

PÉVNĚKÁČKO

MAGAZÍN ZAMĚSTNANCŮ SPOLEČNOSTI PRAŽSKÉ VODOVODY A KANALIZACE, A.S. - Č. 3 - ZÁŘÍ 2012



*10 let od povodní
Penzijní reforma*

PVK odhalily za první pololetí letošního roku 251 případů černých odběrů

Za prvních šest měsíců letošního roku odhalili a prokázali zaměstnanci PVK celkem 251 případů černých odběrů, z toho v 66 případech šlo o černé odběry vody a v 185 případech byly na černo vypouštěny odpadní vody. Proti prvnímu pololetí loňského roku šlo o nárůst skoro o 22 %. Celkem PVK za tyto černé odběry fakturovaly zhruba 2,45 milionu korun.

U černých odběrů vody šlo v 73 % případů o manipulace s vodoměrem nebo porušení plomby, jindy měl odběratel neměřenou odbočku před vodoměrem či propojení trubkou. Při vypouštění odpadních vod na černo šlo především o nepřihlášenou kanalizační přípojku. PVK se vyhledávání černých odběrů a vypouštění věnují velmi intenzivně již několik let.



Křižovatka Evropské s Pražským okresem

Koncem srpna PVK trápily velké havárie

V neděli 26. srpna praskl na křižovatce Evropské s Pražským okresem vodovodní řád DN 1200. Na místě vyteklo velké množství vody, voda vytékala několik hodin rychlostí 1000 l/s, než se podařilo vodu uzavřít.

Přístup k místu havárie i opravu samotnou velmi komplikoval silně podmáčený terén, přesto se havárii podařilo opravit následující den.



Prosecká ul.

Tentýž den se na Praze 9 díky havárii kanalizační zděné stoky propadla část vozovky v Prosecké ulici. Prosecká ulice musela být ihned uzavřena.

Vznikla zde kaverna 5 x 5 m. Zaměstnanci útvaru stokové sítě provedli kamerový průzkum a zjistili, že odpadní voda vymlela část zdiva stoky a následně i okolní terén. Bylo také nutné provést monitoring podloží komunikace a opravit plynovod. Sanace kanalizace probíhala ve dvou etapách.

Nejdříve se provizorně opravila stoka a vyplnil propad vozovky. Následně po pátečním zprovoznění dvou jízdnic pruhů pokračuje oprava stoky ve třetím jízdnicím pruhu směrem do centra hornickým způsobem.

Celková oprava stoky bude velmi náročná a bude trvat několik týdnů.

Další havárie vznikla posledního srpna na Praze 4 v ul. Na Chodovci, kde praskl vodovodní řád DN 300 mm.

POZVÁNKA NA „BABÍ LÉTO U KRÁLE VÁCLAVA“

pro všechny zaměstnance PVK a CVCW

Setkání se koná 14. 9. 2012 od 18,00 hod. v restauraci U krále Václava.

Hraje kapela Pády.

Více informací na intranetu PVK.

Přeji Vám příjemnou zábavu a hezký zbytek léta

Marek Dřevo

Praha si připomněla 10. výročí povodní

Na základě rozhodnutí primátora hl. m. Prahy Bohuslava Svobody se v sobotu 11. srpna v Praze konalo protipovodňové cvičení „Staré Město 2012“. Jeho cílem bylo prověřit součinnost všech složek při výstavbě protipovodňových hrází a dalších prvků protipovodňové ochrany v oblasti Starého a částečně Nového Města. Cvičení se zúčastnilo 317 lidí, včetně našich zaměstnanců útvaru stokové sítě společně s manažerem Michalem Dolejšem, kteří předvedli provozní zkoušky mobilních čerpadel v ulici Dušní a na Dvořákově nábřeží. Do cvičení byli zapojeni i zaměstnanci Centrálního dispečinku a České vody-Czech Water.

