravné, příspěvek na penzijní a životní pojištění, finanční bonusy/prémie**

**prace@toitoy.cz | 728 565 557 | www.toitoy.cz**

## ZDRAVOTNICKÁ ZAŘÍZENÍ

### Klinika CRIMED nabízí výjimečnou komplexní péči

V říjnu minulého roku oslavila své 4. výročí soukromá ortopedicko-rehabilitační klinika CRIMED sídlící v Hellichově ulici. Zaměřuje se na prevenci, diagnostiku a léčbu bolestivých stavů a poruch pohybového aparátu. Přinášíme rozhovor s její ředitelkou Kamilou Votrubovou a jejím partnerem Martinem Vobrem, kteří CRIMED čili Centrum rehabilitace a integrované medicíny v Poděbradech společně založili.

Text: Monika Langrová  
Foto: archiv CRIMED

#### Co bylo na úplném začátku?

Martin Vobr: Vidím to jako dnes, když jsme v roce 2019 seděli s panem doktorem Voráčkem v Praze na terase a vymysleli jsme tuhle kliniku. Krátce nato jsme se jako rodina rozhodli, že prodáme pražskou vilu, abychom se mohli přesunout do Poděbrad a celé to tady začít tvořit.

Kamila Votrubová: Vždycky jsem chtěla zpátky do Poděbrad. Dvacet let jsem žila v Praze, kde jsem získala bohaté zkušenosti ve zdravotnictví. Vystudovala jsem ekonomii a zdravotní management. Deset let jsem působila v Canadian Medical Care, kde jsem začínala jako obchodní a marketingová manažerka a vypracovala se na pozici obchodní ředitelky. Poté jsem osm let spolupracovala s uznávaným českým fyzioterapeutem, profesorem Pavlem Kolářem. Z pozice výkonné ředitelky jsem s ním budovala jeho Centrum pohybové medicíny na Chodově a později řídila expanzi na Waltrovku v pražských Jinonicích. Na začátku nás hodně podpořil a dodnes jsme v úzkém kontaktu. Pokud má pacienty z této lokality, posílá je k nám, což je od něj moc hezké. Samozřejmě že tu zprvu byly obavy. Mám přátele mezi místními lékaři a ti mi říkali, že jsem blázen, když se chci pustit do vytvoření zdravotnického zařízení, kde si lidé



Ředitelka poděbradské kliniky CRIMED Kamila Votrubová

budou péči platit. Z vlastní zkušenosti ale vím, že když pacientům nabídnete nadstandardní a profesionální péči, individuální přístup a dostatek času, jsou ochotni si za kvalitu připlatit. Zejména v rehabilitaci, kde léčba vyžaduje dlouhodobou spolupráci, je důležité mít špičkové pracoviště v rozumné vzdálenosti. Zatímco za prvotní diagnostikou jsou lidé ochotni cestovat přes celou republiku, následná pravidelná péče musí být dostupnější. A právě to jsme chtěli nabídnout – profesionální péči na úrovni pražských center, ale blíž našim klientům.

#### Kdo za klinikou především stojí?

MV: Jsou to tři klíčové osobnosti. Kamila jako medicínský manažer a člověk, který to celé vymyslel a zrealizoval. Dále je to pan doktor Vlastimil Voráček, který pečoval o špičkové sportovce na celém světě, například dával do pořádku kotník bývalé tenisové jedničky Marii Šarapové. Staral se o české tenisové daviscupové i fedcupové družstvo, byl členem lékařských týmů na třech olympiádách, je to člověk s renesančním přesahem. Je dítě českých emigrantů, vystudoval ve Vídni a působil v Rakousku a potom v Německu. Má v Německu vlastní kliniku zaměřenou na regenerativní medicínu, která patří v oboru konzervativní ortopedie, tedy neoperativní léčby, ke špičkovým zařízením v Evropě. Do třetice zde máme paní primářku Moniku Hliněnou, špičkovou odbornici na fyzikálně rehabilitační medicínu. Přes deset let působila na Rehabilitační klinice Malvazinky, což je jedno z nejvyhlášenějších pracovišť v Česku.

#### V čem je péče v CRIMEDu unikátní?

MV: Přišli jsme s konceptem, který v Česku není běžný. Nabízíme komplexní zdravotní službu, počínaje prvotní diagnostikou u lékaře, na níž navazuje doporučená fyzioterapie, ať už manuální nebo na nejmodernějších přístrojích. Terapie se může v průběhu různé upravovat, protože má nad ní lékař neustálý dohled. Pacienti u nás zažívají něco, co nikdy v životě nezažili. Jdou na fyzioterapii a najednou se tam otevrou dveře a vejde lékař, který zkontroluje, jestli je všechno v pořádku, případně něco dalšího doporučí. A opačně, lékařského vyšetření se zpravidla již účastní fyzioterapeut. Po celou dobu jsou naši odborníci v neustálém kontaktu.

KV: Ráda bych se ještě zmínila o takzvaném top produktu. Když v centru dva dny v týdnu působí pan doktor Voráček, přijdete do ordinace, kde na vás čekají dva lékaři, kteří spolu neustále komunikují. Říkáme tomu superkonziliární přístup, při němž se protkávají jejich znalosti a zkušenosti. Zpravidla si k sobě přizvou ještě fyzioterapeuta a společně sestaví léčebný plán. Zatímco jinde se na rehabilitaci čeká třeba několik týdnů, my máme vždy volnou kapacitu, abychom mohli léčbu zahájit v podstatě okamžitě. Fyzioterapeuti našeho centra se neustále vzdělávají, a jelikož pracují v týmu, předávají si informace. To také není obvyklé. Navíc pořádáme interní semináře. Každý fyzioterapeut se specializuje na něco jiného, má trochu jiný přístup a může si po domluvě s kolegou pacienta v průběhu terapie převzít do své péče. Díky tomu nedochází k takzvané provozní slepotě, která

se mnohdy objevuje v běžné medicíně. Naše péče má tři hlavní stránky. Je týmová, rychlá a znalostní. Samozřejmě když je potřeba stav řešit jinak než konzervativně, máme k dispozici síť nejlepších lékařů, které můžeme klientům doporučit.

MV: Na jednoho pacienta u nás vychází dvanáct až třináct návštěv. Je to velmi vysoké číslo a známka toho, že tu dobře pracujeme. Jinak by se k nám lidé nevraceli a ještě za podmínek, že jsme samoplátecké zařízení. Mezi pravidelné klienty patří například kanoisté bratři Fuksové, herec Marek Vašut a mnoho dalších známých osobností.



Na snímku s doktorem Vlastimilem Voráčkem, Kamilou Votrubovou a recepční Zhanetou Novákovou zlatý olympionik Martin Fuksa

#### V jakém počtu si k vám nacházejí cestu místní?

MV: Asi dvacet procent klientely je místní, osmdesát procent z celé republiky, včetně zahraničí.

