

# Salonky



**Král roku**

**Michal Thomes**



# Už máte novou aplikaci Hradce Králové?

Mějte všechny důležité informace jako první

## Rychlé aktuality

## Úřad online

## Parkování ve městě

## Hlášení podnětů

## Pozvánky na akce

## Pracovní nabídky

## Hradec Králové v datech

Přihlásit se můžete také na [hradeckralove.munipolis.cz](http://hradeckralove.munipolis.cz)

Jak se přihlásit k odběru informací?

1. Stáhněte si aplikaci MUNIPOLIS pro iOS nebo Android
2. V aplikaci klikněte na ikonu uživatele vpravo dole
3. Přihlaste/registrujte se svým telefonním číslem
4. Zadejte autorizovaný kód, který vám přijde do SMS
5. Vyhledejte v síti MUNIPOLIS Hradec Králové
6. Zadejte své údaje a udělte souhlas s jejich zpracováním
7. Vyberte si místní část, odběrové skupiny a uložte nastavení

Hotovo. V tuto chvíli jste přihlášení k odběru všech důležitých informací.



OBSAH

## Editorial

### Druhé ceny Salonek

TOMÁŠ KULHÁNEK / šéfredaktor

Vážení čtenáři, v novém vydání magazínu Salonky vám už podruhé představujeme držitele našich redakčních cen. Když jsme vybírali letošní laureáty, znovu se ukázalo, jak pestrý Hradec Králové je. A právě to dělá výběr složitý. Když se podíváte na naše vítěze, na jedné straně najdete energii, odvalu a schopnost přivést do města desetitisíce lidí. Na druhé mladého člověka, který svým výzkumem míří daleko za hranice Hradce i České republiky. A pak je tu služba, která není vidět, ale bez které by se mnohé rodiny v nejtěžších chvílích ocitly úplně samy. Právě domácí hospicová péče mně osobně připomíná, že to nejdůležitější se často odehrává mimo pozornost. Ceny Salonek nejsou jen o tom vybrat „nejlepší“. Jsou hlavně o tom dát prostor příběhům, které stojí za to slyšet. Jsem rád, že vám letošní laureáty můžeme představit i prostřednictvím rozhovorů na následujících stránkách. Přeji vám příjemné čtení. ■



KRÁL ROKU: MICHAL THOMES / str. 6 ▶ 13



TOMÁŠ ČERMÁK

str. 14 ▶ 16



DOMÁCÍ HOSPICOVÁ PÉČE

str. 18 ▶ 20



MARTINA FOREJTKOVÁ

str. 30 ▶ 34



RECYUPCY

str. 42 ▶ 46

Vydavatel: TN Média s. r. o., Branická 213/53, 147 00 Praha 4, IČO: 28847229, MK ČR E 23744, Sídlo redakce: V Kopečku 163, Hradec Králové 500 01, [www.salonkyhk.cz](http://www.salonkyhk.cz), Redakce: Tomáš Kulhánek, tel.: 739 513 184, e-mail: [tomas.kulhanek@salonkyhk.cz](mailto:tomas.kulhanek@salonkyhk.cz), Matěj Holan, tel.: 773 653 565 e-mail: [matej.holan@salonkyhk.cz](mailto:matej.holan@salonkyhk.cz), Michal Bogáň, tel.: 734 545 423, e-mail: [michal@salonkyhk.cz](mailto:michal@salonkyhk.cz), Hynek Šnajdar, tel.: 734 457 697, e-mail: [hynek@salonkyhk.cz](mailto:hynek@salonkyhk.cz), Obchod, inzerce: Monika Klikarová, e-mail: [monika@tn-media.cz](mailto:monika@tn-media.cz), tel.: 733 353 695, Grafika: Martin Brhel, Jazyková korektura: Hedvika Landová, Distribuce: vybraná distribuční místa, Tisk: fronte s.r.o., Studánecká 1120, 530 03 Pardubice, Sazba: TN Média s. r. o., Číslo ISSN: ISSN 2694-7757, Četnost: měsíčník, Počet výtisků: 8000, Regionální mutace: Královéhradecko, Titulní strana: Václav Kracík.

INZERCE

# Salonky

## MAGAZÍN, VE KTERÉM MŮŽETE INZEROVAT PR ČLÁNKY | INZERCE

Monika Klikarová | e-mail: [monika@tn-media.cz](mailto:monika@tn-media.cz)  
tel.: 733 353 695

Poznejte les očima medvědu  
Stežka korunami stromů Krkonoše



## Kdo letos získal Ceny Salonek?

Ceny Salonek i letos ocenily osobnosti a projekty, které výrazně ovlivňují život v Hradci Králové. Hlavní titul Král roku 2025 získal pořadatel festivalu Rock for People Michal Thomes, porota ale vyzdvihla také mimořádný úspěch mladého vědce Tomáše Čermáka a práci týmu Domácí hospicové péče Oblastní charity Hradec Králové.

🗨️ TOMÁŠ KULHÁNEK

Ceny Salonek mají i ve svém druhém ročníku jasný cíl – upozorňovat na lidi a projekty, které posouvají Hradec Králové dál. Letošní laureáti přitom ukazují, jak rozdílné podoby může mít mimořádný přínos pro město i společnost.

Hlavní ocenění Král roku 2025 získal Michal Thomes, zakladatel festivalu Rock for People. Porota tím ocenila jeho dlouhodobou práci i skutečnost, že festival loni oslavil jubilejní 30. ročník. Rock for People každoročně přivádí do Hradce desetitisíce návštěvníků z celého světa a výrazně přispívá k tomu, jak je město vnímáno doma i v zahraničí.

Mezi oceněnými je i devatenáctiletý Tomáš Čermák, který získal prestižní mezinárodní ocenění The Earth Prize za výzkum v oblasti čištění vody pomocí plazmatu a fotokatalýzy. Mladý vědec z Hradce dnes studuje biomedicínské inženýrství na Imperial College London a jeho práce má potenciál přispět k řešení globálních environmentálních problémů.

Silný lidský rozměr přineslo letošnímu ročníku ocenění pro tým Domácí hospicové péče Oblastní charity Hradec Králové. Ten pomáhá lidem prožít poslední dny života doma, mezi blízkými. Porota

tím připomněla práci, která často zůstává mimo hlavní pozornost, přesto má pro společnost zásadní význam. Výběr letošních laureátů přitom nebyl jednoduchý. Ve hře byla celá řada výrazných jmen napříč různými oblastmi. Ve sportu například hokejista Filip Hronek, tenistka Kateřina Siniaková nebo judistka Julie Zárybnická, v kultuře písničkář Michal Horák, výtvarnice Míla Fürstová či klavírista Matyáš Novák.

Porota zvažovala také silné lidské příběhy, které často přesahují hranice běžného vnímání úspěchu. Například unikátní zásah lékařů Ondřeje Mrňávka a Jiřího Tótha, kteří zachránili život těhotné ženě se srdeční zástavou i její dceři, nebo čin celníka Libora Karsche, jenž vytáhl z ledového Labe devítiletého chlapce. Dlouho zvažovala i udělení ceny in memoriam proslulému rehabilitačnímu lékaři Eduardu Popperovi, který pomohl na nohy stovkám dětí. Právě šíře nominací podle poroty potvrzuje, že Ceny Salonek nechtějí vyzdvihovat jen mediálně nejviditelnější jména, ale také příběhy, které mají skutečný dopad.

O vítězích rozhodovala porota složená ze zástupců redakce i osobností spojených s Hradcem Králové. Zasedli v ní vydavatel Salonek Miloslav Bartoň, šéfredaktor Tomáš Kulhánek a redaktor Matěj Holaň, které doplnili loňští Králové roku Michael Nebeský a Petr Tomek, houslařka Šárka Pilařová, Lucie Javůrková ze Sítě aktivních občanů HK a Martina Vašíčková z PR Institutu. „Chceme oceňovat lidi, kteří něco dokázali, a zároveň ukazovat pozitivní vzory. Hradec jich má spoustu a byla by škoda o nich nemluvit,“ přibližuje hlavní myšlenku Cen Salonek Miloslav Bartoň. ■



Největší  
rodinný festival

BEZVA  
FEST

Hradec  
Králové  
23.5.2026

Atrakce, lunapark  
Youtuberi, kapely  
Dětské show  
Fun zóny

Vše v ceně vstupenky!

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

Meet and greet  
zdarma

KÁJA A BAMBULÁČEK • LOLLIPOPZ • REBELKY • SMEJKO A TANCULIENKA  
ALENKA A SUPRČUPR MEJDLO • CHIARA • ČIPERKOVÉ • SEBASTIAN • TARY  
MOON • SIRYAKARI • MRSHARK A DALŠÍ...



# Rock for People dělá Hradci dobrou službu

☛ TOMÁŠ KULHÁNEK, FOTO: VÁCLAV KRACÍK

Hlavní ocenění letošních Cen Salonek míří do rukou Michala Thomese. „Myslím, že jsme si s Hradcem tak trochu byli souzeni,“ říká zakladatel festivalu, který dnes patří mezi největší hudební akce ve střední Evropě a každé léto přivádí do města desítky tisíc fanoušků z celého světa. Porota letos vyhlásila Michala Thomese Králem roku 2025 při příležitosti loňského jubilejního 30. ročníku festivalu.

**Držíte v rukou hlavní ocenění Cen Salonek za rok 2025. Porota vás při příležitosti 30. ročníku festivalu Rock for People vyhlásila Králem roku za dlouhodobý přínos městu Hradec Králové. Co pro vás takové ocenění osobně znamená?**

Upřímně mě to překvapilo. Pořád se vlastně necítím jako někdo, kdo by měl být označován za hybatele velkých věcí. Ale když si někdo všimne práce, kterou děláte, je to samozřejmě velmi příjemné. Beru to ale hlavně jako ocenění celého týmu lidí kolem Rock for People. Festival už dávno není práce jednoho člověka. V Hradci jsme od roku 2007 a po covidu jsme se navíc stali provozovateli areálu Park 360. Díky tomu jsme mohli festival dál posouvat – jak z hlediska kvality programu, tak návštěvnosti. Pokud někdo vnímá, že se snažíme do Hradce přivážet zajímavé interprety z celého světa a přispívat tím k hudební kultuře města, tak mě to samozřejmě těší.

**Cenu jste obdržel za dlouhodobý přínos městu. Co podle vás Rock for People Hradci přinesl?**

Věřím, že Rock for People dělá Hradci dobrou službu hlavně z hlediska marketingu a povědomí o městě. Díky festivalu se o Hradci mluví jako o místě, kde se dá uspořádat opravdu velká hudební akce. Ukázalo se to třeba při koncertu Eda Sheerana. Najednou bylo vidět, že podobné události nemusí být jen v Praze. I stotisícové město jako Hradec Králové dokáže zvládnout koncert světové hvězdy. A někdy je ten zásah ještě mnohem větší, než si člověk uvědomuje. Nedávno jsme oznámili festival BludFest, za kterým stojí anglický zpěvák Yungblud – jedna z nejvýraznějších postav současné rockové scény a le-

tošní držitel ceny Grammy. V tu chvíli se o tom, že taková akce bude právě v Hradci Králové, začali bavit lidé v Austrálii, v USA i po celé Evropě. Najednou se na sociálních sítích a v hudebních médiích po celém světě objevuje jméno Hradec Králové. A podle mě může mít právě tahle akce z hlediska globálního zásahu ještě větší dopad než samotný Rock for People.

**Dokázete odhadnout, kolik lidí přijíždí do Hradce jen kvůli Rock for People?**

Když vezmu třeba poslední ročník, prošlo areálem kolem padesáti tisíc lidí a velká část z nich by do Hradce možná nikdy nepřišla. Festival pro ně často bývá první, ale zdaleka ne poslední zkušeností s městem. Spousta lidí díky Rock for People zjistí, že Hradec je příjemné a klidné město se zajímavou architekturou i krásným okolím, ať už je to Kuks, nebo další místa v regionu. Festival tak může být jakousi první ochutnávkou. A pak se sem lidé vrací – třeba na prodloužený víkend nebo jen tak na výlet.

**Festival začínal v Českém Brodě, ale skutečně vyrostl až v Hradci. Změnilo vás tohle město osobně?**

Když jsme se sem s festivalem před lety přesouvali z Českého Brodu, hodně lidí nám říkalo, že jdeme z hezkého areálu na „placaté letiště“, kde se neschováte před sluncem ani před deštěm. Jenže ten prostor má ve skutečnosti obrovský potenciál. Dnes je z něj Park 360 – unikátní areál, který má podle mě evropské parametry. Ukázalo se, že ten prostor má spoustu výhod. Není to jen asfaltová plocha, jak si někteří představovali. Jsou tu stromy, zelené louky i hangáry, které poskytují zázemí a úkryt při nepříznivém počasí. I proto ten areál zvládne velké akce lépe než mnoho jiných míst. Je to bývalé vojenské letiště, které se postupně proměňuje v kulturní prostor. A právě ta proměna – z místa spojeného s armádou na místo hudby a kultury – je podle mě hodně silná. Myslím, že jsme si s Hradcem tak trochu byli souzeni. Dnes je to asi moje nejoblíbenější město v České republice. Zatím tu sice nebydlím, ale plánuju, že se Hradečkem v budoucnu stanu.