Celý úsek cvičení od Nemocnice na Františku přes Dušní ulici, stanici metra A Staroměstskou, průchod kolem Karlových lázní a Smetanovo nábřeží až na Žofín si primátor Svoboda prohlédl spolu

s GR PVK Milanem Kuchařem a dalšími hosty. Při tiskové konferenci pan primátor několikrát zmínil velkou pomoc PVK při povodních a generálnímu řediteli PVK osobně poděkoval za skvělé zvládnutí

povodní. „Dnes jsou i ty nejnižší zábrany minimálně o 30 centimetrů vyšší, než byla nejvyšší hladina vody před deseti lety,“ řekl primátor Svoboda. Na závěr prohlídky primátor připomněl, že v dalších letech budou prověřeny především nové úseky protipovodňové ochrany v Troji, na Zbraslavi, v Radotíně a Chuchli.

Postavenou protipovodňovou ochranu na nábřežích si mohli prohlédnout i Pražané a návštěvníci metropole, doprovodný program byl připraven na Žofíně. Tam se představily ukázkami své činnosti jednotlivé složky Integrovaného bezpečnostního a záchranného systému. A pro malé i velké návštěvníky, kterých přišlo téměř pět tisíc, zde byly připraveny i zajímavé soutěže a hry. O pitný režim návštěvníků se staral náš vodní bar Veolia.

CO SE DĚLO PŘED 10 LETY

8. srpna PVK odstavily úpravnu vody v Podolí

9. srpna odpoledne protékalo Prahou již cca 1 100 m³/s a předpokládalo se zvýšení na 1 400 m³/s, bylo nezbytné uzavřít normální gravitační odtok z Ústřední čistírny odpadních vod (ÚČOV) a vodu přitékající stokami zdvihát protipovodňovou čerpací stanicí.

12. srpna se zabezpečovala ÚV Podolí proti povodni, byly uzavřeny protipovodňové uzávěry kanalizačního systému proti stoupající Vltavě, ÚČOV byla odstavena z provozu, voda z kmenových stok byla vypouštěna přímo do řeky.

13. srpna ÚČOV byla z bezpečnostních důvodů preventivně evakuována a jen osmičlenný tým v čele s ing. Pospěchem zabezpečoval odčerpávání prosáklé vody, večer byla ÚČOV odstavena úplně a osmičlenná parta ji opouštěla v době, kdy se začaly přelévat ochranné hráze.

Od pátku 16. srpna se začaly likvidovat následky povodní, zejména na ÚČOV.



CO BYLO ZATOPENO A ZNIČENO POVODNÍ V PRAZE

VODOVODNÍ SÍŤ

- úpravna vody v Podolí - zatopen jímací objekt, suterén staré filtrace atd.
- objekt úpravný průmyslové vody na Libeňském ostrově
- šoupátkové objekty obsluhující shybku přes Vltavu, ČS a další provozní areály na vodovodní síti, celkem 19 objektů

KANALIZAČNÍ SÍŤ

- propadlé stoky - stoka 60/110 v Haštalské, stoka 70/125 na Petrském náměstí, pod ruskou ambasádou v Dejvicích, v Bubenči atd.
- šachta u ND - ul. Divadelní
- 30 ČS zaplaveno a poškozeno povodní
- ÚČOV - zcela zatopena, jen administrativní budova byla nad vodou od 1. patra
- PČOV Sedlec

Škody na vodohospodářském majetku, který PVK provozuje, přesáhly 500 milionů korun, z toho na ÚČOV cca 300 mil. Kč.



Penzijní reforma – stojí za to vědět, o co jde!

Vážení kolegové,

od podzimu letošního roku a především v roce příštím nastane podstatná změna důchodového systému. Vzhledem k tomu, že více než 90 % z vás má uzavřené smlouvy o penzijním spoření, týká se tato změna i vás.