#### Čím to podle vás je?

MV: Téměř dnes a denně od místních slyšíme, že by do centra rádi chodili, ale že je to pro ně drahé. Zlobí se na nás, že nemáme smlouvy s pojišťovnami. Vysvětlujeme jim, že pojišťovny o smlouvy nepřetřítě žádáme. Lidé nechápou, že my o tom nerozhodujeme. Je to dané nastaveným systémem. V oboru rehabilitace jsou Poděbrady dlouhodobě pokryté a pojišťovny nové smlouvy neuzavírají. Zcela nelogicky se tady započítává dostupnost péče do čtyřiceti minut jízdy. To znamená, že když jste po operaci páteře, tak si podle pojišťovny můžete skočit do auta a dojet

si z Poděbrad na rehabilitaci třeba do Jičína nebo na okraj Prahy. Navíc sem patří služby, které mají v nabídce lázně, přestože nejsou pro obyvatele z Poděbrad dostupné. V každém případě to není o tom, že bychom nechtěli místním péči poskytovat. Narážíme zde ještě na jedno hledisko. Pětaosmdesát procent nám poskytovaných služeb zastaralý systém pojišťoven ani nezná, takže by je stejně nehradily. Museli bychom změnit strukturu služeb, a to nechceme. Co se týká cen, lidé je mnohdy ani neznají, přesto tvrdí, že jsme drazí. Potom si je najdou v našem ceníku na internetu a vidí, že při srovnání s cenami

do centra ohnutý bolestí téměř po čtyřech a říká „pomozte mi“. Chtěli bychom, aby se typickým pacientem časem stal někdo, kdo dbá o své zdraví a chodí k nám na prevenci z důvodu, aby se mu nic takového nestalo. Přibližně osmdesát procent našich aktivit nyní představuje léčebná medicína a dvacet procent preventivní. To považujeme za úspěch, protože se prevenci v začátku fungování kliniky věnoval opravdu jen malý počet klientů. Zvláště ti se sedavým zaměstnáním začínají chápat, že jim pomáhá, když se o sebe starají. Jsme jedním ze dvou míst v republice, kde se dělá špičková rehabilitace páteře, která předchází bolestem zad. Ve finále stačí do centra docházet pravidelně jednou za měsíc. Když se vrátím k cenám, tak lidé, kteří dbají na prevenci a zůstávají zdraví, značně ušetří. Za dvě hodiny cvičení měsíčně utratí osm set korun, což je podstatně méně, než kolik dají za prášky tisíce bolest a za masti. Případně za potravinové doplňky, které se na ně valí z reklam.

KV: Přibližně čtvrtina našich klientů je takových, kteří běhali mezi různými lékařskými odbornostmi a nikde jim nepomohli. Přijdou k nám nešťastní, přinesou tlustou složku, která ani není k přechzení. Když někdo udělá v diagnostice chybu hned na začátku a ostatní na ni navazují, může se to vléct třeba i několik let. Stává se, že je člověk diagnostikovaný na totální operaci kloubu a my zjistíme, že s kloubem nic nemá, ale má problém s páteří. Jedná se o poměrně běžnou situaci, což je k nevíře. Pan doktor Voráček má jedinečný přístup, kdy chce upřednostnit řešení, aby si tělo pomohlo samo. V okamžiku, kdy český ortoped již operuje, on se snaží zaléčit pacienty konzervativně a daří se mu to. Kvalita života je potom jiná. Lidé obecně dávají přednost rychlým řešením, to znamená „šest týdnů klidu po náhradě velkého kloubu a mám pokoj“. Konzervativní přístup trvá třeba půl roku, než se něco stane, ale na druhou stranu nepoškodí organismus. Tento přístup se všeobecně mění. Jakmile jsem s panem doktorem v ordinaci, vnímám, že většina lidí už přemýšlí tímto směrem a jeho přístup oceňují.

na privátních pražských klinikách, ale i těch místních, nejsou až tak vysoké.

#### Co se za uplynulé čtyři roky v CRIMEDu změnilo?

KV: Změnilo se toho hodně. V současnosti máme v databázi víc než šest a půl tisíce pacientů a přes sedmdesát tisíc jednotlivých ošetření. Klinika má více jak třicet zaměstnanců. Jen za poslední rok jsme otevřeli podologickou poradnu s možností chůzové analýzy a výroby ortopedických vložek na míru přímo v ordinaci lékaře, dále dětskou ortopedii včetně možnosti novorozeneckého sonografického screeningu kyčlí a rozšířili jsme pole působnosti v oblasti fyzioterapie a to hlavně o Vojtovu metodu u dětí od novorozenců a batolat až po dospělé pacienty.

#### Jaký je váš cíl do budoucnosti?

MV: Rádi bychom převrátili koncept skočit do auta a dojet

## ŠKOLY

### Hrdinové kolem nás

Mohou písma tančit? Proč mou pozornost odvádí sousedova červená košile? Proč ten učitel mluví tak chaoticky? Tyto a mnoho dalších otázek jsme si s sebou vezli na pracovní mobilitu na Krétu v říjnu 2024.

Text: Michaela Znamínková, SZeš a SOŠ Poděbrady

Učitelé a žáci z pěti různých institucí z ČR – SZeš a SOŠ Poděbrady, Turecka, Rumunska a Kréty se sešli v krétském univerzitním městečku Rhetimno, aby zkoumali možnosti využití umění, zejména filmu a videa, ve výuce. Zaměřili jsme

se hlavně na potřeby žáků, kteří nesplňují standardní nároky na vzdělávání, jichž v poslední době v lavicích přibývá. Na této mobilitě jsme se chystali završit více jak roční práci učitelů zapojených v projektu Erasmus+ s názvem Cinematherapy: The Healing Power of Therapeutic Tools.

Celý týden byl velmi nabitý a měl několik pracovních částí. Přípravovali jsme divadelní představení s názvem Letters are dancing, učili jsme se pohybovat a mluvit před publikem, připravovali jsme masky, diskutovali jsme nad tím, kdo je pro nás vlastně hrdina. Také jsme natáčeli film na téma hrdina. Cestovali jsme po ostrově a vžívali se do role poutníka, natáčeli video o svých cestách a připravovali podněty pro ebook s názvem Deník poutníka.

Vyvrcholením našeho působení na Krétě bylo divadelní představení v sále historického města Rhetimno. Učitelé i žáci, na svých i na vozíku, mladší i starší, všichni jsme společně hráli na jevišti před plným sálem. Představení mělo velký úspěch, většinu hrál potlesk diváků. Vzájemná spolupráce nás všechny hodně obohatila, zjistili jsme o druhých i o sobě spoustu zajímavého. Překonali jsme svůj strach vystoupit na veřejnosti, dokážeme si říct o pomoc, když je pro nás něco složité, všichni jsme v sobě objevili svého „hrdinu“ a všichni jsme odhodili masky. Laskavá spolupráce, vzájemná podpora,

naslouchání, smích i společné tvoření provázely atmosféru celého pracovního setkání. Tento projekt se pomalu blíží ke konci. Zbývá už jen několik online setkání. Využití filmu ve výuce, naslouchání, práci s hlasem, tvorbu krátkých videí chceme dál využívat ve výuce našich žáků i v období po ukončení projektu. Celý projekt byl velmi přínosný i v osobní rovině zapojených učitelů. Začali jsme se dívat trochu jinak, přemýšlet jinak, zamýšlet se nad současným systémem výuky. Vidíme kolem sebe hodně hrdinů. Nemůže to být tak trochu i váš příběh?

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



## 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 30. 1. 2025

TERMÍNY VYDÁNÍ V ROCE 2025  
č. 3 – 27. 2., č. 4 – 3. 4., č. 5 – 1. 5.

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

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



**PŘÍRODA**

**Pozor, žraloci!**

Netřeba se bát, žraloci na nic netušící návštěvníky písčiny pláží koupaliště na Jezeře nečňhají, ani v Labi se sladkovodní žraloci nevyskytují. Ale je dost důkazů o tom, že žraloci se před miliony let objevovali i v místech dnešních Poděbrad – v době, kdy sem zasahovalo druhohorní křídové moře.