# Chytrá příprava na zimu začíná servisem kotle

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



**VIESSMANN**

Servis, odborná montáž  
a velkoobchodní prodej kotlů Viessmann

Kancelář: +420 601 590 960

Servis: +420 797 869 316



## Za Rock for People jste obdržel řadu ocenění. Které z nich pro vás mělo největší váhu?

Velkou radost nám letos udělalo ocenění na European Festival Awards v kategorii bezpečnosti. Pro pořadatele je totiž bezpečnost úplný základ. Chceme, aby festival byl místem, kam rodiče bez obav pošlou své děti a kde se lidé cítí dobře. Po zkušenostech s extrémním počasím v roce 2012 tomu věnujeme opravdu velkou pozornost. O to víc nás těší, když pak dostanete ocenění, které z vás v uvozovkách udělá „nejbezpečnější evropský festival“. To je pro nás velká pochvala.

## Jubilejní 30. ročník byl velkým milníkem. Uvědomil jste si při něm, kam se festival za třicet let posunul?

Pro mě je pořád trochu neuvěřitelné, jaký kus cesty jsme za těch třicet let urazili. Když jsme začínali, neměli jsme žádné zkušenosti a bylo to čistě nadšenecké, skoro amatérské. Dnes jsme v situaci, kdy u nás hrají kapely jako Linkin Park, Muse nebo Green Day. To už je opravdu první liga. Zároveň mám pocit, že se Rock for People dnes může srovnávat i s velkými evropskými festivaly. Jezdí k nám lidé opakovaně a postupně roste i zahraniční publikum. Přitom žijeme v době, která festivalům úplně nepřeje, a řada z nich bojuje o přežití. O to víc mě těší, že se nám daří návštěvnost dál zvyšovat.

## Kdybyste měl z loňského ročníku vybrat jeden koncert, který vám zůstane v hlavě, který by to byl?

Jednoznačně Linkin Park. Byli jsme vlastně jedním

ze čtyř evropských festivalů, které si kapela vybrala při svém návratu na pódiu. O tohle vystoupení byl obrovský zájem a konkurence mezi festivaly byla velká, takže už jen to, že jsme se do toho výběru dostali, pro nás bylo velké ocenění. A samotný koncert byl naprosto fantastický. Za těch třicet let Rock for People to byl jeden z nejšílnějších momentů, které jsem na festivalu zažil.

## Po velkém jubilejním ročníku přichází jednatřicítka. Je těžké udržet laťku tak vysoko?

Trochu paradoxně jsme si to zkomplikovali sami. Původně jsme říkali, že třicátý ročník bude výjimečný – i tím, že byl pětidenní – a že se potom vrátíme ke čtyřdennímu formátu. Jenže pak přišla možnost přivést Iron Maiden, kteří mohli hrát v neděli. A krátce nato i Gorillaz, kteří měli jediný volný termín ve středu. Tím pádem se festival zase přirozeně roztáhl na pět dní. Říkáme si tedy, že to letos opakujeme „pro mimořádný úspěch“. Ale do budoucna bychom se rádi vrátili spíše ke čtyřdennímu formátu.



## Na koho se letos těšíte vy osobně nejvíc – ne jako ředitel festivalu, ale jako fanoušek hudby?

Velké očekávání mám určitě od Gorillaz. Je to kapela, kterou jsem si vždycky přál na Rock for People dostat. Těším se ale i na Bring Me the Horizon, kteří u nás měli jeden z nejlepších koncertů, jaký jsem na festivalu kdy zažil. Velká energie určitě přijde i s Limp Bizkit. A samozřejmě velkou událostí budou i Iron Maiden. Pro mě osobně je to kapela, která stála někde na začátku mého vztahu k rockové hudbě. Pátým headlinerem je letos Halsey. Pro někoho to možná bylo překvapení, ale myslím, že právě na místě bude ten koncert velkým a velmi příjemným zážitkem.



Kromě samotného festivalu jste v posledních letech začali do Hradce přivádět i velké samostatné koncerty. V Parku 360 vystoupil předloni Ed Sheeran, loni Bryan Adams. Je to směr, který chcete dlouhodobě rozvíjet?

Určitě ano. Potenciál toho areálu je obrovský a bylo by škoda ho nevyužít. Zároveň ale nechceme, aby Park 360 fungoval tak, že se tu bude každý víkend konat nějaký koncert. Spíš chceme zachovat určitou výjimečnost a přivážet sem opravdu velké nebo jedinečné akce. V tomhle směru na to navazuje i letošní BludFest, za kterým stojí Yungblud. I to je pro nás potvrzení, že má Park 360 velký potenciál.



Změnil koncert Eda Sheerana něco zásadního – třeba to, jak se na Park 360 dívají zahraniční agentury nebo samotní umělci?

Určitě ano. Ukázali jsme, že se tady dá uspořádat opravdu velký koncert a že to může fungovat. Navíc hodně lidí ocenilo samotný areál. Mnozí mi říkali, že byli rádi, že koncert nebyl v pražských Letňanech, kde je v podstatě jen velká plocha, ale právě tady v Hradci, kde má to místo úplně jinou atmosféru. Pro nás to byl důležitý signál, že Park 360 má potenciál hostit i opravdu velké mezinárodní koncerty.

Co je větší výzva – velký koncert, nebo festival?

Z hlediska logistiky je náročnější samostatný koncert. Třeba u Eda Sheerana jsme řešili podobnou návštěvnost, jakou mívá celý ročník Rock for People. Jenže rozdíl je v tom, že na festival lidé přijíždějí postupně během několika dní. U jednoho velkého koncertu dorazí většina návštěvníků během několika hodin. Proto jsme se snažili přije-

dy co nejvíc rozprostřít – program začínal už odpoledne, aby lidé měli důvod přijet dřív a strávit v areálu víc času. Pomohlo třeba i to, že kdo přijel dřív, měl levnější parkování. Největší nápor ale vždy přijde po skončení koncertu, kdy se tisíce lidí vydají domů najednou. A tam už se dostáváme k prosté fyzice – silnice mají svou kapacitu a všechno nejde urychlit.

Když dnes plánujete další ročníky festivalu, přemýšlíte víc o programu, nebo o komfortu návštěvníků?

Komfort návštěvníků je pro nás dnes velmi důležitý a je vidět, že se očekávání lidí postupně mění. V 90. letech nikdo moc neřešil, v jakých podmínkách na festival jede. Spíš se počítalo s tím, že to bude trochu dobrodružství. Dnes už ale lidé očekávají určitou úroveň zázemí. Chtějí kvalitní toalety, pohodlnější ubytování nebo třeba možnost přespat v předem připraveném stanu, aby s sebou nemuseli vozit spoustu věcí. Takže vedle programu hodně přemýšlíme i o tom, jak festival návštěvníkům co nejvíc zjemní.

O Parku 360 často mluvíte jako o místě, které má ambici patřit mezi nejlepší festivalové areály v Evropě. Co podle vás rozhoduje o tom, že je nějaký areál opravdu špičkový?

Je to kombinace několika věcí. Potřebujete dobrou infrastrukturu – příjezdové cesty, vodu, kanalizaci, zázemí pro návštěvníky. Důležité je také, aby se v areálu lidé dobře orientovali a aby byl dobře napojený na dopravu. Stejně důležitý je ale i charakter místa. Park 360 má obrovskou výhodu



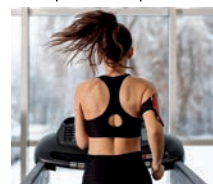
**VoZP** | VOJENSKÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA

## PREVENCE 2026

**POZOR, ZVÝŠILI JSME PŘÍSPĚVKY NA POHYB A OČKOVÁNÍ!**



**700 Kč**  
sport  
pro dospělé



**1000 Kč**  
sport  
pro děti



**700 Kč**  
plavání



**1000 Kč**  
sportovní  
a ozdravné  
pobyty pro děti



**500 Kč**  
dentální hygiena



**1000 Kč**  
očkování  
pro dospělé



**2000 Kč**  
očkování  
pro děti



**1500 Kč**  
zubní rovnátka  
pro děti



**7900 Kč**  
pro maminku  
a dítě



**500 Kč**  
dioptrické brýle  
pro děti



**300 Kč**  
vitamíny  
pro děti



**899 Kč**  
aplikace  
Kalorické Tabulky



**PŘIDEJTE SE K NÁM.**  
ČAS NA PŘIHLÁŠENÍ K VoZP  
MÁTE DO 31. BŘEZNA.

a další ...



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



**AVIATICKÁ**  
AIRSHOW HRADEC KRÁLOVÉ



# Aviatická pout' 2026

**30.–31. 5. 2026**

Generální partner:  
**enteria**  
český stavební holding

Partneři:  
**Královéhradecký kraj**

**Hradec Králové**

**Kooperativa**  
VIENNA INSURANCE GROUP

**LOM PRAHA**

**Rízení letového provozu České republiky**

**DSA AVIATION COMPANY**



v tom, že má vlastní atmosféru. Hangáry, otevřený prostor a historie bývalého vojenského letiště dávají tomu areálu jedinečný genius loci.

**Je pro vás důležité, aby Park 360 žil i mimo festival?**  
Určitě. Aby se mohl rozvíjet, musí fungovat celoročně. Nejde přitom jen o hudební akce. Chceme tu pořádat různé společenské události, výstavy, firemní akce nebo třeba svatby. Už dnes se tu konají různé uzavřené akce, které lidé běžně ani nevidí.

**Máte někdy pocit, že jste se z nadšence stal manažerem obrovského projektu?**  
Ano, to je asi přirozený vývoj. Spoustu věcí jsem se za ty roky musel naučit. Festival dnes celoročně připravuje asi dvacet lidí a během samotné akce se

tým rozroste na stovky až tisíce spolupracovníků. Ale věřím, že jsem si pořád zachoval i kus té původní energie. Občas kolegy překvapím nějakým bláznivým nápadem.

**Dokážete si představit, že by festival jednou fungoval bez vás?**

Myslím, že by to tak mělo být. Rock for People nikdy nemá být „one man show“. Dnes už kolem něj funguje silný tým lidí a vlastně velká rodina. Bez nich by festival vůbec nemohl existovat.

**Když během festivalu stojíte v areálu a vidíte desítky tisíc lidí, dokážete si to ještě užít jako fanoušek?**

Snažím se o to. Vlastně to byla moje snaha už od začátku – zajít si během festivalu na nějaké koncerty a dívat se na ně očima diváka. Nejsem úplně ten typ, který by potřeboval strávit celý festival ve VIP zóně a jen si tam s někým ťukat skleničkami. Naopak mě baví chodit mezi lidmi, potkávat návštěvníky a občas se s někým dát do řeči.

**Jaký je dnes váš největší hudební sen?**

Pořád bych chtěl jednou přivést Red Hot Chili Peppers nebo System of a Down. A pokud by se jednou v Parku 360 podařilo uspořádat koncert Coldplay nebo Taylor Swift, bylo by to také úžasné. Po zkušenostech z posledních let si už raději neříkám, že něco není možné. ■



# Inovace. To je smysl mého života

Redakce hradeckého magazínu Salonky již druhým rokem uděluje Ceny Salonek pro výjimečné osobnosti, které něčím zanechaly ve městě nesmazatelnou stopu. Jedním z čerstvých držitelů tohoto ocenění za Mimořádný počin roku 2025 je mladý, teprve devatenáctiletý Tomáš Čermák, který se už od studií na zdejší Biskupském gymnáziu cílevědomě a úspěšně věnuje oblasti vědy a výzkumu. Nyní jako první Evropan vůbec získal prestižní globální cenu The Earth Prize 2025 a zároveň zahájil studium oboru biomedicínské inženýrství na Imperial College London. „Pro mě nejzásadnější, proč jsem obor biomedicínské inženýrství začal v Londýně studovat, je to, že dává obrovský mezioborový rozhled,“ prozradil Tomáš.

HYNEK ŠNAJDAR,  
FOTO: ARCHIV TOMÁŠE BLAŽKA, MATĚJ HOLAN

**Tomáši, udělili jsme vám Cenu Salonek za získání prestižní ceny pro mladé inovátory, kteří svým výzkumem přispívají k ochraně planety. Co pro vás ocenění z vašeho rodného města znamená? Překvapilo vás to?**

Obrovsky mě to těší, protože v této ceně vidím napojení na mé rodné město, kde jsem vyrostl. I když dnes už mám těch domovů více, Hradec pro mě vždy zůstane tím prvním. Cena Salonek, za kterou velmi děkuji, mi říká, že si můj domov váží mě i mé práce. To mě moc těší a je to moc hezké.

**Mohl byste laikům představit váš mezinárodně oceněný projekt a říct, co je jeho hlavním smyslem?**

Cena Earth Prize je největší mezinárodní ocenění pro mladé vědce v environmentálním výzkumu, který jsme získali společně s mojí kolegyní Annou Podmanickou s projektem PURA a inovativní čištění vody pomocí studeného plazmatu a fotokatalýzy. Dnes, díky na jednu stranu úžasnému lidskému vývoji, kdy se nám podařilo zachránit milióny životů pomocí antibiotik a léků, zároveň zjišťujeme, že jejich konzumace má vliv na naše životní prostředí, což je velký problém. A na to jsme se zaměřili. Pomocí plazmy a fotokatalýzy jsme přišli na to, jak zmíněné léky odstranit z vody. Náš výzkum v této oblasti má mít pozitivní dopad na ochranu životního prostředí v praxi.