V následujícím přehledu jsou stručně a přehledně shrnuty všech-

ny podstatné změny i termíny zavedení nového důchodového systému. Věřím, že pro vaši základní orientaci bude tato přehledná forma dostatečná. Nicméně pro všechny klienty zejména penzijních fondů KB a České pojišťovny připravujeme informační setkání na vašich pracovištích, na kterých budete mít možnost

Jak bude fungovat důchodový systém (I., II. a III. pilíř) po reformě

Harmonogram reformy



30. 11. 2012

Ukončení možnosti sjednat si stávající výhodné spoření ve III. pilíři.



1. 1. 2013

Sjednávání nového spoření ve II. a III. pilíři pro všechny klienty.



30. 6. 2013

Ukončení možnosti vstoupit do II. pilíře pro klienty ve věku 35 let a více.

I. pilíř – Stát

Přibližný systém,

který bude nadále financován ze sociálního pojištění.

- 28% sazbou těch, kdo nevstoupí do 2. pilíře,
- 25% sazbou těch, kdo vstoupí do 2. pilíře.

Dále budou upravovány jeho parametry (věk odchodu do penze apod.).

Část v I. pilíři je povinná. Důchody vyplácené z I. pilíře jsou tvořeny odvody na sociální pojištění výdělečně činných osob. Financování probíhá na základě solidarity mezi generacemi. V I. pilíři si lidé nespoří na svůj důchod, ale jejich odvody jsou automaticky přerozdělovány současným penzistům.

Tyto peníze lidé nemají možnost zhodnotit.

Odvody do I. pilíře nejsou předmětem dědictví.

Pro každého, kdo si chce udržet životní standard i v důchodovém věku, je spoření na důchod naprosto nezbytné.

PENZIJNÍ SP

II. pilíř – Důchodové spoření

Nové dobrovolné důchodové spoření,

do kterého si klienti nechají zasílat:

- 3 % ze svého sociálního pojištění,
- 2 % z hrubé mzdy.

Vstup bude omezen horní věkovou hranicí 35 let.

Klient dostane šanci vybrat si z různých investičních profilů, čímž ovlivní svůj zisk.

Vstup do II. pilíře je dobrovolný. Spoření na osobním důchodovém účtu budou spravovat penzijní společnosti, které vzniknou transformací dnes již existujících penzijních fondů. Lidé se musí do věku 35 let rozhodnout, zda si chtějí příjem v důchodu zajistit variantou, kdy zůstanou pouze v I. pilíři, nebo zapojením i do II. pilíře. **V první polovině roku 2013 se mohou rozhodovat i lidé ve věku vyšším než 35 let.**

Po dosažení důchodového věku se naspořené peníze převedou do klientem zvolené pojišťovny. Pojišťovna pak bude klientovi vyplácet měsíční rentu ke státnímu důchodu. Naspořené peníze jsou předmětem dědictví. Klient má přehled o tom, kolik má naspořeno.

Nároky ze smluv III. pilíře sjednaných do 30. 11. 2012

Řádné ukončení smlouvy = 60 let věku klienta a 60 řádně zaplacených měsíců trvání smlouvy.

Výsluhová penze = sjednání je volitelné, po 180 řádně zaplacených měsících trvání smlouvy bez ohledu na věk.

Odbytné = výpověď po 12 řádně zaplacených měsících u dané penzijní společnosti.

Invalidní penze = přiznání invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně a 36 řádně zaplacených měsíců trvání smlouvy.

Typy výplat:

- a) jednorázové vyrovnání,
- b) výsluhová penze,
- c) odbytné,
- d) doživotní invalidní penze,
- e) doživotní starobní penze,
- f) doživotní starobní penze se zaručenou výplatou po stanovenou dobu,
- g) doživotní starobní penze s prodlouženou dobou výplaty.