Text a foto: Ing. Boris Cacara



Na žraloka Scapanorhynchus upomínají hojně nálezy zubů z lomů nedaleko Poděbrad, vzácným nálezem je i obratel žraloka (vlevo nahoře)

Stopy po žralocích nalezneme například u Velimi v lomu Skalka. Zde se hojně nacházejí žraločí zuby, vzácně potom jejich obratle a vedle toho také zkamenělé výtrusy přisuzované žralokům – koprolity. K tomu, abychom nějaký zub vůbec našli, se musíme vybavit trpělivostí. V lomu se již dávno netěží a místa, kde se zkameněliny objevují, jsou již hodně zarostlá nebo obtížně přístupná. Zuby se dají najít jak v prachových slínovcích, které jsou odkryty u vchodu do lomu, tak v přibojových kapsách, jež jsou vyplněny vápničitými slencemi. Vzhledem k těmto přibojovým sedimentům s hojně zachovalými zkamenělinami svrchnokřídového moře je východní část

lomu vyhlášená od roku 1988 jako přírodní památka. Zkusme si představit, jací žraloci zde po desítky milionů let žili. Nejčastěji se dají najít zuby žraloka zvaného Scapanorhynchus ze skupiny moderních žraloků (Neoselachii). Tyto zuby jsou v bočním pohledu esovitě prohnuté. Vnější strana zubů je hladká, ta vnitřní rýhovaná. Z délky zubů, která je do 3 centimetrů, se dá odvodit i velikost tohoto tvora, jež činila až 4 metry. Vzhled křídového žraloka Scapanorhynchus se (podle nalezených zachovalých koster) nápadně podobá současnému žraloku šotek (Mitsukurina owstoni), který vzácně obývá hlubší vody mnoha kontinentů včetně

Evropy. Pojmenování šotek má díky výrazně vysunuté horní čelisti a groteskní podobě (z toho i jeho nelichotivé pojmenování). Dříve se předpokládalo, že žralok šotek mohl jako živoucí fosílie přežít od druhohor až do současnosti, ale zjistilo se, že oba druhy jsou přece jen v maličkostech odlišné. Dalším druhem, na který upomínají malé žraločí zuby trojúhelníkovitého tvaru s postranním hrbolkem a vroubkováním je druh Squalicorax sp. Tento žralok byl menší velikosti od 1,8 do 3 metrů. Zoubky, které se nacházejí ve Velimi, jsou do velikosti 1 centimetr. Squalicorax se podobal dnešním žralokům, lovil především ryby, chobotnice a napadal i větší mořské plazy. Jak je možné, že se zuby žraloků

vyskytují tak často, žilo zde snad tolik jedinců? Důvod je takový, že zuby u žraloků jsou zasazené v několika řadách do vazivové tkáně na čelisti a mohou se v průběhu života obměňovat. Žralok tak může za život vyprodukovat tisíce až desetitisíce zubů. Na závěr smutná poznámka k současným žralokům, kterých je společně s rejnoky na 1 150 druhů. Plná čtvrtina je ohrožena vyhynutím. Může za to jejich masivní lov pro jednu část jejich těla, která je ceněna v asijské kuchyni jako delikatesa. Jde o žraločí ploutev. Ta je součástí žraločí polévky, jež je podávána při speciálních příležitostech. Vzhledem k tomu, že poptávka po ploutvích je velká, ročně se uloví na 100 milionů žraloků. Většinou se z nich odřízne jen ona ploutev na polévku, a žralok se vyhodí zpátky do moře, kde už dokoná svůj život. EU země se na tomto obchodu se žraločími ploutvemi podílí největší mírou. Tomu, abychom nakonec žraloky neznali jen jako fosílie, je nutné zabránit. I my suchozemci můžeme podpořit četné ochranař-



Zuby žraloka Squalicorax jsou typické svým vroubkováním

ské kampaně. Jakýkoliv podpis pod petičemi na ochranu žraloků je cenný. Pro více informací se

podívejte na stránky organizací jako je friendofthesea.org nebo sharkangels.org.

**JUBILEUM**

**Devadesátiny nestora poděbradského divadla**

Současným divákům jméno Jan Pavlíček už asi moc neříká, ale nám, kteří se pohybujeme kolem zdejšího divadla, je jasné, že víc než celé čtvrtstoletí až do konce devadesátých let minulého století lze v Poděbradech směle označit jako éru Jana Pavlíčka. Architekt z profese, divadelník ze záliby. Amatérské divadlo bral jako prostředek pro pojmenování problémů světa kolem nás. A všichni, kteří kráčíme v jeho divadelních stopách, stále máme šanci se s jeho prací s pokorou poměřovat. Pavlíčkovy stopy jsou totiž nepřehlédnutelné. V Divadelním spolku Jiří je jako režisér, scénograf a herec podepsán pod několika desítkami úspěšných divadelních titulů, opakovaně oceňovaných i na národních přehlídkách. V roce 1971 stál u zrodu divadelního festivalu FEMAD, který je dnes už neodmyslitelnou součástí poděbradské-

ho kulturního života. A protože divadlem se snažil vždycky reflektovat život společnosti, nebylo divu, že v roce 1989 byl v Poděbradech spoluzakladatelem Občanského fóra. Jedno období působil i v městském zastupitelstvu, je držitel řady divadelních cen a také Čestné medaile města Poděbrady i státního vyznamenání Za rozvoj českého divadla. Své úžasné devadesáté narozeniny oslavil koncem loňského roku a určitě ho potěší připomenutí, že je jen o dva měsíce mladší než jeho vrstevnice a někdejší francouzský filmový sexsymbol Brigita Bardotová.

Ladislav Langr



**HISTORIE**

**Polabské muzeum v proměnách času (1. díl)**

Text: PhDr. Jana Hrabětová  
Foto: archiv Polabského muzea

**1.** V druhé polovině 19. století vrcholilo obrození českého národa. V Poděbradech, poklidném zemědělském městečku, se jeho nadšenými šířiteli stávali hlavně studenti, kteří se jim nasáli v Praze a zde se sdružili do spolku „Studující Poděbradska“. V národním duchu tu začali pořádat divadlo, koncerty, přednášky, jež se odbyvaly většinou v zámecké kapli, kterou jim tehdy dal k dispozici majitel panství baron Sina. V roce 1872 se studenti rozhodli, že v Poděbradech založí další kulturní spolek „Občanskou knihovnu“, který by vedle knih shromažďoval také různé historické a archeologické památky.

**2.** Když po desetileté činnosti vlivem nepříznivých okolností musela „Občanská knihovna“ svou činnost zastavit, sbírání

památek přestalo být aktuální. Protože hlavním iniciátorem celého hnutí byl mladý lékárník Jan Hellich, postaral se, aby se neztratilo, co bylo dosud sebráno. Myšlenku na uložení získaných věcí v muzeu oživil opět „Studující Poděbradska“, když se aktivně zapojili do příprav na celonárodní Národopisnou výstavu československou v roce 1895. Podařilo se jim sebrat množství hlavně národopisného materiálu, který ještě před pražskou výstavou předvedli veřejnosti v prostorách měšťanky (dnes hotelová škola).

**3.** O tuto výstavu projevila poděbradská veřejnost mimořádný zájem. Ze vstupného zbylo ještě na 6 velkých vitrín pro předměty, které se do Prahy neposílaly nebo se po výstavě vrátily zpět. Nebylo toho málo, a tak dočasné prostory k uskladnění se našly v bývalé dívčí měšťance v Divadelní ulici. Do roku 1883 to byla poděbradská kasárna a po otevření nové měšťanské školy v roce 1937 (dnes škola TGM) chátrala, až byla v roce 1940 zbořena.

**4.** Kolem roku 1900 byly podmínky k založení muzea natolik příznivé, že Jan Hellich, který

byl v té době starostou, se rozhodl dát do vínku muzea i svou bohatou sbírku soukromou. První muzejní spolek byl oficiálně ustaven v roce 1901 a vhodné místo k vystavení sbírek byla ochotna zdarma poskytnout Občanská záložna ve své nově postavené reprezentační budově na náměstí.