**Byla práce na projektu nejen vědeckou, ale také osobní výzvou?**

Nepochybně. Původně, to mi bylo necelých šestnáct let, jsem začínal v Ústavu fyziky plazmatu, což se později rozrostlo v širší spolupráci s několika českými univerzitami. Těch výzev bylo tedy spousta. Přesvědčit experty, aby se mnou



v tomto věku spolupracovali a abych mohl dělat výzkum, který mě naplňuje a přinesl výsledky, bylo hodně těžké. A to se od té doby nezměnilo. Stále existuje malá podpora mladých talentovaných lidí, jimž nezbývá nic jiného, než si razit svou vlastní cestu.

**Je důležité a zároveň je to satisfakce, že jste zaujali mezinárodní porotu v tak silné globální konkurenci?**

Ano. Při značném množství výběrových procesů se nám podařilo o společném výzkumu přesvěd-

čit experty v porotě. A to byl obrovský úspěch. Za důležité pro Českou republiku považují také to, že si našeho mimořádného úspěchu všimla i šéfka Evropské komise Ursula von der Leyen. Při svém projevu o stavu Unie vyzdvihla mě i kolegyni Annu jako příklad inovativních mladých Evropanů. To byla pro nás velká čest a zároveň dobrá zpráva, že Evropa dokáže být inovativní v ochraně životního prostředí a že v této souvislosti i naše země má schopnost dostat se na evropskou i světovou scénu. Když k inovacím přistoupíme správně a budeme je podporovat správným způsobem, můžeme být v konkrétních oborech světovou špičkou.

**Na ceny jste už poměrně zvyklý. V nedávné minulosti jste, ještě jako student Biskupského gymnázia v Hradci Králové, například mimo jiné získal Cenu Učené společnosti České republiky za mimořádnou vědeckou práci s názvem AC Korónový výboj a jeho vliv na inaktivaci mikroorganismů. Teď vás magazín Forbes zařadil mezi třicet osobností, kterým ještě nebylo třicet. Co jste si pomyslel?**

V tu chvíli jsem na naší fakultě seděl s profesorem matematiky a myslím si, že jsem byl jediný, kdo tam v tu chvíli brečel, a nebylo to kvůli matematice. Je to trochu nadsázka, ale velmi mě to dojalo a potěšilo. Považuji to za velkou prestiž, ale také za velkou zodpovědnost a závazek, protože jsem stále svým způsobem na začátku a do těch třiceti mi schází ještě jedenáct let. Nezbyvá mi tedy než svou práci posunout ještě dál a výš.

**Už v minulém rozhovoru, který jsme spolu vedli v roce 2024, jste mi oznámil, že chcete jít studovat do Anglie, a to se vám splnilo. V současné době studujete biomedicínské inženýrství na Imperial College London. Co tento obor zahrnuje?**

Je to sice velmi zajímavý obor, ale na první pohled je těžko rozklíčovatelný. Zahrnuje totiž, jak už název napovídá, oblasti bio, medicína a inženýrství. Je to taková směsice oborů od fyziky přes mechaniku až po elektroniku. Všechno se to však soustřeďuje na to, jak pomáhat lidstvu a posunovat ho kupředu, abychom byli zdravější a žili kvalitnější život s pomocí vědy a technologií. Pro mě nejzásadnější, proč jsem obor biomedicínské inženýrství začal v Londýně studovat, je to, že dává obrovský mezioborový rozhled.

**Čím je pro vás tato vzdělávací instituce přínosná?**

Značnou podporou studentů. Od začátku mého

studia byla velká a moc si toho vážím. Když něco potřebuji, například rozmanité a důležité kontakty či napojení, mám okamžitě neuvěřitelnou podporu. Už nyní jsem toho mockrát využil.

**V dotazníku už zmíněného magazínu Forbes jste uvedl, že nemáte sny, ale cíle. Co ve vašem případě vede k tomu, abyste jich dosáhli?**

To je pravda. Celý život si říkám, že nesním. Proč bych snil o něčem, čeho nemohu dosáhnout. Raději si dám nějaký cíl, kterého dosáhnout můžu, i když je velmi vysoko a daleko. Sice se vždy dlouho rozhoduji, ale jsem také hrozně tvrdohlavý. Když však zvážím všechna pro a proti, jdu do toho naplno, dokud cíle nedosáhnou.



Cenu za Tomáše převzali jeho rodiče Pavla Marková a Petr Čermák.

**Jsou vaše úspěchy pro vás motivací?**

Určitě ano. Když jsem byl malý autista, učil jsem se, jak mám fungovat ve společnosti. Měl jsem takovou mantru: Zvládl jsem tamto, zvládnou i tohle. Zároveň je to motivace k hledání cest, jak své výzkumy uplatnit v praxi. V současné době mám rozjetých spoustu nových projektů. Uvidím, kam moje cesta povede, a zároveň se snažím vše dotáhnout co nejdále.

**Vidíte se spíše jako vědec v laboratoři a inovátor propojující vědu s praxí, nebo třeba jako zakladatel technologického startupu?**

Jako vědec v laboratoři jsem se asi nikdy neviděl. Dokážu propojit vědu s okolním světem a to je asi moje role. Možná to jednou bude startup či něco jiného, ale především to musí pomáhat.

**Co byste poradil mladým lidem ve své rodné vlasti, kteří mají zájem o vědu, ale pochybují o svých schopnostech?**



zisková organizace STEM\_HUB, kterou jsem spoluzaložil. Její součástí je tým asi šestadvaceti skvělých lidí, kteří podporují stovky mladých budoucích vědců. Přípravují se tam nové projekty, z nichž jeden, který připravuji společně se svou kolegyní, je na podporu dívek ve vědě.

#### **Jak reaguje na váš vědecký vývoj a s tím související úspěchy vaše rodina? Je na vás pyšná?**

Členové mojí rodiny jsou už tak trochu vycvičení z předchozích let, ale myslím si, že jsou na mě pyšní a vědí, že jdu svou vlastní cestou. Především moje úžasná maminka byla a je mi stále obrovskou podporou.

#### **Daří se vám při studiu udržet rovnováhu mezi výkonem, osobním životem a odpočinkem?**

Daří i nedaří. Je to něco, s čím dlouhodobě zápasím. Na jednu stranu mě moje práce velmi baví a naplňuje, na druhou stranu si ale říkám, že z toho, co nás tak baví, se můžeme taky zbláznit. Aby se mi to nestalo, potřebuji nějaké uvolnění, třeba v podobě budování vlastního domova v Londýně. Uznávám ale, že bych měl více odpočívat, ale to se od našeho minulého rozhovoru před dvěma lety také nezměnilo.

#### **Co poznávání Londýna?**

Londýn je tak obrovské město, že na jeho poznávání je potřeba spousta času, kterého se mi nedostává. Poznávám ho tedy postupně a po částech. Třeba se mi to za ty čtyři roky studia podaří.

#### **A kde vidíte smysl svého života?**

Za tu krátkou dobu, co se snažím něco zkoumat, budovat a měnit, jsem si prošel mnoha stádii a můj obor je těžko definovatelný a popsateľný. Jestli tu moji práci něco vystihuje, jsou to inovace. To je myslím smysl mého života. ■



Všem mladým lidem bych poradil, aby to nevzdávali, i když to může znít jako klišé. Pokud mají něco v hlavě, co by chtěli dělat, ať si za tím cílevědomě jdou, přestože na té cestě bude hodně překážek a různých odmítnutí. Podpora mladých lidí je moje dlouhodobé téma. Od roku 2022 jsem založil dvě neziskové organizace, které v České republice pomáhají téměř šesti tisícům mladých lidí, studentům a budoucím vědcům. Poměr studentů u nás, kteří jdou vědeckým směrem, cestou výzkumu a inovací, však bohužel stále klesá a to není dobrá zpráva.

#### **Kdyby vám někdo ještě před pěti lety řekl, kde budete dnes, co byste mu odpověděl?**

Asi bych mu moc nevěřil, zvláště v době, kdy jsem nastupoval na gymnázium, což pro mě bylo psychicky i zdravotně velmi složité životní období. Na druhou stranu bych mu zřejmě řekl, že se o to pokusím a nevzdám to, i když tomu moc nevěřím.

#### **Co vás v současné době nejvíce těší a na co se nejvíce těšíte do budoucna?**

Co mě velmi hřeje u srdce, mimo tu moji vědeckou, výzkumnou a analytickou práci, je ne-



# Bohemians Praha 1905

## 5. 4. 13:00

## SK Slavia Praha 18. 4. / 19. 4.





## Nejsme nositelé smrti. Pomáháme žít dobře poslední dny

Tým Domácí hospicové péče Oblastní charity Hradec Králové získal Cenu Salonek za mimořádný přínos v péči o nevléčitelně nemocné. Pomáhá lidem prožít poslední dny života doma, mezi svými nejbližšími. Přesto tuto službu stále provází obavy a předsudky. „Nejsme nositelé smrti,“ říká zdravotní sestra a zástupkyně vedoucí hospice Bohdana Hušková. V rozhovoru vysvětluje, jak služba funguje, komu je určena a proč je důležité nebát se o pomoc požádat včas.

✎ TOMÁŠ KULHÁNEK, FOTO: ONDŘEJ LITTERA, ARCHIV HOSPICOVÉ PÉČE

### Pro mnoho lidí je domácí hospicová péče stále trochu neznámá služba. Jak byste ji představila?

Je to služba určená lidem s nevléčitelným onemocněním a jejich rodinám ve chvíli, kdy už se nemoc nedá vyléčit a člověk se blíží závěru života. Naším cílem je pomoci jim toto období prožít doma, v prostředí, které je jim blízké a bezpečné. Snažíme se, aby pacient měl co nejmenší potíže spojené s nemocí a aby netrpěl bolestí. Zároveň podporujeme rodinu, která o svého blízkého pečuje, aby na to nebyla sama a měla jistotu, že péči doma zvládne.

### V jaké situaci se rodiny na domácí hospicovou péči nejčastěji obracejí?

Když lékař stanoví, že pacient má před sebou už jen omezený čas – může jít o týdny, někdy i o několik měsíců. Často jde o situaci, kdy už nemocnice nemá z hlediska léčby co nabídnout, a péče se zaměřuje hlavně na zvládnání příznaků nemoci – bolesti, nevolnosti, dušnosti nebo dalších obtíží. Nejde už o vyléčení, ale o to, aby člověk mohl zbývající čas prožít co nejkvalitněji.

### Co všechno je potřeba, aby rodina mohla o svého blízkého pečovat doma s pomocí hospice?

Základem je doporučení lékaře – může to být specialista z nemocnice nebo praktický lékař. Druhou

důležitou podmínkou je, aby měl pacient doma někoho blízkého, kdo s ním může být a pomáhat mu v péči. Nemusí to přitom být nutně člen rodiny, může to být i jiná osoba, kterou si pacient zvolí a se kterou souhlasí. Domácí hospicová péče totiž počítá s tím, že nemocný není doma sám a má u sebe člověka, který mu může být nablízku prakticky nepřetržitě. My jako hospicový tým jsme rodině k dispozici 24 hodin denně a pomáháme jí zvládnout zdravotní i praktické situace, které mohou během péče nastat.

### Jak dlouho domácí hospicová péče v Hradci funguje a kdo všechno tvoří váš tým?

Domácí hospicová péče v Hradci funguje 13 let. Náš tým tvoří 26 lidí – lékaři, zdravotní sestry, sociální pracovníce, psychoterapeutka i kaplan. Nejde totiž jen o zdravotní péči, ale i o psychickou, sociální a někdy i duchovní podporu, kterou rodiny v takové situaci potřebují.

### Jak vypadá běžný den vašeho týmu?

Každé ráno se potkáme na poradě a předáme si

informace o jednotlivých pacientech, abychom věděli, kam je potřeba ten den vyjet a co kdo řeší. Každý den je trochu jiný podle toho, co je zrovna potřeba řešit. Sestry a lékaři pak vyrazí do rodin s potřebnými pomůckami a věnují se pacientům přímo v jejich domácím prostředí. Odpoledne a v noci slouží sestra, která je na telefonu a může kdykoli vyjet, k dispozici je vždy i lékař. Péči zajišťujeme nepřetržitě, sedm dní v týdnu, takže rodiny mají jistotu, že se na nás mohou kdykoli obrátit. Každá rodina má k dispozici také našeho sociálního pracovníka, který mapuje další potřeby pacienta a pečujících.