Dědictví

a) Úmrtí před počátkem výplaty důchodu (ve spořicí fázi)

- Odbytné (kdykoliv od zahájení spoření) – oprávněným osobám i dědicům je vyplaceno bez státních příspěvků.
- Jednorázové vyrovnání (pokud byl klient starší 60 let a bylo řádně zaplaceno 60 měsíců) – oprávněné osoby ho dostanou i se státními příspěvky, dědicové bez nich.

b) Úmrtí v době výplaty důchodu (ve výplatní fázi)

- Penze se zaručenou výplatou po stanovenou dobu náleží oprávněné osobě nebo dědici. Pozůstalostní penze je jim vyplácena po dobu, která zbývá do konce určeného období.
- Penze s prodlouženou dobou výplaty náleží oprávněné osobě nebo dědici. Pozůstalostní penze je jim vyplácena po dobu, kterou klient v žádosti o výplatu penze předem určil.
- Penze na dobu neurčitou náleží jen účastníkovi (bez nároku na dědictví nebo výplatu oprávněným osobám).

Co se stane se stávajícím penzijním připojiště

- Vznikne Penzijní společnost, a. s.
- Penzijní společnost, a. s., bude spravovat penzijní spoření.
- Oddělí se majetek Penzijní společnosti, a. s., od majetku KB.
- Klient získá výnosy z fondu.

Penzijní fond

- Společný majetek akcionářů a klientů.
- Státní příspěvky od měsíčního vkladu ve výši 100 Kč.
- Daňové úlevy od ročního vkladu ve výši 6 000 Kč.
- Garance nezáporného zhodnocení.
- Výsluhová penze.

získat podrobné informace týkající se přímo vašich konkrétních podmínek a záměrů. S ohledem na vaše množství a počty pracovišť budou tyto schůzky probíhat v průběhu podzimu a také na začátku příštího roku.

Je jisté, že penzijní spoření je a zůstane i do budoucna důležitou

součástí odměňování a motivace ve společnostech skupiny Veolia Voda ČR a zároveň bude dlouhodobě ovlivňovat i váš životní standard. Z toho důvodů je ve vašem zájmu vědět, o co jde.

Petr Slezák
Personální ředitel

SPOLEČNOSTI

III. pilíř – Doplnkové penzijní spoření

Dobrovolné penzijní spoření:

- Stávajícím klientům se podmínky smlouvy o penzijním připojištění nemění, budou klienty transformovaného fondu.
- Pro všechny klienty bude platit zvýšení státního příspěvku.
- Noví klienti budou mít možnost spoření v několika účastnických fondech s různými investičními profily.

Účast ve III. pilíři je dobrovolná. Třetí pilíř budou tvořit transformované penzijní fondy (současné penzijní fondy), ze kterých vzniknou penzijní společnosti.

Transformovaný fond bude svým klientům připisovat státní příspěvky až ve výši 230 Kč měsíčně.

Lidé, kteří si sjednali penzijní připojištění do 30. 11. 2012, bude penzijní společnost garantovat jejich vklady.

Je tedy poslední možnost sjednat si penzijní připojištění za stávajících výhodných podmínek.

Naspořené peníze jsou předmětem dědictví. Klient má přehled o tom, kolik má naspořeno.

Penzijní připojištění (III. pilíř) před reformou a po reformě

Výše státní podpory do konce roku 2012

Měsíční příspěvek klienta v Kč	100	200	300	400	500	600	1 000	1 500	2 000
Měsíční státní příspěvek v Kč	50	90	120	140	150	150	150	150	150
Roční sleva na dani z příjmu v Kč	-	-	-	-	-	180	900	1 800	1 800
Celkové roční zvýhodnění ze strany státu v Kč	600	1 080	1 440	1 680	1 800	1 980	2 700	3 600	3 600

Výše státní podpory od ledna 2013

Měsíční příspěvek klienta v Kč	100	200	300	400	500	600	1 000	1 500	2 000
Měsíční státní příspěvek v Kč	-	-	90	110	130	150	230	230	230
Roční sleva na dani z příjmu v Kč	-	-	-	-	-	-	-	900	1 800
Celkové roční zvýhodnění ze strany státu v Kč	-	-	1 080	1 320	1 560	1 800	2 760	3 660	4 560

	Penzijní připojištění smlouvy sjednané do 30. 11. 2012	Penzijní připojištění smlouvy sjednané od 1. 1. 2013
Garance vkladů	Ano	Ne
Možnost více investovat do akcií	Ne	Ano
Možnost výsluhové penze	Ano	Ne
(výběr poloviny naspořené částky včetně státních příspěvků po 15 letech spoření)		
Možnost předčasně ukončit smlouvu (tzv. odbytné)	Po 12 měsících spoření	Po 24 měsících spoření

Penzijní společnost (smlouvami uzavřenými do 30. 11. 2012)?

penzijní společnosti (III. pilíř), ale i důchodové spoření (II. pilíř).

penzijní společnosti (tzv. klientů).