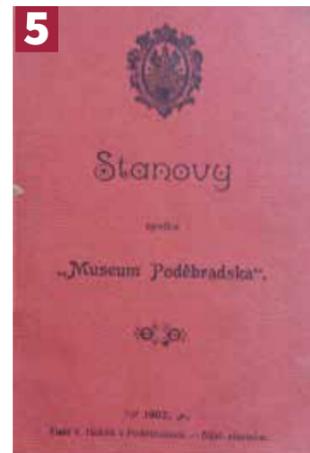
**5.** Ve Stanovách z roku 1902 byl podrobně vloženo účel muzea sbírat veškeré památky a přírodniny z města a okresu Poděbradského, aby pak byl co nejúplnější obraz jeho minulosti i přítomnosti. Sbírkou se měly stát nezcizitelným majetkem města.

**6.** První valná hromada spolku se konala 23. února 1902, což se dá považovat za den vzniku „Musea Poděbradska“, přesně třicet let poté, co se objevila první myšlenka na jeho založení. Veřejnosti bylo muzeum poprvé představeno ve druhém patře Občanské záložny 3. června 1903. Aby mohlo přinášet hodně užítka poučováním a vzděláváním, bylo ustanoveno, že budou sbírky přístupny každou neděli a svátek zdarma, jinak za vstupné 40 hal. Návštěva muzea byla sice hojná, ale nevýhodou se stal složitý přístup ke

sbírkám. Také rychle rostoucímu počtu sbírek dvě místnosti nestačily, proto výbor spolku začal

uvažovat o nových prostorách. Na snímku reprezentační prostory Občanské záložny, které se ale

využívaly jen k instalaci příležitostných uměleckých výstav. Zde je výstava obrazů Ludvíka Kuby



## KULTURA

## CO PŘINESE NOVÝ ROK V KULTUŘE?

Připravila Monika Langrová  
Foto: archiv Divadla Hybernia,  
GALK, Aawesome a Polabského  
muzea

Lucie Kurková, ředitelka  
Městského kulturního centra  
Poděbrady

Městské kulturní centrum a město Poděbrady připravuje pro letošek opravdu pestrou nabídku divadelních představení, koncertů a oslav. Kromě tradičních akcí, jakými jsou Poděbradské dny poezie, Historické slavnosti krále Jiřího, Národní šampionát mažorettek nebo Poděbradské swingování, se nový rok ponese ve znamení oslav kulatého výročí objevení prvního pramene Poděbradky. Právě před 120 lety dne 1. srpna 1905 vytryskl na 2. nádvoří poděbradského zámku silný pramen minerální vody. Stalo se tak spíše omylem, protože cílem hledání pramene, které inicioval tehdejší majitel zámku kníže Hohenlohe se svou manželkou Charicleou Ypsilanti, nebylo najít minerálku, ale pitnou vodu pro městské kašny. Nicméně uvedený objev vedl k založení prvních lázeňských domů a z ospalého zemědělského městečka se postupem času staly vyhledávané lázně. A to je zcela jistě důvod, abychom si tento pro město významný okamžik připomněli.

Oslavy se promítnou už do tradičního Zahájení lázeňské sezóny. Můžete se těšit třeba na koncert hudebních legend Marthy a Teny Elefteriadi, který poukáže na řecký původ kněžny Charicley, nebo na kapelu Laura a její tygři. Hlavní oslavy potom proběhnou první srpnový víkend. V pátek 1. srpna zahraje na kolonádě kapela J.A.R., v sobotu vás v kulisách poděbradského zámku čeká bubenická show v podání skupiny Ritmofactory a v neděli můžete navštívit třeba přátelské fotbalové utkání s legendami české reprezentace na stadionu FK Slovan v Oboře nebo ukázkou koňského póla na poděbradské jízdárně. To je pouze malá ochutnávka z bohatého programu.

Kromě těchto oslav bych chtěla upozornit také na další zajímavé akce. V polovině června připravujeme open-air představení opery Giuseppe Verdiho Nabucco (na snímku) na poděbradském zámku. Doufáme také, že se letos podaří uspořádat představení Loď tajemství Divadla bratří Formanů v přístavišti na Labi.

Bude z čeho vybírat a já doufám, že se v průběhu roku budeme potkávat nejen na výše zmíněných akcích, ale i na dalších, které pro vás chystáme. Nebo třeba v Divadle Na Kovárně nebo v Zámeckém biografu.



Na závěr bych Vám ráda popřála za celé městské kulturní centrum mnoho zdraví a spokojenosti v novém roce.

Vojtěch Odcházal, ředitel Galerie  
Ludvíka Kuby

Zajímavý výstavní program pro tento rok připravila lázeňská Galerie Ludvíka Kuby. Do 26. ledna 2025 je možné navštívit přehlídku malířské tvorby Jirky Housky (1985). Výstava Zimní slunovrat nabízí výběr ze všech tematických cyklů pražského rodáka. K vidění jsou obrazy Vikingů, Slovanů, skřítků, vodníků, vodních nymf, abstrakce, krajinomalby, akty, klonování sloni, mamuti z budoucnosti a ostatní fauna.

V únoru otevře galerie výstavu současného malíře Jana Herese (1992). Heresova tvorba prýští nevidanými propojeními mezilidských a společenských vztahů, výraznou barevností, která je pro jeho výrazový styl jedním z typických rysů. Divokost a nespoutanost jsou jedněmi ze zásadních charakteristik jeho maleb. Lázeňská výstava nabídne průřez autorovy dosavadní malířské tvorby doplněný o ukázky sochařských děl. Vernisáž proběhne v sobotu 1. února 2025 v 16 hodin. (Na snímku jedno z jeho děl.)



Od května se blíže seznámíme s tvorbou figurálního sochaře Martina Žáka (1992). Člen Spolku výtvarných umělců Mánes ve svém díle navazuje na tradici české sochařské školy poloviny 20. století, jejíž žáci byli vychováni Josefem Václavem Myslbekem a výrazně ovlivněni impresionismem Augusta Rodina. „Podstatnou součástí mé tvorby je práce se světlem. Tvořím na principech a zkušenostech sochařství napříč staletími. Promyšlenost a rozvážnost střídá intuitivnost a dravost hračičící až s psychickým automatismem, vše ovšem postavené na pevných základech,“ charakterizoval svoji tvorbu samotný Žák. Výběr z klasické sochařské tvorby autora doplní krajinomalby od nejznámějšího krajináře nastupující generace malířů Tomáše Honze (1989). Honz ve svém díle navazuje na odkaz malířů 19. století nebo asijskou kaligrafii.

První srpnový víkend se otevře pro

návštěvníky výstava Michala Škapy (1978), výtvarníka, jehož počátky tvorby se nacházejí v kreativní grafice a ve veřejném prostoru v podobě graffiti. V Poděbradech můžeme již nyní obdivovat jeho velkoplošnou malbu Tetsuo na lázeňském domě ve Fügnerově ulici. Samotný autor pracuje v rozličných médiích a formátech od realizace nástěnných maleb – muralů, akrylové rukopisné abstrakce, airbrushové figurativní kompozice, až po site-specific instalace a prostorové objekty. Zásadní roli v jeho díle hraje motiv města a urbanistické krajiny. Dalším velkým tématem je také práce s písmem.

Vrcholem nadcházející výstavní sezóny bude retrospektivní výstava obrazů jednoho z nejvýraznějších absolventů slavné Mařákovy krajinářské školy Františka Kavána (1866–1941). Znamé jsou především jeho zimní motivy. Kavanovo dílo je spjaté s rodným krajem, maloval především Krkonoše, Českomoravskou vrchovinu a Železné hory. Kurátorem výstavy se stane významný historik umění a jeden z největších odborníků na moderní umění v Čechách PhDr. Michael Zachař. Výstava bude zahájena první listopadový víkend.

Galerie Ludvíka Kuby je otevřena v úterý až neděle v časech 10–12 a 13–18 hodin.