### Kolika rodinám ročně takto pomůžete?

Dlouhodobě pomáháme více než stovce pacientů ročně, například loni jsme se starali o 131 lidí. Kromě toho funguje i paliativní ambulance, v rámci které jsme pomohli 88 dalším lidem. Ta je určená pro pacienty, kteří ještě nesplňují podmínky pro domácí hospicovou péči – například nemají zajištěnou nepřetržitou péči doma nebo potřebují hlavně poradit s nastavením léčby bolesti

INZERCE

**Orlice park**

**Užijte si pohodové nákupy v Hradci Králové**

orlicepark.cz | orliceparkshopping | orlicepark

pepco® | KÝETINOVÝ KOUTEK | TEDI | Vínárství U Kapličky | Break fast Cafe | e-on Drive

SPORTISIMO | SAUNIA | Dr.Max+ | ČÍNSKÉ SPECIALITY 龍 | Optika | orion

BIRIUS+ | ASAT | DOKTOR KOBEN | ROSSMANN | MYJETO | albert

GECO | ACTION | Beauty Nails | 王府井

a dalšího postupu. Náš lékař může promluvit s nemocným a případně s rodinou, co mohou v průběhu nemoci očekávat. Mohou spolu také vytvořit plán budoucí péče.

### Lidé si často myslí, že taková péče musí být finančně náročná. Jak to ve skutečnosti je?

Zdravotní péče je u nás hrazena zdravotními pojišťovnami, takže pro rodiny nepředstavuje zásadní finanční zátěž. V době, kdy je pacient v naší péči, ale přechází zdravotní péče plně na nás. Znamená to, že rodiny už nechodí například ke specialistovi nebo praktikovi pro léky nebo pro radu, ale řeší všechno s naším týmem. Vždy jim to dopředu vysvětlujeme, aby přesně věděly, co mohou očekávat. Zároveň mají nárok na různé druhy finanční pomoci od státu.



### V čem podle vás spočívá největší přínos domácí hospicové péče?

Vidím tam dva důležité momenty. Ten první je vlastně jednoduchý – doma je doma. Pro většinu lidí je to přirozené prostředí, kde se cítí bezpečně a kde chtějí být se svými blízkými, nechtějí dožívat v instituci. Druhý aspekt souvisí s tím časem, který člověku zbývá. Nejde jen o samotné umírání, ale o život předtím. Snažíme se, aby ten čas mohl být co nejvyšší, aby ho pacient i jeho rodina mohli prožít spolu. Často bývá velmi intenzivní a pro obě strany silný.

### Setkáváte se s předsudky?

Ano. Někteří lidé mají pocit, že když si nás zavolají, vzdávají se naděje. Nebo se obávají, že by hospic

mohl konec života nějak urychlit. Naše zkušenost je ale opačná. Když pacient přijde do péče včas a podaří se dobře nastavit léčbu, často se nám daří zmírnit utrpení a někdy se může i samotný čas lehce prodloužit. Především ale výrazně zlepšíme kvalitu těch dní. Často si nás rodiny volají pozdě a pak už nestihneme udělat všechno, co bychom mohli. Byla bych ráda, kdyby se lidé hospice nebáli a nebáli se o pomoc říct dřív.

### Co je na vaší práci nejtěžší?

Pro každého z nás to může být těžké v něčem jiném. Já jsem zdravotní sestra a pro mě osobně je náročné vstupovat do nového prostředí a nevědět, co mě čeká. Když přijdete do rodiny poprvé, vlastně nikdy nevíte, do jaké situace vstupujete. Zároveň je potřeba se neustále přizpůsobovat. Stav pacienta se může rychle měnit a stejně tak potřeby rodiny. Každý den je jiný a přináší nové situace, na které musíme reagovat. To, co je pro jednoho náročné, může jinému naopak vyhovovat, takže každý z nás to prožívá trochu jinak. Těžká je i konfrontace s utrpením. Pro mě osobně je nejtěžší chvíle, kdy vím, že by se dalo utrpení zmírnit, ale pacient si to nepřeje – například odmítá léky proti bolesti, i když je zřejmé, že ho něco trápí. V takových chvílích je pro nás zásadní respekt k jeho rozhodnutí. Pokud to tak chce, musíme to přijmout.

### A co vám naopak dává největší smysl?

Tahle práce je asi nejsmysluplnější ze všech, které jsem kdy dělala. Dává mi smysl pomáhat lidem, aby jejich poslední dny mohly být co nejkvalitnější a s co nejmenším utrpením. A také to, že mají prostor být spolu se svými blízkými, ještě si věci říct a uzavřít to, co je pro ně důležité.

### Váš tým obdržel Cenu Salonek za dlouhodobý přínos v péči o nevléčitelně nemocné. Překvapilo vás to?

Na jednu stranu ano, protože téma smrti je pro mnoho lidí pořád těžké a vlastně se o něm moc nemluví. Na druhou stranu ale vnímám, že se situace postupně mění. Paliativní péče je dnes mnohem víc vidět a lidé si začínají uvědomovat, co může přinést. Za těch zhruba třináct let, co se této práci věnuji, vidím velký posun k lepšímu v tom, jak ji společnost vnímá.

### Co ocenění znamená pro váš tým?

První reakce týmu byla „olala“. Přijali jsme to s určitou stydlivostí a pokorou. Zároveň nás ale těší, že společnost nás vnímá jako přínosnou a že i tak citlivé téma má své místo ve veřejném prostoru. ■



SUBARU  
CROSSTREK

Zimní set kol  
k novému Subaru  
Crosstrek jako dárek!

[www.chalupa-motors.cz](http://www.chalupa-motors.cz)



SUBARU

Confidence in Motion

CHALUPA MOTORS s.r.o.

☎ 466 411 111 📍 Pardubice, Kosmonautů 515

☎ 735 799 797 📍 Trutnov, Horská 594



# Kov, který nese příběh

Ceny Salonek nejsou jen o samotném ocenění. Každá z nich je originál, který vzniká v Dohalicích – v dílnách společnosti AZ-KOVO.

☛ MATĚJ HOLAN, FOTO: ARCHIV AZ-KOVO

Právě zde dostávají kovové prvky tvar, detail i finální podobu, která se následně objeví v rukou laurátů. Spolupráce vznikla z jednoduché myšlenky: pokud mají Salonky oceňovat výrazné osobnosti regionu, měla by i samotná cena vznikat doma.

AZ-KOVO, firma s dlouholetou tradicí v přesné kovovírobě, se této výzvy ujala a postupně pomohla vtisknout ocenění jeho současnou podobu. Za výrobou stojí Jiří Mach, který má celý proces na starosti od prvního návrhu až po finální podobu. Každá cena tak prochází jeho rukama od začátku do konce a vzniká jako poctivá ruční práce s důrazem na detail. „Je to pro nás trochu jiný typ práce. Není to klasický kus brány nebo konstrukce, ale věc, která má někomu udělat radost. Právě to tomu dává jiný rozměr,“ popisuje.

Výroba ceny začíná technickým návrhem a volbou materiálu. Následuje vypálení jednotlivých tvarů na pálicí lince, jejich svaření, sestavení a finální úprava v lakovně. Klíčová je ale především ruční práce a důraz na detail.

Každý kus vzniká pečlivě, bez zkratk, s důrazem na čistotu provedení a přesnost. „Nejpracnější je všechno správně sestavit, zabrousit a usadit jednotlivé části tak, aby vše přesně sedělo. Dáváme si záležet na tom, aby byl výsledný kus čistý, bez nedokonalostí a připravený v perfektní kvalitě,“ vysvětluje Mach. Právě to, že na každé ceně pracuje jeden člověk, dává výsledku specifický charakter. Každý kus tak nese nejen řemeslnou preciznost, ale i osobní přístup. „Je to taková dekorativní práce, která se od našich běžných zakázek liší. O to víc nás baví, protože víme, že výsledný produkt má i symbolickou hodnotu,“ doplňuje.

AZ-KOVO se dlouhodobě specializuje na zakázkovou kovovírobu a technicky náročné projekty. Výroba cen pro Salonky je ale jiným typem realiza-



ce – menším rozsahem, zato s maximálním důrazem na detail i estetiku.

Každá cena tak není jen oceněním osobnosti roku. Je také ukázkou toho, že kvalitní technická práce má své místo i mimo průmyslové haly – v kulturním a společenském prostoru města. „Máme z toho dobrý pocit. Děláme něco, co oceňuje práci druhých, a zároveň máme radost, že i my můžeme odvést kvalitní práci na něčem, co má smysl,“ uzavírá Jiří Mach. ■

# Špičkový program a návrat k Lízátkům

Jubilejní 20. ročník Hradeckého Majálesu přinese návrat na legendární místo u Lízátek i nabitý program s dvěma desítkami interpretů. V sobotu 25. dubna se návštěvníci mohou těšit na hudební hvězdy jako Ben Cristovao, Calin, Kontrafakt nebo Chinaski.



Hradecký Majáles slaví 20 let. První ročník se tenkrát uskutečnil právě na parkovišti u Flošny vedle fotbalového stadionu. Na dlouhá léta se pak přesunul do krásného prostředí Šimkových sadů. Společně jsme zažili také ročníky u Pileťáku a Majáles jsme vyzkoušeli také na letišti v Parku 360.



Ben Cristovao. Foto: Pavla Hartmanová



Letošní ročník se symbolicky vrací tam, kde to před dvaceti lety všechno začalo – k Lízátkům, na parkoviště u Flošny a přilehlou louku, kde bývají cirkusy. Právě tady chceme společně s návštěvníky oslavit 20 let Hradeckého Majálesu.

„Máme velkou radost, že Majáles zůstává v centru města a je tak snadno dostupný pro všechny z Hradce. Dorazit můžete pohodlně pěšky, z nádraží i z Terminálu je to jen kousek a přímo u areálu se nachází také zastávka MHD. Pokud přijedete autem, parkování bude v den akce k dispozici u fotbalového stadionu,“ říká Mirek Beránek, který spolu s Michalem Šamánkem pořádají Majáles v Hradci Králové už od roku 2006.

## VYHRAJ VSTUPENKY NA HRADECKÝ MAJÁLES!

Chceš být u toho? Se Salonkami teď můžeš vyhrát lupeny na Hradecký Majáles zdarma! Stačí načíst QR kód a zapojit se do soutěže na našem webu. ▶



Program letošního ročníku nabídne přehlídku dvou desítek hudebních hvězd napříč žánry. Na parkovišti u Flošny v sobotu 25. dubna vystoupí hvězdy současné hudby jako Ben Cristovao, Calin, Kontrafakt nebo Ca\$hanova Bulhar. Doplní je další výrazná jména včetně PTK, Sary Rikas, Mikolase nebo Stein27. Scénu na louce pak rozzáří české a slovenské legendy. Těšit se můžete na Chinaski, Davida Kollera, Jiřího Korna, Martinu Pártlovou, Vypanou fixu nebo Horkýže Slíže. ■

# Nejstarší doklad přítomnosti člověka v Hradci Králové

🗺️ PETR ČECHÁK, SBÍRKA MVČ

Archeologické nálezy spadající do paleolitu, tedy do starší doby kamenné, což je nejstarší etapa celého pravěku, byly v okolí hradeckého návrší nacházeny již v 19. století. Příkladem je objev mamuta ve Svobodných Dvorech v roce 1899. Roku 1926 však došlo k regulaci toku Labe, což s sebou neslo rozsáhlé zemní práce. Právě při nich objevil pan Řehák, tehdejší stavbyvedoucí, někde mezi jádrem Hradce Králové a železničním mostem, severně od něj, unikátní nález. Ihned jej předal do nedalekého muzea, kde je možné si jej prohlédnout dodnes.

Jde o masivní kamenný artefakt z pazourku o délce zhruba sedm centimetrů a šířce asi pět a půl centimetru. Povrch ústěpu, což je skupina kamenných artefaktů, do které tento nález spadá, je

ve své většině pokrytý sytou nažloutlou patinou. Ta společně se způsobem štípání ukazuje na vysoké stáří artefaktu. Lze jej zařadit někde na přelom starého a středního paleolitu, rámcově do doby okolo 300 tisíc let před současností. Je to tedy nejstarší doklad přítomnosti člověka, a to nejenom na území Hradce Králové, ale i v celých východních Čechách.

Bohužel se za uplynulých sto let nepodařilo zpřesnit ani místo objevu, ani v této oblasti zachytit další paleolitické nálezy. S ohledem na fakt, že se úštěp nacházel v říčním písku, nelze také vyloučit jeho transport z jiného místa. V tomto směru nejstarší východočeský artefakt zůstává tak trochu otázkou. ■



## Digitální zaměstnanci šetří čas i peníze

Umělá inteligence už není jen zajímavý nástroj pro technické nadšence. V praxi se stále více mění v konkrétního pomocníka pro firmy, který dokáže převzít rutinní agendu, zrychlit komunikaci a ulevit lidem od opakujících se činností. Společnost Next mind nyní přichází se službou digitálních zaměstnanců – tedy AI asistentů, kteří mají jasně danou roli a pomáhají firmám v každodenním provozu.

Nejde přitom o jednu univerzální aplikaci. Digitální zaměstnanec může fungovat jako recepční pro třídění e-mailů, tajemnice pro přípravu schůzek a hlídání úkolů, kronikářka pro správu firemních znalostí nebo třeba helpdesk, který rychle odpovídá na opakující se dotazy. Smyslem je vybrat takovou roli, která firmě okamžitě pomůže tam, kde dnes nejvíce ztrácí čas.

Model je postavený na postupném růstu. Digitální zaměstnanec začíná jako „junior“, tedy pod větší kontrolou člověka, a postupně se může posouvat k samostatnějšímu fungování. Firmy tak nezačínají velkou revolucí, ale bezpečným pilotem s jasně měřitelným přínosem.