Transformovaný fond

- Oddělený majetek Penzijní společnosti a fondu.
- Státní příspěvky od měsíčního vkladu ve výši 300 Kč.
- Daňové úlevy od ročního vkladu ve výši 12 000 Kč.
- Garance nezáporného zhodnocení.
- Výsluhová penze.

Nároky z II. pilíře

Typy výplat (vyplácí pojišťovna):

- a) doživotní starobní důchod,
- b) doživotní starobní důchod se sjednanou výplatou pozůstalostního důchodu po dobu 3 let,
- c) starobní důchod po dobu 20 let,
- d) sirotčí důchod po dobu 5 let.

Dědictví

a) Úmrtí před počátkem výplaty důchodu (ve spořicí fázi)

- Pokud je dědicem nezletilý, naspořená částka včetně úroků se převede do pojišťovny, která 5 let vyplácí sirotčí důchod.
- Pokud je dědic 18 a více let a má II. pilíř, penzijní společnost převede 100 % naspořené částky včetně úroků na jeho důchodové spoření.
- Pokud je dědic 18 a více let a nemá II. pilíř, vyplácí mu penzijní společnost 100 % naspořené částky včetně úroků.

b) Úmrtí v době výplaty důchodu (ve výplatní fázi)

Řídí se typem sjednané výplaty:

- doživotní starobní důchod – zůstatek se nedědí,
- doživotní starobní důchod se sjednanou výplatou pozůstalostního důchodu po dobu 3 let – po dobu 3 let vyplácí pojišťovna oprávněné osobě důchod,
- starobní důchod po dobu 20 let – zůstatek účtu vyplácí pojišťovna dědicům (dědicům),
- sirotčí důchod po dobu 5 let – vyplácí pojišťovna nezletilému dědici (dědicům).

EKO SLOUPEK

Vážené kolegyně a kolegové, letní EKOsloupek jsem trochu odlehčila. Myslím, že nádoby na odpady nemusí být jen fádní a obyčejné. Jako důkaz přináším fotoreportáž, jak vesele a vtipně mohou vypadat nádoby na odpady.



Jak se vám líbí? A i když bych ne zcela věděla, co do takových nádob vyhodit, fantazii se meze nekladou a třeba i vy na svých letních cestách také narazíte na nějaký „pěkný kousek“ do naší „popelnicové sbírky“. Pokud ano, pošlete foto na jana.myskova@pvk.cz a ty nejzajímavější uveřejníme v Pěvákáčku.

Jana Lavrenčíková Myšková



POZVÁNKA NA SPORTOVNÍ BĚŽECKÝ DEN

Závodníci poběží 5 nebo 10 km

Kdy: 4. 10. v 11 hod.

Kde: u čerpací stanice Kozinec, trasa povede lesoparkem u Hostivařské přehrady

Na vaši účast se těší společnost CVCW, organizátor závodu.

Více informací na intranetu, přihlášky Věra Brejšková, vera.brejškova@cvcw.cz, tel. 272 172 103.

Společenská kronika

V červenci, srpnu a září oslavilo 9 zaměstnanců PVK a 6 zaměstnanců CVCW významné životní jubileum 60 let. Šest zaměstnanců PVK a 1 zaměstnanec CVCW oslavilo 50 let. Všem jubilantům přejeme do dalších let vše nejlepší, hodně zdraví, štěstí a optimismu.