Jan Vinduška, ředitel  
Polabského muzea

Pro rok 2025 plánujeme v Polabském muzeu, a to nejen v Poděbradech, ale i na dalších místech, která spravujeme, bohatý program pro naše návštěvníky a příznivce. V Poděbradech opět chystáme několik zajímavých výstav zaměřených na přírodu a její ochranu, na historii a výtvarné umění, aby si každý milovník kultury v muzeu našel něco zajímavého a odnesl si pozitivní zážitky. Kromě výstav budou samozřejmě přístupné také stálé expozice ve všech našich muzejních pracovištích, tedy v Poděbradech, kde je sídlo Polabského muzea a Památník krále Jiřího z Poděbrad, dále v Přerově nad Labem – Polabské národopisné muzeum, v Lysé nad Labem – Muzeum Bedřicha Hrozného, v Kersku – Hrabalova chata a dočkáme se i nové expozice ve Vlastivědném muzeu v Nymburce.

Vzhledem k celoročnímu provozu bude i nadále Polabské muzeum Poděbrady veřejnosti přístupné v otevírací době 6 dnů v týdnu (kromě pondělí). Návštěvníci tak mají možnost v rámci expozic Příběh Polabí poznat vývoj zdejší krajiny a život v ní od období druhohorního moře (na snímku) až do počátku 20. století.



Samozřejmostí se již stává, že výstavy doplňuje edukační program, zaměřený především na školy. Můžeme se těšit i na zajímavé přednášky či hudební vystoupení. Rádi znovu připravíme na přelomu května a června muzejní noc s programem pro všechny věkové kategorie.

Standardní celoroční provoz probíhá i v Muzeu Bedřicha Hrozného Lysá nad Labem, kde se návštěvníci mohou seznámit s historií barokní perly Polabí, jak se Lysé někdy také říká. A současně poznat významné rodáky tohoto města, jako byli MUDr. Rudolf Jedlička a zejména profesor Bedřich Hrozný, rozluštitel chetitského jazyka, kterému je věnována samostatná expozice. V roce 2025 si připomínáme 110. výročí, kdy tento svůj objev učinil a prezentoval.

Další expozice Polabského muzea budou zpřístupněny se začátkem návštěvnické sezóny na jaře 2025. Nejprve se v polovině března pro návštěvníky otevře Polabské národopisné muzeum v Přerově nad Labem se svojí tradiční velikonoční výstavou Jaro na vsi. A s přerovským skanzenem je v roce 2025 spojena i jedna významná událost, kterou bychom rádi připomněli, a sice 130. výročí založení prvního regionálního národopisného muzea ve střední Evropě. U této události stál arcivévoda Ludvík Salvátor Toskánský, majitel přerovského zámku, jenž vykoupil nedaleko zámku stojící chalupu, bývalou kovárnu a rychtu. Po její úpravě do dnešních dnů téměř zachované podoby zde nechal vybudovat národopisnou expozici zaměřenou právě na venkovský život v Přerově nad Labem. Tato později „staročeská chalupa“ se poté stala základem kamenem v roce 1967 vzniknuvšího Polabského národopisného muzea Přerov nad Labem, národopisného pracoviště Polabského (tehdy Oblastního) muzea v Poděbradech. Od tohoto roku se počítá novodobá historie záchranného skanzenu, který se od té doby významně rozrostl.

Koncem března otevřeme po zimní přestávce také Památník krále Jiřího z Poděbrad, umístěný v bývalé hradní kapli poděbradského zámku. Součástí expozice je i Galerie Bohuslava Schnircha, navazující na Jiříkovskou část, umístěnou v prostoru, jemuž se podle pověsti říká „rodná síň krále Jiřího“ (ale je to jenom pověst... ). Odsud mohou přichodzí sestoupit do hradního sklepení, které je takovým malým lapidáriem. Závěr března (28. 3. 2025) bude taktéž ve znamení otevření Hrabalovy chaty v Kersku, která má za sebou první a velmi úspěšnou sezónu – díky zavedenému systému rezervace víme, že návštěvnická kapacita byla využita na 87 %! Předpokládáme, že začátkem března zpřístupníme rezervací systém (na www.polab-

skemuzeum.cz), kde si zájemci zarezervují termíny prohlídky Hrabalovy chaty a zároveň si zakoupí on-line vstupenky. Uvedený postup je nezbytný s ohledem na projevovaný zájem a současně na nevelké prostory chaty a způsob prezentace této expozice. Ta je totiž určena pro skupinky 7 osob s průvodcem, který během hodiny účastníky provede chatou a předá jim spoustu zajímavých informací ze života Bohumila Hrabala a jeho ženy Elišky, o jejich vztahu k této kerské chatě a také o samotném Kersku.

Kromě již provozovaných muzejních pracovišť je před námi ještě jeden velký úkol (nebo spíše výzva), který bychom rádi splnili a veřejnosti představili snad koncem dubna 2025. Tím je instalace nové stálé a velmi rozšířené expozice v rekonstruovaném Vlastivědném muzeu Nymburk. V době před rekonstrukcí byla expozice umístěna pouze v přízemí a jen na polovině plochy. Nyní se expozice budou nacházet v celém přízemí a celém prvním patře. V podkroví vznikly pracovní a zázemí pro zaměstnance. Budova prošla velmi rozsáhlou a náročnou rekonstrukcí od sklepa po střechu, přičemž velký důraz byl kladen na bezbariérovost (do 1. patra se lze dostat pomocí výtahu). V prostorách sklepů se objevily archeologicky velmi zajímavé nálezy, které budou veřejnosti též zpřístupněny. Expoziční prostory budovy nymburského muzea jsou ještě rozšířené o přístavbu, jež poslouží k prezentaci dvou rozměrnějších sbírkových předmětů. V prvním patře přístavby umístíme plátno o rozměrech 3 × 7 m, na kterém znázornil Alfons Mucha výjev „Poddání Nymburka L. P. 1421 Bohu a Pražanům“. V přízemí přístavby vznikla prosklená garáž pro osobní automobil Bohumila Hrabala, jako součást nové expozice věnované právě tomuto významnému českému spisovateli. Děkujeme Vám všem za přízeň a těšíme se na Vaši návštěvu některé z expozic a pořádaných výstav Polabského muzea nejenom v Poděbradech, ale i v Přerově nad Labem, Lysé nad Labem, Kersku a následně i v Nymburce.

Vladimíra Zemánková, vedoucí  
Městské knihovny Poděbrady

Rok 2025 v Městské knihovně Poděbrady nabídne pestrý program, jenž osloví nejen milovníky literatury, ale i širokou veřejnost. Naši nabídku obohatíme o přednášky, besedy, kurzy, workshopy a vzdělávací aktivity, které vám umožní rozšířit obzory, zlepšit dovednosti a užít si inspirační zážitky.

## Cestovatelské přednášky

Rok zahájíme cestovatelskou přednáškou s oblíbeným duem Aawesome, které se vrací s novým tématem „Pěšky půl roku divočinou“ (na snímku). Po úspěchu jejich předchozí akce se můžeme těšit na další fascinující příběhy z jejich



dobrodružství.

## Kurzy a vzdělávací programy

Pokračujeme v oblíbených kurzech Virtuální Univerzity třetího věku, které jsou určeny především pro seniory a umožňují jim nejen se vzdělávat, ale i setkávat se v přátelském prostředí. Stejně tak i kurzy háčkování budou i nadále příležitostí pro všechny, kdo se chtějí naučit nové dovednosti a navázat nová přátelství.

V rámci projektu Digitální odisea nabídneme kurzy práce chytrým telefonem, které účastníkům pomohou lépe se orientovat v moderních technologiích a usnadní každodenní život. Trénink paměti zůstává stálíci našeho programu pro všechny, kdo chtějí udržet svou paměť v kondici a zlepšovat kognitivní schopnosti.