Podle katalogu Next mind se měsíční provoz takového řešení pohybuje přibližně od 3 do 15 tisíc korun, podle rozsahu a úrovně integrace. Oproti tomu přináší dostupnost 24 hodin denně, rychlou

škálovatelnost a stabilní výkon bez výpadků. Důležité ale je, že cílem není nahrazovat lidi, ale uvolnit jim ruce pro práci, která má vyšší hodnotu. V podcastu s Kateřinou Šumpíkovou z Next mind se mluví o tom, jak se taková AI pracovníci budují, proč o ně ve firmách roste zájem a proč je při jejich nasazení zásadní bezpečnost a ochrana citlivých dat. Právě spojení praktičnosti, ekonomiky a bezpečné implementace dělá z digitálních zaměstnanců jednu z nejzajímavějších novinek ve firemním prostředí.

Pokud byla AI dosud pro mnoho firem spíš vzdáleným tématem, digitální zaměstnanci ukazují její velmi konkrétní podobu: méně rutiny, více času a chytřejší fungování firmy. ■

Poslechni si podcast  
s Kateřinou Šumpíkovou  
z Next mind



Next  
mind

Tel.: +420 724 979 848 | E-mail: your@nextmind.cz  
www.nextmind.cz

# Ukaž město, ve kterém žiješ, a vyhraž iPhone 17!

Chceš vyhrát iPhone 17 a objevit se na titulní straně magazínu Salonky? Ukaž, jak vidíš město, ve kterém žiješ – fotkami, kresbou, textem nebo videem – a zapoj se do soutěže Stories, které žiju. Soutěžit mohou žáci základních škol a studenti středních škol z celého okresu Hradec Králové.

🗨️ TOMÁŠ KULHÁNEK

iPhone 17, titulní strana červnových Salonek a šance, že tvoji práci uvidí celý region. To už stojí za pozornost. Salonky vyhláší další ročník soutěže Stories, které žiju pro žáky 1. a 2. stupně základních škol a studenty středních škol. Letos se mohou zapojit mladí autoři z celého okresu Hradec Králové.

Nezáleží na tom, jestli bydlíš ve městě, menší obci nebo na vesnici. Každé místo má svůj příběh. A právě ten chceme vidět.

## Jak můžeš soutěžit?

Vybrat si můžeš formu, která ti sedí nejlépe. Rád fotíš? Vytvoř fotoseriál o 5 až 10 snímcích. Kreslíš? Pošli ilustraci. Baví tě psát? Napiš text do 1000 slov. A pokud raději pracuješ s pohybem a zvukem, natoč video do 3 minut. Soutěž je letos rozdělena do dvou kategorií. První je určená pro video. Druhá spojuje fotoseriály, ilustrace a texty.

Téma je jednoduché: Ukaž město, ve kterém žiješ. Může to být tvoje oblíbené místo, parta lidí, bez kterých si ho neumíš představit, atmosféra obyčejného odpoledne nebo třeba něco, co by se podle tebe mělo změnit. Nehledáme dokonalost ani profesionální techniku. Zajímá nás nápad, pohled a autenticita. Tvoje město nemusí být dokonalé. Stačí, když bude tvoje.

## Proč do toho jít?

Vítěz každé kategorie získá iPhone 17 a zároveň se objeví na titulní straně červnového vydání Salonek. Tvoje práce tak nezůstane jen ve školní složce nebo

v galerii mobilu – uvidí ji tisíce čtenářů z celého regionu. O vítězích rozhodne odborná porota složená ze zástupců města, škol i kulturní sféry.

Soutěž Stories, které žiju se letos koná už potřetí. V minulém ročníku se hrálo o herní konzoli PlayStation 5 a mezi vítězi byli žáci základních škol i studenti středních škol.

Hlavní ceny si odnesli šestnáctiletý Kristián Vavrda za text o svých domovských Malšovicích, o rok mladší Ondřej Jurka za fotografie známých hradeckých míst pořízené dronem a teprve jedenáctiletý Marek Bělohoubek za video nejen o historii Hradce Králové.

Podle nejmladšího vítěze může uspět opravdu každý. „Ukázalo se, že můžeš vyhrát, i když jsi mladší. Při natáčení jsme si navíc s bráchou užili spoustu legrace,“ vzpomíná Marek na loňské vítězství. Teď je řada na tobě. Ukaž, jak vidíš místo, kde žiješ. Každé město má svůj příběh.

Uzávěrka soutěže je 30. dubna. Své práce posílej na e-mail redakce@salonkyhk.cz.

Partneři projektu:



Salonky uvádějí soutěž

# Stories, které žiju

Tvoje město. Tvůj příběh.  
Ukaž město, ve kterém žiješ.



Zapoj se  
a vyhraž iPhone 17!



## Společnost LAMARK zkracuje dodací lhůty a neustále zrychluje.

## Pomohly investice do výroby i zázemí

Zákazníci dnes nechtějí čekat. Chtějí kvalitu, jistotu a rychlost. A právě na to firma LAMARK odpovídá například rozšířením výrobní haly na 8 100 m<sup>2</sup>, modernizací technologií, náborem nových lidí, otevřením moderního zázemí pro zaměstnance i získáním prestižních certifikací, které potvrzují, že kvalita a rychlost se v žádném případě nevyklučují. A všechno s jediným cílem: Zkrátit cestu od návrhu k hotovému výrobku, aniž by utrpěla kvalita a zákaznická spokojenost.

*„Převzal jsem zodpovědnost za celý proces od zaměření až po finální instalaci a servis. Mým cílem je zkrátit dodací lhůty a zároveň zvýšit kvalitu. Investovali jsme do technologií, optimalizovali výrobu a sjednotili komunikaci se zákazníkem – výsledek? Rychlejší a spolehlivější dodávky,“* komentuje současnou situaci Josef Mráz, technický konzultant podpory a rozvoje ve společnosti LAMARK.

### Více prostoru. Více možností

Rozšíření haly na 8 100 m<sup>2</sup> bylo strategickým krokem, který firmě LAMARK umožnil pružněji reagovat na poptávky, zkrátit výrobní cyklus a zachovat si přitom ryze českou řemeslnou preciznost, čistý design a dlouhou životnost. To vše jsou totiž atributy, které jsou podpisem značky LAMARK. Nové zázemí v hale i kancelářích na-

bízí navíc i lepší pracovní prostředí, efektivnější logistiku a možnost další expanze. Součástí rozšíření je i technologická modernizace, jako jsou 3D skenery, přesné lasery či digitalizovaný tok materiálu. Díky nim dokáže LAMARK udržet vysokou kvalitu i při rostoucím objemu zakázek.

### Přes dvacet let důvěry a šestnáct tisíc příběhů

*„Zrychlení dodávek není jen o nových strojích. Je to o lidech, procesech a odvaze investovat do budoucnosti. Chceme, aby naši zákazníci dostali kvalitní produkt rychle a spolehlivě – proto neustále posouváme naše možnosti,“* uvádí Milan Kučera, jednatel společnosti LAMARK. A to se promítá i do čísel:

- Přes 20 let na trhu.
- Více než 16 000 realizovaných zakázek.
- Výroba pouze v Česku.
- Bezúdržbové produkty s dlouhou životností.

Filozofie společnosti LAMARK chápe, že moderní zákazník neřeší jen „co“, ale i „kdy“ a „co kdyby“. A že rychlost musí jít ruku v ruce s garancí kvality.

### Kvalita není náhoda!

Rychlost sama o sobě už dnes často nestačí. Aby měla váhu, musí ji doprovázet i prestižní garance kvality a bezpečnosti. LAMARK opět získal prestižní certifikaci EN 1090 od uznávané instituce TÜV NORD. Norma EN 1090 určuje jasná pravidla pro všechny, kdo chtějí vyrábět konstrukce z oceli a hliníku, a zároveň dokázat, že jejich práce ob stojí i pod tím nejpřísnějším dohledem. Aby mohl výrobce nést toto prestižní ocenění, nestačí jen splnit několik tabulek. Musí dokázat, že má celý proces pod kontrolou, a to od prvního kusu materiálu až po poslední svar. Žádné „skoro“. Žádné „snad“. Všechno musí být ověřitelné, kontrolovatelné a perfektně sladěné.

*„Certifikát EN 1090 není v našem oboru běžný. Je to důkaz, že bereme kvalitu a bezpečnost vážně – od návrhu až po montáž,“* připomíná Nikola Tisoň, manažer kvality společnosti LAMARK.

Vedle EN 1090 získal LAMARK i další prestižní ocenění, jako je například Czech Superbrands 2024, 2025 a 2026, značku Český výrobek, Exceptional CX Badge 2024 a 2025 za zákaznickou zkušenost a nově také členství v Hospodářské komoře



ČR. Každé z těchto ocenění má svůj význam – od garance původu přes respekt značky až po uznání v oblasti služeb.

Zákazníci dnes nechtějí čekat. Chtějí jistotu, že to, co si objednají, dorazí včas a v té nejlepší možné kvalitě. LAMARK na to reaguje investicemi, rozvojem a otevřeností. Protože naslouchat zákazníkům znamená více než přijímat objednávky. Znamená chápat, co opravdu potřebují.

### Když firma drží slovo a když rychlost znamená důvěru

LAMARK se neopírá o reklamní slogany. Reputace firmy vznikla z tisíců dokončených zakázek, poctivé práce a zpětné vazby od zákazníků, která firmu formuje více než jakýkoli marketing. Každá investice – ať už do rozšíření haly, do lidí, nebo do certifikací – má jeden jediný cíl: Aby zákazník dostal perfektní produkt, dostal ho co nejrychleji a v prvotřídní kvalitě, která ob stojí i před nejnáročnějšími evropskými regulacemi. ■





# Šanson? Drama tří minut

Je zpěvačkou, hudebnicí a navíc jako pedagožka vyučuje hudební výchovu a francouzštinu na Prvním soukromém jazykovém gymnáziu v Hradci Králové. Martina Forejtková z nedalekých Třebechovic pod Orebem, která je nedílnou součástí hudebního uskupení Nos Dames zaměřeného zejména na šansony, je také držitelkou mnoha významných ocenění. Stala se například absolutní vítězkou mezinárodní soutěže frankofonních písní, kde získala cenu za šanson Les feuilles mortes. „Je to velká motivace a inspirace. Ta ocenění jsou zcela jistě důkazem toho, že jdeme po správné cestě,“ řekla šansoniérka.

📸 HYNEK ŠNAJDAR, FOTO: ARCHIV MARTINY FOREJTKOVÉ

## Kdy jste si poprvé uvědomila, že hudba bude vaší životní cestou?

Myslím, že už v útlém dětství. Ve dvou letech jsem si sedla k pianu a vybrnkávala si melodie, takže to byla moje vášeň. Docházela jsem na hodiny klavíru do Základní umělecké školy Habrmanova, po studiu na gymnáziu jsem nakonec na hradecké univerzitě absolvovala pedagogické obory hudební výchova a francouzština.

## Co vás přivedlo právě k šansonu, žánru, který je velmi osobní a interpretačně náročný?

Vzpomínám si, že jsem u rodičů v obýváku našla vinylovou desku francouzského šansoniéra Francis Cabrela, která mě uchvátila. Stále jsem ji poslouchala a uměla nazpaměť. To bylo pro mě v té době největší nadšení. Když má totiž člověk hudební sluch, cizí jazyk krásně vstřebává.

## Písně tohoto typu mají kořeny ve Francii. Je pro vás tedy francouzština nejen jazykem, ale také srdeční záležitostí?

Mám to štěstí, že jsem se cizí jazyky vždy učila snadno, ať už to byly angličtina, němčina, nebo francouzština, která je melodická, a to se mi líbilo. Právě přes písně a šansony jsem se ji jako samouk učila a z tohoto jazyka jsem úspěšně složila přijímací zkoušky na vysokou školu. Z textu písní a učebnic jsem si vytvořila mozaiku, abych pronikla do zákonitostí tohoto jazyka, což se myslím povedlo. Když jsem ještě chodila na gymnázium, přestěhovali jsme se s rodiči do nedalekých Hvozdnic u Libčan, které měly krásný přátelský vztah s městečkem Le Méle-sur-Sarthe v Normandii. Poměrně dost často jsme tam jezdili a Francouzi zase k nám. Vzájemně jsme se obohacovali a motivace naučit se tento jazyk byla jasná. Francouzština je pro mě určitě srdeční záležitostí.

## Jak byste charakterizovala šanson?

Je to drama tří minut, kde je velmi důležitý text obsahující nějaký příběh. Aby mě šanson zaujal, musí mít také zajímavou melodii a harmonii. Jsou v něm hloubka, myšlenka, emoce a energie. Pro mě, jako zpěvačku tohoto žánru, je velmi důležité se do šansonu položit. Pokud se to podaří, posluchačům naskakuje husí kůže a prožijí si tam svůj příběh. A to je při koncertech vždycky mým velkým přáním.