Pracovní výročí

40 let zaměstnaní

Žaba Oldřich – CD
Praský Václav – provoz sítě 1
Vladyka Jiří - CVCW

Holečková Ludmila – ÚV Želivka
Machů Miroslav – ÚV Želivka
Ploc Josef – CD
Jakoubek Miroslav - CVCW

35 let zaměstnaní

Kufřerová Božena – ÚV Želivka
Mareš Jan – ÚČOV
Kleiman Ivo – CVCW
Paulík Michael - CVCW

20 let zaměstnaní

Žatecká Lucie – operativní útvar FOŘ
Šebánek Lubomír – ZÚBO
Záveský Jan – CD
Koudelová Lenka – ÚKKV
Dolejš Michal – útvar stokové sítě
Huněk Rudolf – ÚV Podolí
Slezák Karel – ZÚBO
Růžička Zdeněk – provoz sítí 2
Vojtová Marie – ZÚBO
Ryvolová Radmila – ÚV Káraný
Vavro Vladislav – ZÚBO
Zatloukal Petr – CVCW
Novotná Jitka - CVCW

30 let zaměstnaní

Kovařík Milan – provoz ČS a PČOV
Váňa Jaroslav – ÚV Želivka

25 let zaměstnaní

Blaha Jan – provoz dopravy
Tesař Zdeněk – provoz sítě 1
Ernest Otta – provoz ČS a PČOV
Růžha Jaroslav – ÚČOV
Vávrová Hana – ÚKKV
Jouza Petr – CVCW

Za dlouholetou práci pro společnost všem spolupracovníkům děkujeme.

POZVÁNKA DO VODÁRENSKÉHO MUZEA

Zveme vás na prohlídku Muzea pražského vodárenství, Podolská 15, Praha 4. Ve dnech **22. a 23. září** se uskuteční dny otevřených dveří pro veřejnost. Otevřeno bude vždy od 9.30 do 16.30 hod., vstup je zdarma. Návštěvníci mají možnost si prohlédnout muzeum, odkud se jim naskytne také výhled do tzv. Engelovy „vodní katedrály“, do filtrační haly.

60. výročí Muzea pražského vodárenství

Muzeum bylo poprvé otevřeno v roce 1952 v suterénních prostorách budovy Pražských vodáren v Praze 1, Národní tř. 13. Otevření celé expozice předcházela práce několika vodárenských generací. Základem muzea jsou exponáty, které byly použity v expozici pražského vodárenství na Jubilejní výstavě konané roku 1891 v Praze. Po rekonstrukci vodárny Podolí byla expozice muzea přemístěna a slavnostně otevřena v říjnu 1997. V letošním roce si zároveň připomínáme i 15. výročí nové expozice muzea.



Minigranty pomáhají potřebným

„Lukášek vozíček už používá a je skvělý. Je polohovací, může se přizpůsobit k jakémukoli výšce stolu, má osvětlení, směrovky a klakson. Díky tomuto vozíčku se může Lukášek sám pohybovat“, říká paní **Kamila Čvančarová**, která získala minigrant právě pro Lukáška.

„Posílám fotky, jak využíváme bazén a ještě jednou moc děkuji“, napsala paní Vrbová ze zařízení Petrklíč, oblastní charita Hav-



líčkův Brod. Bazén mají díky minigrantu, o který požádala paní **Marie Vojtová**. Ve velkých vedrech to pro handicapované děti není zrovna jednoduché a bazén jim pomáhá.

Minigrant, který získala **Simona Pytlová**, byl využit organizací sdružení Zajíček a.s. pro aktivity dětí na letním integračním táboře na pronajatém statku v Bučovicích u Votic. Jednalo se o pobyty handicapovaných dětí s možností ježdění na konících, ponících, muzikoterapií atd.