Opomenout nelze ani výjimečné besedy se známými osobnostmi, např. s Viktorií Hanišovou a Alenou Mornštajnovou, českými spisovatelkami, které nás seznámí se svou tvorbou a pohledem na literaturu.

## Program pro děti

Dětské oddělení naší knihovny i letos nabídne bohatý program zaměřený na rozvoj čtenářství, fantazie a kreativních schopností dětí. V rámci projektu Bookstart se zas skuteční dopolední přednášky pro rodiče a jejich děti, workshopy a setkání s odborníky. V rámci projektu Knížka pro prvníáčka podporujeme lásku k literatuře již od raného věku a na konci školního roku čeká na prvníáčky slavnostní pasování na čtenáře.

Děti se mohou těšit na další akce, jako je Noc s Andersenem v březnu a letní příměstský tábor, které jsou skvělými příležitostmi k rozvoji čtenářství, nových dovedností a zájmů.

Projekt Lovci perel motivuje děti k aktivnímu čtení – za každou přečtenou knihu získávají perly, které lze vyměnit za odměny na jarmarku. Nejpilnější čtenáři budou oceněni na závěrečné slavnosti.

Tvořivé dílny opět podpoří dětskou motoriku, soustředění a představivost, přičemž propojí čtení s výtvarným uměním. Acro-yoga pomůže dětem rozvíjet fyzickou zdatnost, rovnováhu a koordinaci.

Pro děti všech věkových kategorií připravujeme také scénické čtení, kde profesionální herci představí vybrané knižní tituly zábavným a neotřelým způsobem.

## T-club pro teenagery

V přehledu akcí knihovny nesmí chybět T-club, který nabízí pestrý program zaměřený na teenagery. Tento prostor je ideální pro mladé lidi, kteří hledají místo pro zábavu i kreativní vyžití. Každý měsíc se zde koná oblíbené karaoke, just dance odpoledne nebo turnaje ve stolním fotbalu. Kromě toho je T-club známý svým filmovým klubem, jenž přináší širokou nabídku filmů všech žánrů, a to pro každého, kdo si chce užít příjemné filmové zážitky v dobré společnosti.

Rok 2025 tak bude v Městské knihovně Poděbrady plný nových zážitků, vzdělávacích příležitostí a kulturních akcí. Ať už jde o dospělé, seniory nebo děti, každý si najde to své a užije si čas strávený v prostředí, které podporuje kreativitu, učení a osobní růst.

## Ohlédnutí za koncertem Kytarové listování v pohádkách

Text a foto: Městská knihovna Poděbrady



Na konci minulého roku se v dětském oddělení knihovny v Poděbradech uskutečnil koncert s názvem Kytarové listování v pohádkách, který vedla Lucie Netřebská. Akce spojila hudbu, čtení a pohádkovou atmosféru, což vytvořilo jedinečný zážitek pro malé i velké posluchače. Na koncert byli pozváni studenti kurzu doprovodné kytary, aby předvedli své první vystoupení, a paní Blanka Antošová, která se ujala role pohádkové babičky. Studenti se pustili do programu s nadšením, odvahou a předvedli výkon, který byl odměněn nadšeným potleskem. Koncert přinesl posluchačům známé pohádkové písně, vždy doprovázené čtením pohádkových příběhů. Koncert zahájila Natálka Jičínská písní Večerníček, kterou původně nazpíval Karel Černoch. První pohádka byla Červená Karkulka z knihy Chvilka pro pohádku od Ivony Březinové, po

níž Natálka Jičínská zazpívala a zahrála píseň od autorů Jaroslava Uhlíře a Zdeňka Svěráka. Následovala pohádka Dvanáct měsíců převyprávěná Jarmilou Zavadovou ze stejnojmenné knihy, doprovázená Makarovým zpěvem a hrou na kytaru. Vystoupení pokračovalo pohádkou Princezna ze mlejna, doplněnou Natálčiným zpěvem, a Druhou loupežnickou pohádkou Karla Čapka, kde Makar Domotyřko zahrál píseň Pod dubem, za dubem. Další část programu obohatila Lucie Netřebská a paní Blanka Antošová pohádkou Zlatovláska s písní Pluj, planá růže a píseň Láska na 100 let z filmu Šmankote, babičko, čaruj! Předposlední pohádkou byla Popelka s písní Tři oříšky, krásně zazpívanou Natálkou Jičínskou za doprovodu Lucie Netřebské. Závěr patřil vánoční atmosféře – příběhu Kapřík Metlík od Jana Opatřila a písní Vánoční kapr Jaromíra Nohavici, kterou přednesl

Makar Domotyřko. Publikum ocenilo vystoupení, které zakončilo poděkování knihovně a dárky pro účinkující. Akce byla tak úspěšná, že studenti dostali pozvání na reprízu. Přejeme jim, aby přiště hráli s ještě větší jistotou a užili si hudbu stejně jako jejich posluchači. Přestože koncert proběhl již před několika týdny, s radostí na něj vzpomínáme jako na jedno z krásných a srdečných odpolední, které knihovna nabídla.

Inzerce



Sběratel sportovních odznaků shání pro vznik publikace odznaky – pořízení fotografie, koupě i výměna. Vše v rámci vzájemné dohody a spokojenosti. Jiří Mikeš mikes.jiri@gmail.com tel. 605904826

Pozvánka



## KALENDÁŘ AKCÍ

**Čtvrtek 16. 1. | Účet – abonentní představení** | Divadlo Na Kovárně | 19.00 | 590 Kč | Komédie o výjezdu tří nejlepší přátel, kdy jedním z hlavních témat jsou samozřejmě ženy a mimo jiné také účet za večeri z předchozího dne, hrají: J. Hána, A. Vacula, M. Kubačák

**Neděle 19. 1. | Ženich pro čertici – charitativní pohádka** | Divadlo Na Kovárně | 15.00 | Vstupné dobrovolné, rezervace míst za 1 Kč v předprodeji | Veselá pohádka s melodickými písničkami vypráví jednoduchou, ale vtipnou zápletku o čertici Teofilu, která využila nesnázi ševce Pápeře k tomu, aby získala ženicha, hraje: Divadelní spolek Jiří

**Úterý 21. 1. | Cimbalový recitál** | Divadlo Na Kovárně | 19.00 | 300 Kč | Pořadatel: Společnost Otakara Vondrovce Poděbrady, z. s.

**Sobota 25. 1. | Komentovaná prohlídka výstavy Zimní slunovrat s autorem Jirkou Houskou** | Galerie Ludvíka Kuby | 19.00 | Vstup zdarma

### Zámecký biograf

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

Čt 2. 1. **PRO SMILOVÁNÍ! – ČTVRTEČNÍ FILMOVÝ KLUB** | Pá 3. 1. **GLADIÁTOR 2** | So 4. 1. v 16.00 **BOB A BOBEK VE FILMU: NA STOPĚ MRKVOJEDA** | So-Ne 4.-5. 1. **V DOBRÉM I VE ZLÉM** | Ne 5. 1. v 16.00 **PYŠNÁ PRINCEZNA** | St 8. 1. **PREZIDENTKA** | Čt 9. 1. **NOSFERATU** | Pá 10. 1. **MARIA** | So-Ne 11.-12. 1. v 16.00 **JEŽEK SONIC 3** | So-Ne 11.-12. 1. **LÉTO S EVŽENEM** | St 15. 1. **DOZORKYNĚ** | Čt 16. 1. **ZÍTRA UMŘU** | Pá 17. 1. **SAINT-EXUPÉRY** | So 18. 1. v 16.00 **MUFASA: LVÍ KRÁL** | So-Ne 18.-19. 1. **V DOBRÉM I VE ZLÉM** | St 22. 1. **TAJEMSTVÍ SMRTI** | Čt 23. 1. **NA PLECH – PREMIÉRA** | Pá 24. 1. **BOB DYLAN: ÚPLNĚ NEZNÁMÝ** | So-Ne 25.-26. 1. v 16.00 **ZLATOVLÁSKA** | So-Ne 25.-26. 1. **NIKDO MĚ NEMÁ RÁD** | St 29. 1. **AZNAVOUR** | Čt 30. 1. **SPOLEČNÍK – PREMIÉRA** | Pá 31. 1. **BABYGIRL**

Více informací na [www.zameckybiograf.cz](http://www.zameckybiograf.cz)

### Plán výletů KČT Poděbrady na leden

So 4. 1. Výstava Milujeme betlémy v Břevnovském klášteře, 5 km | St 8. 1. Procházka historickým centrem Prahy, 5 km. Podrobné informace lze najít na vývěsce u Pentagonu nebo na webových stránkách klubu [www.kctpodbrady.netstranky.cz](http://www.kctpodbrady.netstranky.cz).