## Už jste zmínila jméno Francis Cabrela. Kdo vás kromě něj ještě na začátku kariéry ovlivnil?

Nejsou to jenom klasičtí šansoniéři, jako Charles Aznavour, Jacques Brel, Yves Montand, Gilbert Bécaud či Édith Piaf, ale také novodobí podobně zaměřeni frankofonní zpěváci, například Lara Fabian či Jeanne Cherhal. Při koncertech v první půlce zazní písně současných interpretů, které třeba posluchači moc neznají, v té druhé přijde řada na písně klasických a hodně známých šansoniérů.

## Dá se říci, že síla šansonu i v dnešní době spočívá v příběhu a má stále co sdělit současnému publiku?

Určitě ano. Myslím si, že je to nadčasové. Tradičními tématy jsou vztahy, láska, bolest... To všechno se dotýká lidí i v dnešní době a je to stále aktuální.

## Jak publikum reaguje na písně ve francouzštině, když nezná tento jazyk?

Pokud písně slyší ve francouzštině bez dokreslení vzniku písně a popřípadě jejich volného překladu a nevědí, o čem jsou, vnímají zvukomalbu tohoto jazyka a melodii. Při našich koncertech se někdy stává, že písně rádi vyslechnou ve francouzštině a nechtějí nic vysvětlovat. Snažíme se ale samozřejmě o to, aby se publikum dozvědělo, co je obsahem písní. Součástí našeho hudebního uskupení je moderátor, který koncert provází slovy, a já osobně preferuji to, aby lidé věděli, o čem se zpívá.

# JSME U VÁS DOMA

www.vzpravy.cz

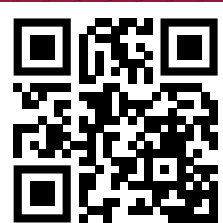
**TV** východočeská  
televize

Největší regionální televize

Máte pro nás  
námět na reportáž?

Napište nám na  
produkce@v1tv.cz

Týdně nás sleduje  
**360 000**  
diváků!



Sledujte nás  
i vy!

## Působíte jako zpěvačka, klavíristka a akordeonistka v uskupení Nos Dames. Co stálo u jeho zrodu?

Úplné počátky byly u nás v obýváku v Třebelchovicích pod Orebem, kdy jsme se spolužačkou z univerzity, violoncellistkou a zpěvačkou Káťou Prokešovou začaly společně hrát. To bylo někdy v roce 2012. Dokonce jsme spolu vystupovaly ve vodárenské věži v Týništi nad Orlicí, abychom se poté přesunuly do tamního kulturního centra jako duo Nos Dames. Později, to už bez Káti, vzniklo trio Nos Dames, v překladu Naše dámy, kdy se jeho součástí stala houslistka Miriam Otčenášková, a navzdory názvu je součástí tria zpěvák David Jandl, který zároveň při koncertech zajišťuje průvodní slovo.

## Podle čeho vybíráte repertoár?

V první řadě se mi musí líbit. Vyberu píseň, zkusím ji doprovodit na klavír a prezentuji ji svým kolegům. Pokud je zajímavé, dohodneme se, v jaké tónině ji budeme hrát, vymyslíme aranž a zkusíme si ji tak zvané ušít na tělo. Také poslouchám hudbu a písně na internetu nebo ještě chodím do hudební knihovny, kde je také docela dobrý hudební zdroj. Hrajeme tedy převzaté písně, ale v našem podání, které bývá často odlišné od originálu.

## Při jakých příležitostech vystupujete?

Snažíme se vystupovat v období frankofonie, což je v březnu. Většinou nás ale někdo pozve, například když někde kvetou levandule. Propojí se to s tou květinovou atmosférou a rozlévá se tam i dobré francouzské víno. Přibližně třináct let také pravidelně v červenci vystupujeme v zaplněném katolickém kostele v Kunvaldu. V Hradci Králové jsme už několikrát hráli na Slezské plovárně. Pravidelně jsme koncertovali i v knihovně města ve Wonkově ulici, vystupovali v kavárně Artičok, v Petrof Gallery, v evangelickém kostele pod Malým náměstím či ve Sboru kněze Ambrože. Zahráli jsme si i na malebném Zámečku ve Starých Ždánicích. Opakovaně vystupujeme v Týništi nad Orlicí, v Třebelchovicích pod Orebem, na Hradozámecké noci v Častolovicích a ve Werichově vile v Praze.

## Pokud vím, vaše skupina se stala mnohonásobným laureátem ostravské šansonové soutěže Concours de la chanson francophone. Co to pro vás znamená?

Celorepubliková soutěž, kterou pořádá Francouzská aliance v Ostravě v rámci Týdne frankofonie,

má několik kategorií. Setkání se koná v renovovaném ostravském hudebním klubu Parník. Soutěž má celorepublikovou platnost, protože na ni navazuje kolo středoevropské, a má vysokou úroveň. Kromě toho naše uskupení v roce 2022 získalo cenu absolutního vítěze Grand Prix v Moldávii. Je to pro nás určitě velká pocta.

## Vy sama jste držitelkou mnoha ocenění. Kterých?

Soutěžím se účastním od roku 2014. Stala jsem se několikanásobnou vítězkou a držitelkou ocenění z mezinárodních soutěží ve frankofonních písních, například v Ostravě, Budapešti a Banské Bystrici. V roce 2022 jsem získala cenu absolutního vítěze v mezinárodní soutěži ve frankofonních písních se skladbou Les feuilles mortes. Kromě hudebních úspěchů se také mohu pochlubit loňskou cenou za mimořádný přínos v popularizaci francouzské kultury v soutěži Un grand MERCI, která si klade za cíl ocenit ty nejvíce inspirující vyučující francouzštiny v České republice. A to mě samozřejmě moc těší. Velkou motivací pro mě také je, že na soutěže mohu jezdit se svými studenty.

INZERCE



## ROZVOZ ZDRAVÝCH SPECIALIT

Vaříme zdravá jídla z čerstvých a kvalitních surovin, která vám zdarma rozvezeme.

**Obědy / Polévky / Dezerty / Celodenní menu**

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

**Berete je jako potvrzení správné cesty, nebo jako závazek do budoucna?**

Je to určitě jistý závazek. Jsem ale také ráda, že nás slyší lidé nejenom v naší domovině. Je to velká motivace a inspirace. Samotná ocenění a úspěchy mých svěřenců jsou zcela jistě i důkazem toho, že jdeme po správné cestě.

**Co vám hudba dává v osobní rovině?**

Nádhernou svobodu. Kdybych v určitých momentech života neměla hudbu, myslím, že bych možná skončila někde u psychoterapeuta nebo psychologa. Teď o tom mluvíme se synem a ten mi dal za pravdu, protože v hudbě také našel vášeň. Hudba představuje naši niternost a jejím prostřednictvím lze dostat ven emoce. Je to tedy rovněž určitý druh terapie.

**Působíte také jako pedagog hudební výchovy a francouzštiny na Prvním soukromém jazykovém gymnáziu v Hradci Králové. Přenášíte do výuky vlastní umělecké zkušenosti? Jak na vás studenti reagují?**

Myslím, že dobře. I ti, kteří dřív hudbu neměli rádi, se nechali namotivovat, takže v hodinách francouzštiny a hudební výchovy zpíváme. Je to náš denní chléb. Nikdy netlačím na pilu, nikoho, kdo třeba zrovna neintonuje, neodsuzuji. Každý může dělat chyby, které jsou podle mě v pořádku, důležité je, aby se studenti cítili bezpečně v prostředí, kde jim nic nehrozí. Své studenty nemůžu hodnotit jinak než pozitivně, protože jsou opravdu skvělí. Velmi mě také těší, že mnohdy do našich hodin hudebky přijdou kolegové, sednou si a poslouchají.

**Vnímáte mezi mladými lidmi zájem o francouzštinu a s tím spojenou hudbu?**

V současné době je velká otázka, zda se naplní na nižším gymnáziu skupina francouzštiny, aby v ní bylo alespoň pět studentů, kteří potom absolvují šest let tohoto krásného jazyka, a všichni se ho naučí. Je to hodně intenzivní, protože výuka s menším počtem studentů je efektivnější. Samozřejmě bych byla ráda, kdyby zájemců o francouzštinu bylo více, protože je to skutečně nádherný jazyk, který se dá na našem gymnáziu paralelně učit s angličtinou či dalším třetím cizím jazykem. Hlavní je se toho nebát.

**Jak se vám daří skloubit pedagogickou práci s koncertní činností?**

Není to žádný velký problém. Hrajeme jednou

nebo dvakrát do měsíce, občas něco nového nazkoušíme, na čemž se podílí celé trio, a samotné koncerty také považují za formu zkoušky. *(smích)*

**Na co se posluchači mohou v nejbližší době těšit?**

V dubnu si dáme s koncertováním pauzu. Poté 29. května jenom s Davidem Jandlem vystoupíme ve Velinách na Noci kostelů a pak připravujeme 4. června již tradiční velký koncert na Slezské plovárně v Hradci Králové.

**Máte umělecký sen, který byste si chtěla splnit?**

Můj sen je, aby mi vydrželo nadšení a abych nevyhořela. Prála bych si být i nadále spokojená, aby mi moje práce stále dávala smysl a byla koníčkem.



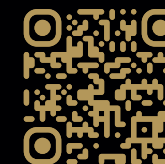
>>  
Hradecko

# NAVŠTIVTE EXPOZICI PETROF MUSEUM V HRADCI KRÁLOVÉ!

v budově Infocentra na Eliščině nábřeží

## PETROF

*museum*



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

zakladatel firmy *Antonín Petrof*



# Zdraví není samozřejmost. Prevence je nejjistější investice, říká Martin Sýkora

Zdraví řešíme často až ve chvíli, kdy nás něco bolí. Přitom právě prevence rozhoduje o tom, jak budeme žít za deset nebo dvacet let. O tom, proč je podle něj důležité myslet dopředu, jsme si povídali s Martinem Sýkorou, ředitelem pobočky Vojenské zdravotní pojišťovny pro Královéhradecký a Pardubický kraj.

**Když se řekne zdravotní pojišťovna, většina lidí si představí hlavně papírování a úhrady péče. Proč dnes mluvíte hlavně o prevenci?**

Protože zdraví není samozřejmost. A často si to uvědomíme až ve chvíli, kdy o něj začneme přicházet. Prevence je přitom to nejjednodušší, co pro sebe můžeme udělat. Nejde jen o to ušetřit peníze

systému – jde o kvalitu života. Dnešní doba hodně akcentuje i duševní zdraví. Žijeme rychle, pod tlakem, a stres se postupně podepisuje na našem těle i vztazích. Pokud chceme být opravdu zdraví, musíme se starat o obě stránky – fyzickou i psychickou. Jedno bez druhého dlouhodobě nefunguje.

**Jak konkrétně lidi motivujete?**

Snažíme se, aby prevence nebyla jen „doporučení od lékaře“, ale něco hmatatelného. Proto jsme pro rok 2026 navýšili příspěvky na pohyb i očkování. Dospělí od nás mohou získat 700 korun na sport. U dětí je podpora ještě výraznější – 1000 korun na

sportovní aktivity, 700 korun na plavání a 1000 korun na sportovní a ozdravné pobyty. A výrazně podporujeme i očkování – až 2000 korun pro děti a 1000 korun pro dospělé. Chceme tím říct jasnou věc: Žijme aktivně a choďme na pravidelné preventivní prohlídky k lékařům.

**Co vás osobně těší nejvíc?**

Když vidím, že rodiny příspěvky skutečně využívají. Že děti chodí na kroužky, plavat, na sportovní tábory. Že si rodiče řeknou – když už na to máme podporu, tak to zkusíme. Velkou radost mám i z balíčku pro maminky a děti, kde může podpora dosáhnout téměř 10 tisíc korun. To je období, kdy rodinný rozpočet dostává zabrat, a pokud můžeme trochu pomoci, dává to smysl.

**Myslíte si, že Češi prevenci stále podceňují?**

Trochu ano. Jsme národ, který vydrží hodně. Často si řekneme „to přejde“. Jenže některé věci samy nepřejdou. A když se zachytí včas, řešení bývá mnohem jednodušší a pro systém i levnější.

Snažíme se proto mluvit o zdraví i s mladými. V našem regionu pořádáme workshopy pro středškoláky s názvem „Jaká je cena zdraví“. Když studentům ukážete, kolik stojí konkrétní zákrok nebo hospitalizace, najednou začnou přemýšlet jinak. A konkrétní příběhy mohou přinést i moment, kdy se změní přístup.

**Co podle vás lidé často podceňují, pokud jde o vlastní zdraví?**

Myslím, že hlavně pravidelnost. Spousta lidí ví, že by měla chodit na preventivní prohlídky nebo se víc hýbat, ale v každodenním shonu to odkládají. Přitom právě drobné návyky – pravidelný pohyb, dostatek spánku nebo preventivní kontrola u lékaře – mohou v dlouhodobém horizontu rozhodnout o tom, jak kvalitní život budeme mít.

**Máte pocit, že se vztah lidí ke zdraví v posledních letech mění?**

Ano, postupně ano. Vidíme to například u mladší generace, která mnohem víc řeší psychickou pohodu, pohyb nebo zdravý životní styl. Zároveň ale pořád platí, že prevence není téma, které by lidé řešili automaticky. Proto je důležité o něm mluvit a ukazovat konkrétní přínosy.