Koníčky našich kolegů - Cyklista Karel Prager

V naší společnosti je hodně dobrých cyklistů, ale ne každý se účastní Mistrovství ČR, což se podařilo právě **Karlu Pragerovi**. Nejen, že se zúčastnil, stal se dokonce mistrem republiky v časovce dvojic, kategorie Masters. Nejčastěji se účastní závodů ve Středočeském kraji, jen v roce 2012 vyhrál 11 časovek ve své kategorii, z toho 6x celkově bez rozdílu věku. Pan Prager pracuje jako dispečer na velínu v úpravně vody Káraný 8 let.

V roce 2010 jste s kolegou Radkem Vaňkátlem vyhrál Mistrovství ČR v časovce dvojic (na 25 km), co tomuto úspěchu předcházelo?

Je důležité říct, že nejedím na kole od mládí. K cyklistice mě přivedla teprve před pěti

lety snaha zhubnout. Nejdříve jsem jezdil na rotopedu a až když jsem zhubnul, tedy v roce 2007, jsem přešel na kolo, od té doby jsem na kole denně. Mistrovství republiky jsme vyhráli v roce 2010 a v roce 2011 jsme byli druzí.

Jaký byl váš první cyklistický závod?

Prvním mým závodem byl silniční závod v Sojovicích na 90 km, na který jsem se přihlásil, ačkoli jsem do té doby nejedil více než 30 km. Dojel jsem sice poslední, ale cyklistika mě nadchla natolik, že jsem se přihlásil ještě ten rok na další 4 závody. Už jsem nebyl poslední, ale uprostřed balíku.

A co další závody?

Každý rok se účastním řady závodů, jedním z nejtěžších je Král Šumavy, což je 250 km na kole s velkým převýšením, tento závod jezdím od roku 2008 a jednou jsem byl 4. a jednou 5. Legendární amatérský závod Praha – Doksy na 80 km (2. a 3. místo) a dalších v rámci Unie amatérských cyklistů a Extraliga master, jen v roce 2011 to bylo 50 závodů. Kromě toho jezdíme se členy klubu třeba na Ještěd, což je 200 km nebo do Krkonoš apod.

Jak často trénujete?

Jezdím denně na kole do práce, ale kromě toho trénuji několikrát týdně. Můj osobní rekord je za den 303 km, za loňský rok jsem na kole najel více než 20 000 km.



Měl jste nějaký úraz?

Nějaká havárie se mi sice přihodí každý rok, ale naštěstí to zatím nebylo nic vážného, jen odřeniny.

Jste členem cyklistického klubu?

Od roku 2009 jsem členem cyklistického klubu Vinohradské šlapky, se kterými jsem začal jezdit na různé závody. Jsem cyklista amatér a nemám ani žádného trenéra. Do světa cyklistiky jsem se dostal přes webové stránky nyní i mého klubu www.vinohradskeslapky.com, které mohou každému cyklistovi jen doporučit. Dozvěděl jsem se tam mnoho zajímavého.



Co pro vás cyklistika znamená?

Cyklistice jsem úplně propadl, hodně mě baví. Cítím se mnohem lépe než dřív, získal jsem mnoho nových přátel. Díky kolu jsem poznal spoustu nových míst a snad všechny silnice v dosahu 50 km. Pro časovou náročnost je mým jediným koníčkem.



Na fotografii z Muzea pražského vodárenství vidíte tajenkaod Josefa Božka pro Malostranskou vodárnu z roku 1840.

Tajenku pošlete do 27. září 2012 na e-mail: jitka.fialova@pvk.cz. Každý ze 3 vylosovaných výherců obdrží kosmetický balíček Manufaktura.