## Libičtí ochotníci zvou na premiéru komedie Natěrač

Text a grafika: Tomáš Čivrný

Divadelní spolek VOJAN z Libice nad Cidlinou přichystal pro všechny příznivce divadelních komedií premiéru nové inscenace. V sobotu 25. ledna 2025 se můžete přijít pobavit bláznivou situační komedií Natěrač. V té hlavní postava – Kamil – propůjčí

své herecké zkušenosti k utajení manželské nevěry. Zvládnout situaci podle zamýšleného plánu však není jen tak, obzvláště, když tu od začátku něco nehraje... Představení začíná v 18.00 v kulturním domě v Libici nad Cidlinou. Vstupné je 120 Kč.



Inzerce

Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

# MARIE & Petr Němec ROTTROVÁ

sobota 18. 1. 2025  
od 19:00 hod.

Kongresové centrum Lázeňská kolonáda

Vstupné: zóna A 1490 Kč (klient lázní 990 Kč)  
zóna B 1190 Kč (klient lázní 890 Kč)

Vstupenky k zakoupení na recepcích hotelů a na webu: [lpdy.cz/rottrova25](http://lpdy.cz/rottrova25)



Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

# HANKA je naprosto nezbytné



Eva Kleinová  
a Boom!Band  
Jiřího Dvořáka

čtvrtek 23. 1. 2025  
od 19:00 hod.

Kongresové centrum Lázeňská kolonáda

Vstupné: zóna A 600 Kč (klient lázní 500 Kč)  
zóna B 400 Kč (klient lázní 300 Kč)

Vstupenky k zakoupení na recepcích hotelů a na webu: [lpdy.cz/hanka25](http://lpdy.cz/hanka25)



**SPORT****Jsou to šachy za běhu, říká o orientáku Jakub Lounek**

Desátým rokem je součástí sportovních aktivit ve městě klub Běhej Poděbrady, který má v současnosti na sedmdesát členů. Nejen pro ně, ale i pro širokou veřejnost pravidelně pořádá běžecké a mapové tréninky a také akce jako Vá+noční orienták, Orientační otvírák či Pohár škol v orientačním běhu.

„Z nadšení to vykvetlo do tohoto krásného výsledku, kdy klub funguje samostatně, roste a rozšiřuje své aktivity a schopnosti,“ uvádí předseda výboru klubu Jakub Lounek.

Text: Monika Langrová  
Foto: archiv klubu Běhej Poděbrady

Za vznikem poděbradského běžeckého klubu byl spontánní nápad se sdružit. „Hrával jsem basketbal a rekreačně fotbal a do toho jsem kolem dvaceti let začal různě v Poděbradech běhat. Byl to časově flexibilní sport, a tím pádem ideální k učení a jiným povinnostem. Když jsem se v roce 2014 u Labe potkal s dalším běžcem, řekli jsme si, že tady už pár lidí běhá a že bychom je mohli nějakým způsobem spojit, protože skupina vždycky dokáže víc. Naší ideou bylo vytvořit komunitu kamarádů, kteří mají stejný zájem, vzájemně se motivují a žijí obohacený sportovní život. Mysleli



jsme i na to, že bychom mohli společně vyrážet na závody,“ vysvětluje Jakub Lounek.

**Krok k orientáku**

O rok později už byl sportovní klub Běhej Poděbrady na světě. „Nedokázal jsem si představit, co z toho vyleze, protože to bylo spontánní. Musím poděkovat kolegům spoluzakladatelům Petru Beieovi a Jakubu Jiříčnemu a zároveň mé ženě Zuzce, neboť jsme z nadšení po večerech dělali administrativu, přihlašovali se na finančák a věnovali se účetnictví a dalším nezbytným věcem. Zviditelňovali jsme se na Facebooku, oslovovali jsme kamarády s tím, že máme možnost společně běhat. A vlastně jsme vůbec netušili, jestli z toho něco bude, myslím tím účastí na plánovaných akcích nebo počtem členů. Věděli jsme jenom to, že je nás deset dvacet, kteří se chceme nějak zorganizovat, a šli jsme do toho živelně bez vyšších cílů,“ podotýká Jakub. Rozhodně prý

nepočítali s tím, že do dvou let začnou dělat tréninky pro děti, to v plánu vůbec neměli. Ještě navíc v orientačním běhu, kterému Jakub Lounek neřekne jinak než orienták. „Závody v orientáku jsem si do doby, než jsme se do něj dali v Poděbradech, zaběhl asi čtyřikrát. Rád bych už dříve chodil do klubu, který se mu věnuje, ale v okolí žádný nebyl. Jakkmile jsme založili běžecký klub, byl jenom krůček od toho začít také s orientákem. Do roka jsme se přihlásili do Svazu orientačních sportů. V té době nás bylo ještě málo, a nedosáhli jsme na městské dotace. Ale ministerstvo vnitra tehdy vyslalo velmí jednoduše dotaci na dvě tisíce, napadlo nás toho využít a založit na zkoušku kroužek dětí. Ono to klaplo. Přihlásilo se pětadvacet dětí, což byl obrovský úspěch. Překvapilo nás, jak velký zájem byl o orienták paradoxně v Poděbradech, ačkoliv tady nemáme ani jednu zeměpisnou vrstevnici. Když jsme zahájili tréninky pro děti, všechno se tím

nakoplo. Nabalovali se další lidé, kteří nám pomáhali s chodem klubu. Netrvalo dlouho a utvořila se dvaceti až třicetčlenná skupinka rodičů a dětí a začali jsme jezdit na závody. Posléze nás finančně podpořilo město Poděbrady, nicméně snažíme se, abychom byli schopni fungovat i bez podpor,“ říká Jakub Lounek.

**Závody pro každého**

Tréninky v orientačním běhu probíhají nejen v Poděbradech, ale i v přílehlých lesích, které mají poděbradští běžci zmapované. Tady připravují jednoduchý, lehčí trénink pro děti, aby se ve sportu rozvíjely. Ale za nejlepší průpravu Jakub považuje samotné závody, které se konají po celé republice a jsou podle něj vždy perfektně zorganizované. „Každý si vybere přesně to, co potřebuje. Nabízí se desítky tratí, z kterých si závodník může zvolit tu, která mu nejlépe vyhovuje. Jsou tu i závody dětí s doprovodem, kdy jdou rodiče a jejich potomci společně po fábovkách, nebo můžete dítě vyslat před sebou a jen ho takzvaně stínovat, kdyby se náhodou ztratilo, navedete ho. Na orientáku mě těší, že se může stát rodinnou záležitostí, kdy rodiče s dětmi stráví odpoledne společně při sportu,“ pochvaluje si Jakub. Nedá mi to a zeptám se ho, zda bych se závodu mohla účastnit i já, která nemá moc smysl pro orientaci v terénu. „Samozřejmě jsou lidé talentovaní, kteří se podívají na mapu a vědí přesně, kam běžet. Někteří orientační běžci mají ještě tu velkou výhodu, že vládou fotografickou paměť – podívají se do mapy jen jednou dvakrát za závod. Orientační běh se dá naučit, protože svazové závody nabízejí několik škál obtížnosti samotných tratí. Ta nejjednodušší může vést jen po cestách, takže přijdete na křižovatku, kde jsou tři varianty. Pokud si mapu správně natočíte podle buzoly, což je elementární schopnost, víte, že máte jít doprava, rovně, nebo doleva. To je celé. Takto postupně nabíráte zkušenosti a po absolvování několika takových podniků se můžete vydat do složitějších záležitostí,“ tvrdí Jakub Lounek. Odpovídá mi i na dotaz, zda se ve značně těžkém terénu může běžec při závodě ztratit. „Neříká se tomu, že se ztratil, ale že udělal chybu na kontrole. Prostě se zaběhne o nějakých dvacet metrů, přeběhne kontrolu a návrat ho stojí kupříkladu deset sekund. V podstatě vyhrává ten,