**Jakou roli v tom může sehrát zdravotní pojišťovna?**  
Pojišťovna může být partnerem, který lidi motivu-

je a pomáhá jim udělat první krok. Ať už jde o příspěvky na sport, očkování, nebo programy pro rodiny s dětmi. Naším cílem je ukázat, že péče o zdraví není jen otázkou léčby, ale hlavně prevence a aktivního přístupu.

**Setkáváte se při práci s nějakými příběhy, které vás osobně zasáhly?**

Občas ano, v poslední době mě velmi potěšilo, že jsme jako pojišťovna dokázali pomoci s léčbou očního onemocnění pilotovi, který by bez včasného zásahu nemohl létat. Byl v mém věku a jsem moc rád, že už zase brázdí nebe.

**Co by podle vás měl udělat každý člověk ještě letos pro své zdraví?**

Začít malými kroky. Objednat se na preventivní prohlídku, víc chodit pěšky, najít si aktivitu, která ho baví. Nemusí to být žádná velká změna. Důležité je začít a vydržet.

**Zapojit se mohou i firmy?**

Určitě. Zdraví zaměstnanci jsou základem každé firmy. Nabízíme programy, které podporují pohyb, správné držení těla nebo imunitu. Někdy jde o drobnosti – kompenzační cvičení, ergonomické návyky – ale v dlouhodobém horizontu mají obrovský dopad. Když je ve firmě zájem, vždycky se nějak domluvíme.

**A jak se o své tělo stará Martin Sýkora?**

Snaží se ho především poslouchat. Můj život je hodně v pohybu, máme jako rodina dost aktivit, takže se dost často setkáváme až večer. Fyzickou stránku udržuji sportem, chodím běhat, v zimě na skialpech nebo na běžkách. A s psychickou rovnováhou mi pomáhá náš pes, se kterým chodím do lesa, tam vždycky vypnu a jen poslouchám přírodu, je to ten nejlepší relax.

**Kdybyste měl říct jednu věc, kterou by si čtenáři měli z dnešního rozhovoru odnést, co by to bylo?**

Že prevence není povinnost. Je to příležitost. Příležitost žít déle ve zdraví, být aktivní, nebýt omezený nemocí. A pokud k tomu může pojišťovna přispět konkrétní podporou, pak je to role, kterou chceme plnit naplno. ■

# Trocha nostalgie Hradečáky určitě nezabije – 40. díl

Ještě ve zlatých šedesátých letech minulého století, jak je pamětníci dodnes rádi nazývají, byly Malšovice klidné hradecké předměstí s nádechem pohodového vesnického prostředí a třemi příjemnými letitými hospůdkami Na Hrázce, U Lípy a U Čechů. Vše se ale ke konci těchto let postupně změnilo, když se v Malšovících začalo družstevně stavět nové hezké moderní sídliště. Nebylo to klasické panelákové sídliště, vyrostly zde domy stavěné z klasických cihel s velkým počtem zeleně v okolí. V tuto dobu se na bývalých polích a loukách, které sahaly až k lesu, začalo rodit nové bydlení pro mladé lidi z různých hradeckých podniků, ze kterých se následně stali zedníci, pracovníci u míchaček, pomocní stavební dělníci, řidiči nákladních aut a pracovníci dalších různých oborů. A právě proto tito stavebníci museli na dva až tři roky zapomenout na všechny své koníčky a záliby a veškeré své úsilí věnovat tomu, aby se jejich dům postavil v co nejkratším termínu a jejich rodiny se následně mohly nastěhovat do nového bytu v Malšovících.

Pokud se někdo před těmito stavebníky zmínil, že Malšovice jsou panelákové sídliště, hned dostal ponaučení, že oni přece bydlí v cihlovém domě.

Konkrétně náš dům v Čajkovského ulici jsme začali stavět 1. září 1968 a mně bylo tehdy krásných dvacet let. Bylo to pár dní po vstupu vojsk států Varšavské smlouvy v čele s vojskem Sovětského svazu na naše území. Pro nás stavebníky, ale samozřejmě i pro celý náš stát, to byl velice nepříjemný zážitek, ale nedalo se nic dělat a my, bylo nás dvacet družstevníků, jsme začali budovat náš dům slangově zvaný Dvacítka. Jako vklad jsme každý musel zaplatit částku 13 000 Kčs a dalších 10 000 Kčs jsme museli dát na podpůrný fond, na různé poplatky při stavbě domu. Další podmínka byla, že se každý družstevník zavázal odpracovat 2000 hodin na této stavbě. Každý dům to měl však jiné a co se týče průměru hodin, počet se u nás vyšplhal až na 2500 hodin. Byly i takové případy, že někteří družstevníci si z různých důvodů, kdy nemohli chodit pracovat, sehnali brigádníky, kterým po-

tom platili za odpracované hodiny 10 Kčs na hodinu.

Každý z nás zastával na stavbě nějaký post a např. já jsem pracoval hned od základů až po konečné omítky v bytech a fasádu na domě u míchačky, kde jsem se naučil zedníkům míchat tu nejlepší maltu a beton. Občas se stávalo, když jsem nebyl přítomen, že zedníci vraceli klukům řídkou nebo hustou maltu a křičeli na ně: „Máte to jako oslí hovna, kde je zase ten Trávníček?“ Když mi to potom kluci ze stavby říkali, byla to pro mě velká pocta, že jsem nepostradatelná osoba u míchačky. V té době se mezi družstevníky šířil slogan „Do nového bytu s novou ženou“, ale to bylo jen takové zábavné rčení, aby pánům stavebníkům šla práce lépe od ruky.

V sobotu a v neděli, když jsme pracovali na stavbě, jsme chodili v Malšovících na obědy do restaurací U Lípy a Na Hrázku. U Lípy dělal tenkrát vedoucího restaurace pan Rudolf Doležal a na jeho velice chutnou hradeckou desítku tam za ním jezdili pivní labužníci z celého Hradce. Pamatuji se i na bývalého majitele restaurace Na Hrázce pana Václava Hejčmana staršího, který tenkrát pracoval u Restaurací a jídelen se svou manželkou. Pojedli jsme tam, dali si jedno až dvě piva a už jsme zase mazali nazpět budovat a stavět nové Malšovice. V té době byl problém pravidelných dodávek cihel,



Pohled na malšovický les



Hradec jsou Královny a Králové

už 800 let



PREMIÉRA 28. 4. 19:30H

BI©ENTRAL

# LEV SALONU

dokumentární film

Filmová architektonická projížďka s Davidem Vávrou

Součástí večera je dražba obrazů Davida Vávry, výtěžek putuje na dostavbu Hospice pro Hradecko.

Hradec  
Králové

Pořádá BI©ENTRAL  
MOVING  
PICTURES

# TAKHLE SKÓRUJEME V HRADCI KRÁLOVÉ!

  
enteria



Královehradecký kraj



MILETA Hradec Králové

CHCEŠ SE PODÍLET NA PODOBNÝCH PROJEKTECH?  
Bud' toho součástí a podívej se na **VELKAPARTA.CZ**

a tak jsme také občas museli chodit do různých cihlen a pomáhat tam při výrobě těchto výrobků pro naši stavbu.

Každý dům měl svého stavbyvedoucího, předsedu a místopředsedu výboru. Konkrétně náš dům se stavěl pod hlavičkou VČE a náš stavbyvedoucí byl pan Josef Pavlík z Farářství, na kterého nám zůstaly jen ty nejlepší vzpomínky. Na tehdejší dobu se v Malšovicích postavilo hezké sídliště a byty 3+1 patřily určitě mezi ty lepší, co se v Hradci Králové v těch posledních letech postavily.

Pro nové obyvatele tohoto sídliště se hned na začátku sedmdesátých let postavila menší samoobsluha ještě s klasickými košíky, a když skončila, stalo se z ní později kino Mladých. Na nákupy se poté začalo chodit do velkoprodejny, která byla součástí nákupního areálu, kde byla restaurace, pošta, mléčný bar, trafik a obchody ovoce zelenina a čistírna oděvů. V prvním patře bylo potom kadeřnictví a holičství a pedikúra. Byly to začátky bydlení v těchto družstevních bytech, a protože se lidé v domech v té době všichni znali, navzájem si i pomáhali a společné bydlení probíhalo v dobré pohodě. Začátkem jara se ve všech domech dělaly po sobotách brigády na úpravu okolí domu, kterých se zúčastňovalo velké množství lidí. S pozdějším přechodem do osobního vlastnictví se však začalo vše měnit a dnes je škoda, že tyto akce v Malšovicích již neexistují. Slovo brigáda se totiž pomalu vytrácí ze slovníku dnešní generace.

Družstevníci, kteří se o výstavbu tenkrát zasloužili, byli převážně ještě mladí a nikdo z nich si plně



Malšovické sídliště

neuvědomoval problém, který dnes trápí majitele bytů v těch hořejších patrech. Ne že by se zapomnělo na výtahy v domech, ale všechny nově postavené domy nesplňovaly výškový charakter pěti pater, aby byl v té době nárok výtahy na tomto sídlišti projektovat a zabudovat. Někteří starší majitelé bytů, které byly v horních patrech, se již odstěhovali, ale konkrétně náš byt v nejvyšším patře skýtá z balkonu nádherný pohled na malšovický les, Orlické hory a Krkonoše. A proto odstěhovat se z tohoto bytu v Malšovicích by byl konkrétně pro mě dost velký problém.

Malšovice jsem si zamiloval a považuji je, společně s Novým Hradcem Králové, za to nejlepší bydlení v našem krajském městě. Přestože již padesát pět let stoupám společně se svou manželkou třeba dvakrát až třikrát za den do devadesáti devíti schodů a do čtvrtého patra, na radu mého kamaráda lékaře v tom budeme ještě dále pokračovat, pokud to zdravotně bude možné. Za zazenění také stojí, že všichni pánové, kteří začali stavět náš

dům v tom historickém roce 1968 a měli byty v nižších patrech, již nejsou mezi námi a nás poslední tři, kteří bydlíme v nejvyšším patře, má asi ten nahoře rád, protože jsme stále na tomto světě. Vždyť i po těch padesáti pěti letech je stále o byty na našem sídlišti velký zájem, hlavně mezi mladými lidmi. Do malšovického lesa na houby, na kolo, do hezkých lesních hospůdek a na procházku, do prostředí tolik oblíbeného mezi Hradečáky, je to pouhých tisíc metrů.

O malý kousek dále je vyhledávaný Stříbrný rybník na koupání, je tu možnost provozovat sport i příjemné osvěžení návštěvníků v restauračních zařízeních. V Malšovicích se konečně postavila i krásná fotbalová aréna, která dnes patří mezi nejhezčí fotbalové stadiony v Česku. Prostě Malšovice jsou pro mě už dlouhé půlstoletí velkou srdeční záležitostí a jak se zdá, zůstanu tu asi na věky, vždyť na krásný malšovický Lesní hřbitov to je od našeho domu jen pár kroků. ■

Slávek Trávníček



Sakury v ulici Čajkovského



## Stále je tu spousta možností a velký prostor pro změnu

Nedaleko obchodního centra Aupark v Hradci Králové, v poměrně nenápadném prostoru, sídlí důležité Cirkulární centrum RecyUpcy, jehož hlavním cílem je pracovat s použitými materiály, které by skončily jako odpad na skládce. U zrodu centra stál Tomáš Mrkvica, jenž měl s těmito aktivitami zkušenosti z předchozích let v Umělecké kolonii Bastion IV. v Josefově. „Naším přáním je, aby se tyto aktivity rozšířily i na jiná místa v zemi. Usilujeme o to, aby model cirkulárního centra byl přenositelný,“ prozradil „otec“ RecyUpcy.

••• HYNEK ŠNAJDAR, FOTO: ARCHIV RECYUPCY

### Co bylo hlavním impulsem a kdy to bylo, abyste založil RecyUpcy Cirkulární centrum Hradec Králové?

Je to asi sedm let zpátky. Pracoval jsem jako řemeslník v Umělecké kolonii Bastion IV. v Josefově, kde jsem tehdy začal vyrábět nábytek z ocelových vodovodních trubek a dřeva. Postupně jsem se v řemesle posouval a seznámil jsem se tam s umělci, například s Alešem Černým, který vytváří tak zvaná divokola. Byl to právě on, který mě začal tahat do kovošrotů i sběrných dvorů a ukazoval mi, co se tam dá všechno najít za materiál. Mně

v tu chvíli přišlo jako obrovská škoda, že se ty materiály po prvním použití vyhodí, přestože mají další potenciál. A to byl takový velký impuls k tomu, abych materiály začal sbírat, zpracovávat je a vytvářet nějaké produkty. Postupně kolem mě vznikla podobně smýšlející komunita. V březnu 2022 nás napadlo na to téma uspořádat první ročník festivalu RecyUpcy a zviditelnit naše konání pro další lidi, kteří chtějí s tímto materiálem dál pracovat. Název festivalu se natolik vžil, že je dodnes spojován i s naším centrem. Během příprav festivalu jsem také narazil na strategii Cirkulární Česko 2040, kterou vydala vláda České republiky

v roce 2022 k rozvoji cirkulární ekonomiky. Ve zkratce je jejím smyslem pracovat s materiály opakovaně a nevyhazovat je po prvním použití. Vnímám jsem to jako důležité téma, které má smysl systematicky rozvíjet.