POMÍČKA: AERACE, AST, BUENO	SEDAT SI	3. DÍL TAJENKY	ZNAČKA THALLIA	VRANIK	OČAROVÁNÍ (ŘIDCE)	BIBLIČKÁ OSOBA	ŘÍMSKÁ ČTYŘKA	TÍM ZPŮSOBEM	EVROPAN		ITALSKÝ HOUSLÁŘSKÝ ROD	NATĚROVÉ HMOTY	PAPOUŠEK	PŘITAKÁNÍ	HUSARSKÝ KABÁTEC	1. DÍL TAJENKY	TRÓPICKÁ DŘEVINA
OBLÉCI										STÁT USA							
TLAKEM DOSTÁVAT DOLŮ										VYTRVALOSTNÍ BĚH NEDOPLETEK							
NÁZEV ZNAČKY POLOMĚRU			TITUL MUŽE UČITEL NÁBOŽENSTVÍ				DRUH PLACHETNICE DOBŘÝ NÁPOJ								UMĚLÝ JAZYK UKVAPENÝ (EXPRES.)		
OPRAVNA LODI				OBRUBA OBRAZU PARKOVÝ STROM				CESTY LETADLEM TROJHLAVÝ SVAL					SLIZOVÝ VÝMESEK ZÁHADY				
CITO-SLOVCE PŘEKVAPENÍ					KRÁTKÝ FILMOVÝ ZÁBER PŘITAKÁNÍ				SOLMIZ, SLABIKA SUMERSKÉ MĚSTO			POPĚVEK ZAŽEHNUTÍ					
PATŘÍČÍ PŘÍBUZNÉ						KROUCENÍ (TECHN.) ZN. MILI- METRU					MÍSTO NĚČEHO KOCOUREK						
	STAROVĚKÉ POČÍTADLO	POUZE (NÁREČ.) NEPŘÍJEM- NÝ HMYZ					EVROPAN JMÉNO RŮLINCOVÉ			KVĚTEN PODÁNÍ PACKY							
NOEMOVO PLAVIDLO					ŘÍMSKÝCH 1600 SLOVENSKÝ „O ČD“				RUKA JMÉNO ZPĚVÁKA CHARLESE								
ŠPANĚLSKÝ „DOBŘÝ“						PROVZDU- ŠOVÁNÍ INICIÁLY PILAROVÉ										ŮTEC (ŘIDCE)	
NĚMECKÝ „VĚTV“				2. DÍL TAJENKY													
ZNAČKA AUT				OPASKY (ZASTAR.)							TMEL						



Výsledky z minulého čísla:

Tajenka: **ŠOUPĚ Z MODŘANSKÝCH STROJÍREN**

Deštník obdržely: Blanka Kučerová, Jana Horká, Jiřina Hellerová

PVK vychází vstříc rodičům



Jak se zachovat v krizových situacích, udržet si chladnou hlavu a pomoci svým bezbranným dětem v případě úrazu, ztráty vědomí a dalších nehod, se dozvěděli maminky a jeden tatínek, zaměstnanci PVK a CVCW, na speciálním školení „**Trénink první pomoci kojenců a dětí**“.

Školení se uskutečnilo 21. června v Hostivaři a trvalo 3 hodiny, kdy si rodiče vyslechli nejen odborný výklad záchranáře pana

Marka Hylebranta, ale měli možnost si vyzkoušet na figuríně dětského tělíčka i dýchání z úst do úst a masáž srdce. Školení všechny přítomné obohatilo o zkušenosti a díky jeho úspěšnosti bude personální útvar počítat s jeho opakováním.



RECEPTY

HOUBOVÉ RIZOTO

Olivový olej, tymián, 100 g slaniny, 150 g parmazánu, cca 750 g hub, 1 cibule, pepř, sůl, svazek oregana, cca 1/2 kg rýže. Nakrájenou slaninu rozehřejete na oleji, přidáte cibulku, očištěné rozkrájené houby, sůl, pepř, opečete a dusíte. Rýži uvaříte do měkka dle návodu zvlášť. Rýži a houby smícháte a dáte do trouby zapéct. Dochutíte bylinkami a posypete nastrohaným parmazánem.



MUFFINY S KLOBÁSOU A CIBULKOU

250 g hl.mouky, 1/2 prášku do peč., 2 vejce, 70 g rozpuštěného másla, 200 ml zakysané smetany, 80 g ementálu, 1 klobásu, 2 jarní cibulky, sůl, pepř. Všechny přísady smíchejte, lžící dejte těsto do formiček na muffiny, pečte asi 30 min. na 200 °C.