kdo udělá nejméně chyb. V elitních kategoriích se jedna malá chybička ještě toleruje. Záleží i na typu závodu, jsou závody krátké, tak zvané sprinty, konané například i ve městě, nebo klasické v lese od deseti do patnácti kilometrů. Mapa je na šampionátech samozřejmě složitější, například severské terény jsou pro nás v podstatě nečitelné, jsou to samé bažinky, nejsou tam cesty, také tam není moc vrstevnic, a když tam jsou, je jich naopak příliš. Tím, že se mistrovství světa konají na různých kontinentech, v odlišných zemích, připravují se ti nejlepší závodníci rovnou tam. Pro české běžce je výhodné, když se závody konají v našem podnebném pásu, kde je relativně podobný terén.“

**Fyzická i hlava**

Na orientačním běhu je sympatické, že je v podstatě pro každý věk a potřebujete k němu jen dobré běžecké boty do terénu, buzolu, hodinky a lahev s pitím. „Naším hříštěm je příroda, les. Snažíme se je nějakým způsobem udržovat, účastníme se různých akcí, jako je sázení stromků nebo úklid odpadků. Jakkmile požádáme majitele lesa, zda bychom se v něm mohli v rámci tréninku proběhnout, vždy (nejen) po sobě uklídíme a je tam častokrát hezcí prostředí, než když jsme tam přišli. Současně máme jako Svaz orientačních sportů rámcovou smlouvu s Lesy České republiky, že můžeme za daných podmínek závodit v jejich prostorách. V Poděbradech pravidelně řešíme s radnicí města povolení tam, kde chceme uspořádat akci. Víc nepotřebujeme. A co se týká věku, běh i orienták jsou opravdu multigenerační. V našem klubu máme převážně členy od osmi do čtyřiceti let, ale i mnohem starší běžce. Jak jsem mluvil o obtížnosti tratí na závodech, tak jsou rozškálované úměrně i věku. Čím jste starší, tím můžete závodit na tratích, které jsou kratší, a tolik toho nenaběháte, ale jelikož máte velké zkušenosti, jsou náročné na orientaci. Je to dobře vymyšlené.“ Přidaná hodnota tohoto sportu je podle sympatického sportovce ve skutečnosti, že se rychle naučíte nést odpovědnost za vlastní rozhodnutí. „To je hodně výchovné pro děti. Jenom vy sám se nějakým způsobem rozhodnete, a když je to špatně, musíte se vrátit a vybrat jinou možnost. Jsou to šachy za běhu, musíte zkombinovat fyzickou náročnost s pohotovým úsudkem. To není jednoduché. Když to napálíte, může vám

v mapě něco utéct a pokud budete příliš mapovat, nebudete sahat těm nejlepším na paty. Ale já vedu svoje svěřence především k tomu, aby si závody užili a naučili se dobře pracovat s vlastní hlavou. Nejkrásnější na závodě je, že vlastně neskončí proběhnutím cíle. Jakkmile si večer doma sednete a znova si na mapě projdete trať, zjistíte, že „...tady jsem mohl líp běžet...“ „...proč jsem to neviděl? Měl jsem se tu zastavit...“. Závod vám pořád dojíždí a takováto sebereflexe vás posune dál.

**Úspěšná mládež**

V klubu Běhej Poděbrady mají několik mladých závodníků, kteří dosáhli licence B, což znamená, že se pravidelně umísťují na předních příčkách okresních závodů a startují v republikových finále. „Čím více kvalitnějších závodů ve větší konkurenci zaběhnou, tím lépe se umísťují ve velkém žebříčku, který je vydáván na internetu. Máme mistry republiky v rogainingu (orienták na větší mapě, závod může trvat i 24 h), v minulém roce od nás přestoupili dva mládežníci do nejlepších orientačkových klubů Pardubice a Říčany. Přes zimu trénujeme s mládeží v tělocvičně, je to nutné k vybudování formy na jaro, a stále celoročně za každého počasí pořádáme venkovní úterní a nedělní běhy,“ doplňuje Jakub Lounek. Klub dělá náborové akce, přičemž ideální věk pro začátek s orientačním během je zhruba deset let, kdy děti jsou už samostatnější a začínají mít radost z vlastních úspěchů bez toho, aby je někdo vodil za ručičku. Kluci a děvčata se s tímto sportem mohou seznámit i při výjimečné akci Pohár škol v orientačním běhu. „Ředitelé poděbradských základních škol nám umožňují zorganizovat na hřišti školy Václava Havla velkou akci pravidelně pro 700 žáků od páté třídy výše. Děti z pátých tříd si v bezpečí uzavřeného areálu zkusí orienták bez rizika, že se ztratí, přičemž na ně čeká pět kontrol. Vyšší ročníky již mají trať i do lázeňského parku. Koho tento sport zaujme, může se přihlásit do klubu.“ Dalšími akcemi pro veřejnost jsou zářijový Orientační otvírák a prosincový Vá+noční orienták, který se střídavě koná v lázeňském parku a v Sadech S. K. Neumanna. „Chtěl bych poděkovat celému týmu aktivních lidí, kteří se starají o chod klubu Běhej Poděbrady. O účetnictví, faktury, doklady, přihlášky, dotace, administrativu, zařizování závodů a tak dále. Práce je kolem klubu hodně a všichni ji zpravidla po večerech nadšeně dělají. Jelikož je potřeba orienták učit také teoreticky, naším přáním je mít v budoucnu svoji vlastní klubovnu,“ uzavírá Jakub Lounek. Na snímcích organizační tým klubu Běhej Poděbrady a Jakub Lounek při předávání cen.



Řádková inzerce

Inzerce

**RYOR**

**ZNAČKOVÁ PRODEJNA RYOR PODĚBRADY**

**Zimní pohoda**

**Zahřeje na těle i na duši. Přijďte si k nám vybrat z celé řady výrobků jako dělaných pro zimní období.**

1. Zimní pohoda Sprchový gel **137 Kč**
2. Zimní pohoda Krém na ruce **131 Kč**
3. Zimní pohoda Výživné tělové máslo **180 Kč**
4. Zimní pohoda Regenerační krém na nohy **142 Kč**
5. Zimní pohoda Velká svíčka **244 Kč**

**Sleva 15 %**  
na produkty Ryor

Platí od 2. ledna do 2. února 2025

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)

**ryor.cz**

**Ryor Poděbrady**

**Sběratel s více než 30letou praxí koupí a ohodnotí starožitnosti všeho druhu. Například obrazy, šperky, mince, zlato, porcelán atp. Platím vždy hotově na místě, nejlepší ceny od sběratele. Nabídky můžete posílat na WhatsApp 732 961 266 nebo na e-mail: marek.sberatel@seznam.cz.**

**Prodám staré pohlednice Poděbrad. Informace na tel. 736 640 290.**