### A kdy jste zakotvili v Hradci Králové?

Do Hradce Králové jsme se stěhovali 1. září roku 2024. Dva měsíce jsme prostory upravovali, zvelebili a postupně se v nich zabydlovali. Poté jsme 16. listopadu téhož roku uspořádali pro veřejnost první Den otevřených dveří.

### Měli jste jasnou představu, jak bude hradecké cirkulární centrum fungovat?

Díky předchozím aktivitám v Josefově jsme už měli zkušenosti. Příkladem je naše účast při kandidatuře města Broumova na Evropské hlavní město kultury. Do tohoto projektu jsme se s centrem zapojili těsně po jeho založení v říjnu roku 2022. Díky kandidatuře Broumova jsme měli možnost od kraje opakovaně čerpat finanční prostředky na zkoušení pilotních projektů a vy-

tváření komunity okolo centra. Potom už bylo v Hradci mnohem jednodušší začít. S hotovým projektem jsme oslovili vedení města, a především díky otevřenému přijetí paní primátorky Pavliny Springerové a náměstka, pana Lukáše Řádka, nám město pomohlo k dalšímu rozvoji.

### S kterými materiály ve vašem centru pracujete nejčastěji a proč?

Stále zkoušíme nové a nové různorodé materiály. Začali jsme korkovými špunty, cédečky, videokazetami a podobně. Postupně se na to nabaloval starý papír, textil, koberce i kachličky. Také jsme objížďeli lakovny a autolakovny, kde jsme se zaměřili na staré barvy, které už nevyužily. Ty jsme se snažili nabízet, například Základní umělecké školy v Jaroměři, nebo jsme uspořádali street artovou akci. V současné době se nejvíce soustředíme na dřevo, například jen z Hradce Králové do Jihlavy se k recyklaci odveze 4000 tun dřeva ročně. Proto jsme také v centru zřídili truhlářskou dílnu, kde lze dřevo dále řemeslně zpracovávat.

INZERCE

**Futurum**

**DOPŘEJTE SI  
TERAPII MÓDOU  
V NOVÉ PRODEJNĚ  
TNTUUM**



### Odkud materiál získáváte?

Materiály odebíráme především od různých firem nebo domácností, ale poradíme si i s pozůstalostí. Máme také barevné kontejnery na všech sběrných dvorech Hradce Králové a jeden najdete u našeho centra. Nejvíce teď spolupracujeme se sběrným dvorem Bratří Štefanů, kam jezdíme pro dřevo. Zaměřujeme se na to, co se tam vyhodí, a je toho skutečně hodně. Často jde o skoro nepoužité materiály.

### Překvapilo vás, co všechno se dá „zachránit“ a znovu využít?

Mě osobně překvapilo, že jde často o materiál, který se zrovna člověku nehodí, proto se ho zbaví jako odpadu, i když by ho zase jiný člověk dokázal využít. Přitom bychom se k němu měli spíše chovat jako ke knize. Když už knihu nepotřebujeme, uložíme ji na konkrétní k tomu určené místo, aby si ji mohl vzít někdo další.

### Jaký je zájem o materiál, který je v centru k dispozici?

Zájem roste. Čím více aktivit děláme, tím více se o nás ví. Lidé se začínají ozývat nejen proto, že nám něco chtějí darovat, ale také mají zájem o zpracování dřeva v naší dílně, kde například opravujeme nábytek. Navíc ti, kteří doma pracují se dřevem, něco vyrábějí a mají to jako hobby, mohou materiál získat u nás a nemusejí ho drazě nakupovat v hobby marketech.

### Tvrdíte, že budoucnost měst nezačíná v továrnách, ale v dílnách, školách a komunitách. Co tím myslíte?

Je to především o materiálech, které už ve městech máme. I na samotné budovy se můžeme koukat jako na materiállové banky. Spíše, než demolovat by bylo lepší dekonstruovat a s materiály dále pracovat lokálně a opakovaně. Říká se tomu urban mining. Z pohledu energetické efektivity můžeme materiály vnímat jako baterky. Energie vynaložená na jejich těžbu a zpracování je v nich uložena. Tím, že je znovu využijeme, ušetříme energii na těžbu a zpracování dalších primárních zdrojů. Máme k tomu téměř všechny možnosti: technologie, řemeslné školy i šikovné vynalézavé lidi. Co chybí, je fyzická infrastruktura, kde by se to mohlo dít. A tuhle cestu s cirkulárním centrem, dílnou a materiállovou bankou prostřednictvím komunity hledáme.

**Pokud vím, pořádáte také workshopy, a to i pro děti. Jak reagují, když poprvé pracují s materiálem, který by jinak skončil na skládce jako odpad? A co si**

### z vašich workshopů lidé kromě konkrétního výrobku odnášejí?

Tak to je otázka spíše na moji kolegyni a naši hlavní lektorku Janičku Zemanovou, která s dětmi pravidelně pracuje.

**Jana Zemanová:** Děti jsou většinou překvapené a nenapadlo by je, že jde z použitých materiálů vytvořit něco nového. Jsou ale školy, kde učitelky nosí tu myšlenku v hlavě a přenášejí to na své žáky. Já jim vždycky říkám, že ušetří přírodu, protože se nemusí vyrábět nic nového, a také svou peněženku. Potom už panuje nadšení z toho, že se to dá udělat i jinak, než jen zajít do obchodu. Z workshopů, které pořádáme, si odnášejí inspiraci. Často, když se u nás potkají, naváží nová přátelství a kontakty. Důležité je to také u dospělých, kteří se pro tu myšlenku nadchnou, šíří ji dál a inspirují své okolí. A tato důležitá osvěta je rovněž principem našich workshopů.

### Představte prosím komunitu vašeho centra.

Máme tady třeba kluka, který má na starosti materiállovou banku zahrnující třídění materiálu, sběr i provoz vedlejší dílny a dalšího využití materiálů. Působí zde i truhlář, kterému naše činnost dává velký smysl, má čas, kapacitu, takže nám nabízí svoje dovednosti a naši komunitu podporuje. A samozřejmě těch kolegů, kterým záleží na neplýtvání, je více. Vytváříme prostor pro lidi, aby se tady u nás mohli setkávat a společně se v tom podporovat.

### Jak nyní vnímá vaše aktivity město Hradec Králové?

Mám pocit, že za námi vedení města stojí od prvního kontaktu, a nejen vedení, ale i všichni ostatní Hradečáci, kterým naše iniciativa dává smysl. Co nás velmi motivuje k rozvoji aktivit, je fakt, že nás město vnímá jako strategického partnera a jejich ambicí je udělat z Hradce Králové lídra cirkulární ekonomiky v České republice. Právě téma rozvoje lokální cirkulární ekonomiky mě dlouhodobě velmi zajímá, snažím se ji nejen v Hradci rozvíjet.

### Máte ambici být inspirací pro další města a obce?

Určitě. Naším přáním je, aby se tyto aktivity rozšířily i na jiná místa v zemi. Usilujeme o to, aby model cirkulárního centra byl přenositelný. Učíme se s materiály pracovat, rozvíjíme výzkumné projekty, například i na provoz materiállové banky, aby ji poté mohla provozovat města v dalších regionech. Znovuvyužití, tedy efektivní



nakládání s materiálem, může být jedním z důležitých pilířů naší ekonomiky pro další období.

### Co vás na této práci nejvíce naplňuje?

Smysl a podstata. To, že naší činností přispíváme k „lepšímu životu“ na naší planetě. K tomu mě ještě napadá jedna podstatná věc. S příchodem průmyslové revoluce se začalo všechno rychle a masivně vyrábět. To postupně přerostlo do lineárního systému ekonomiky, tím ale došlo k nárůstu produkce odpadu, levná výroba znesnadňuje znovupoužití. Dokud bylo kam odpad ukládat a z čeho levně vyrábět, nikoho to moc netrápilo. Dnes se ale v některých segmentech dostáváme do naprosto nekontrolovatelného plýtvání. Ne vinou lidí, ale vinou systému, který jsme při nástupu průmyslové revoluce nedomyšleli. Stále je zde spousta možností a velký prostor pro změnu.

**Platí stále u vás osobně, že jste si nové oblečení nekoupil už několik let, nejezdíte autem a neprodukujete téměř žádný odpad?**

Ano, platí. Auto jsem se dobrovolně vzdal už před rokem a půl, protože mi nedává smysl v něm jezdit. Postupně jsem si uvědomil, že nejen ušetřím náklady za provoz auta, které nejsou zrovna malé,

ale zároveň šetřím za posilovnu, protože jsem stále v pohybu.

#### Jak by podle vás měl vypadat ideální vztah člověka k materiálům a věcem, které používá?

Hlavně si nekupovat věci na jedno použití. Když si kupujete boty nebo oblečení, spíše vyberte to kvalitnější s tím, že ho budete používat delší dobu a bude snadněji opravitelné. V tomto ohledu je lepší přemýšlet dlouhodobě i při nákupu potřeb do domácnosti, nábytku, sportovního vybavení... Je lepší si připlatit za kvalitní materiály a životnost prodlužovat opravami nebo redesignem.

#### V současné době se stále mluví o ekologii, uhlíkové stopě a o tom, že bychom měli méně plýtvat. Jak to ale vypadá v praxi?

Bohužel vlivem špatné komunikace se ze snižování uhlíkové stopy stal nějaký strašák. Úplně zmizela podstata toho, že to není jen o emisích, ale především o tom, v jakém prostředí chceme, aby žily naše děti. V současné době má to téma své odpůrce i zastánce. Příroda ale nečeká, až se domluvíme. Vlivem našich současných ekonomik emise

ze spotřeby věcí neustále stoupají a zůstávají v atmosféře. Když začneme výrobky opravovat a opakovaně používat, přestaneme potřebovat tolik energie na jejich výrobu a v tu chvíli mohou přestat stoupat i emise. Je to vlastně docela jednoduché, ale moc se to zatím neděje.

#### Kde vidíte budoucnost RecyUpcy?

Teď vnímáme opravdu obrovský prostor a potenciál pro změnu systému ve stavebnictví. Právě ze stavebního sektoru pochází padesát procent veškerého vyprodukovaného odpadu, který v České republice vznikne. Ročně je to zhruba 18 milionů tun. Zároveň stavební sektor je ekonomicky nejsilnějším odvětvím a cena stavebních materiálů v současné době ovlivňuje například i dostupné bydlení. Očekává se, že cena stavebních materiálů dále poroste. Proto vnímáme, že pokud se má stát Hradec Králové lídrem cirkulární ekonomiky, bude to ve stavebnictví. Díky titulu „salón republiky“, mnoha kvalitním stavebním a řemeslným školám a firmám k tomu má i dobré předpoklady. Budoucnost RecyUpcy vidíme v rozvoji cirkulárního stavebnictví. ■



VÝPRODEJ  
SKLADU

# RYCHLE A VÝHODNĚ!

## Vybavené SUV skladovky



### TIVOLI

od 409 900 Kč

Sleva 50 000 Kč

TIVOLI vám nabídne mimořádný požitek z jízdy. Při konfiguraci tohoto modelu navíc můžete volit mezi libovolnou kombinací 2WD/4WD a MT/AT.

### KORANDO

od 479 900 Kč

Sleva 70 000 Kč

KORANDO **STYLE+**, skvěle vybavený vůz, je nyní ještě dostupnější. Připravili jsme pro vás limitovanou akční nabídku s bohatou výbavou ZDARMA v hodnotě 30 000 Kč.

OLFIN Car s.r.o.  
Brněnská 1228/6  
500 03 Hradec Králové  
+420 498 019 855  
prodej.ssangyong@olfincar.cz  
www.olfincar.cz

**Olfincar**

Akce platí na vybraná skladová vozidla a trvá do 30. 4. 2026 nebo do vyprodání zásob.



# Čarodějnice Na Větvi



čtvrtek 30. 4. 2026

Opékání buřtů | Pálení čarodějnic

Promítání filmů | Tématická výzdoba



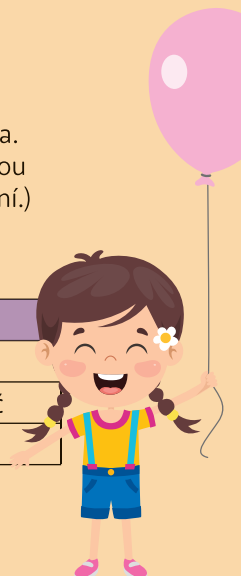
## Narozeninová oslava

### PROSTOR K OSLAVĚ:

Nabízíme vnitřní vytápěný salonek i venkovní posezení v domečcích. Rezervace salonku i domečku je zpoplatněna. **Vlastní jídlo a nápoje nejsou v areálu povoleny.** (Výjimkou je dort, který je po předchozí domluvě možné přinést vlastní.)

### REZERVACE:

SALONEK	VENKOVNÍ DOMEČEK
9:00–13:45 – 1 500 Kč	9:00–13:45 – 1 000 Kč
14:00–19:00 – 1 500 Kč	14:00–19:00 – 1 000 Kč
9:00–19:00 – 2 000 Kč	9:00–19:00 – 1 500 Kč



info@parknavetvi.cz | parknavetvi.cz | 739 817 022