

VOJENSKÁ LÁZEŇSKÁ A REKREAČNÍ ZAŘÍZENÍ – PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Sněžka



6 MLÁDEŽNICKÉ
TÁBORY



Zajímavým programem nabité
mezinárodní tábory pro děti a mládež

10 TIPY
NA VÝLETY



Krkonoše – horskou pěšinou
od boudy k boudě

13 GASTRONO-
MICKÉ OKÉNKO



Inovujeme, modernizujeme
a inspirujeme se světovými trendy



Foto: Archiv VLRZ

Společenská odpovědnost

Pobyty pro zdravotně postižené ve Františkových Lázních

Vánoce jsou svátky lásky, pohody a štěstí. Lidé si dávají dárky a snaží se udělat radost svým blízkým, ale někdy i lidem zcela neznámým. Vánoční svátky jsou i připomenutím toho, že bychom na lidi méně šťastné než jsme my, měli myslet nejen o Vánocích. Malý dárek těm, ke kterým se osud nezachoval laskavě, se snažíme dát i ve VLL Františkovy Lázně.

Období adventu bývá v posledních letech v naší léčebně ve znamení pobytů skupin svazů tělesně či zdravotně postižených. Poslední týden provozu pak skupiny plzeňské pobočky, kdy vytváříme podmínky i proto, aby mohli krátký léčebný pobyt absolvovat klienti s invalidními vozíky. Upravujeme vstupy do pokojů, prostory v jídelně i v recepci. I tak je však nutné, aby měli klienti, kteří jsou upoutáni na vozík, ještě doprovod. Ten jim pomáhá zejména ve zvládnutí procedur. Léčebné a relaxační procedury jsou v tomto případě speciálně individuálně vybírány a plánovány, případně i upravovány, podle aktuálního zdravotního stavu a pohyblivosti klienta. Díky tomu, že v této době už není VLL plně obsazena, je k dispozici větší prostor pro poskytování procedur, a to jak z hlediska času, procedury mohou trvat déle, tak z hlediska jejich personálního zabezpečení, protože masérky a fyzioterapeutky už nejsou vytíženy tak jako v hlavní sezóně. Jinak je program sestaven podobně jako u Pobytu pro seniory, případně pobytu Poprvé v lázních, pouze s přihlednutím k již zmíněným specifickým potřebám.

Většina klientů u těchto pobytech nemá hendikep tak závažný a mohou jim být aplikovány procedury bez podstatného omezení. I u nich je však provedena důsledná prohlídka a u některých je i upraveno stravování a nabídnuta konzultace s nutriční terapeutkou. Tito klienti mohou bez větších problémů absolvovat i procházky, návštěvy kulturních zařízení, případně výlety do okolí Františkových Lázní, čehož intenzivně využívají. Je velmi inspirující, když si skupina klientů s nejtěžším postižením u nás sama zorganizuje malý soukromý předvánoční večer s lehkým občerstvením, s poezií, hudebním vystoupením a neformálním setkáním s ředitelem zařízení, primářem, případně dalšími pozvanými hosty. V individuálních rozhovorech se často dovídáme o neuvěřitelně složitých a těžkých ži-

votních podmínkách, v jakých tito naši hosté žijí, ale i o velké osobní odvaze, statečnosti a optimismu, s nimiž vše zvládají.

O tyto adventní pobyty je značný zájem. V posledních letech to bývá ve třech týdenních turnusech celkem více než 100 účastníků z poboček Příbram, Rakovník a již zmíněné Plzně. A podle informací hlavních organizátorů (Marie Moudrá – STP Příbram, Drahomíra Šindelářová – SZP Rakovník, Ing. Miroslav Dobrý – STP Plzeň) se zdaleka nedostane na všechny zájemce. Těmto obětavým vedoucím je nutno složit velkou poklonu. Organizace pobytů je perfektní, vše je administrativně předem připraveno, příjem velké skupiny i v podmínkách opatření proti COVIDU probíhá plynule a rychle. Komunikace během pobytu, reakce na vzniklé problémy nebo požadavky je okamžitá. Takže s pobyty je oboustranná spokojenost. Snažíme se vytvořit optimální podmínky pro všechny účastníky. Navíc, díky pochopení ředitele VLRZ a obchodního náměstka, jsou tyto pobyty poskytovány vlastně za cenu nákladů. To je činí cenově dostupné i pro ty, kteří rozhodně nemají finanční prostředky na tyto pobyty. Tyto pobyty jsou velmi dobrou reklamou pro VLRZ, p. o., a pro samotnou VLL Františkovy Lázně. A důkazem toho, že jsme společným úsilím ředitelství VLRZ a obchodního úseku VLL Františkovy Lázně připravili velmi zajímavý produkt, jsou už přijaté závazné objednávky na příští rok. A vzhledem k tomu, že tyto pobyty organizujeme už od roku 2012, řada jejich účastníků k nám nyní přijíždí také na komplexní lázeňskou a příspěvkovou lázeňskou péči jako klienti zdravotních pojišťoven a jak nám sdělují, doporučují naše služby ve svém okolí.

Doc. Ing. Karel KOTEK, CSc.
ředitel VLL Františkovy Lázně

NATO Charity Bazaar

v Bruselu

V minulém čísle časopisu Volareza News jsme Vás informovali o charitativní akci „NATO Charity Bazaar“, kterou uspořádala Severoatlantická aliance 25. listopadu 2021 v Bruselu.

Volareza tuto společenskou událost podpořila pobytovým poukazem pro 2 osoby na 4 noci v hotelu DAP. Za uvedenou poskytnutou podporu při zajištění charitativní akce poděkoval Volareze Vojenský představitel ČR při NATO a EU generálporučík Ing. Jaromír Alan, MSC.

(red)



Ocenění

dárců krve 2021

Oddělení hematologie a krevní transfuze ÚVN Praha ocenilo dne 5. ledna 2022 dva dárce s největšími počty odběrů.

Oceněným dárcem za rok 2021 se stal Ing. Michal Borůvka, správce systému Oddělení informatiky a výpočetní techniky ÚVN Praha, který v ÚVN Praha daruje krev od roku 2006 a celkem ji daroval 186x! V loňském roce absolvoval celkem 5 odběrů plné krve, 13 odběrů plazmy a 1 odběr trombocytů. Druhým oceněným byl Petr Vrchota z Výzkumného zkušebního ústav leteckého v Letňanech, dárcem je od roku 2015 a celkem dosud absolvoval 87 odběrů. V roce 2021 daroval 5x plnou krev a 15x plazmu.

Dárcům poděkoval primář plk. gšt. MUDr. Miloš Bohoněk, Ph.D. a zástupci Volareze předali oceněným dárcům poukazy na týdenní pobyt pro 2 osoby ve Vojenské zdravotní léčebně v Spindlerově Mlýně.

(red)

Foto: ÚVN Praha



Slovo ředitele



Vážení čtenáři,

máme za sebou další složitý rok plný omezení, která se dotkla našich poskytovaných služeb. Pevně věřím, že s nástupem nového roku 2022 budou veškerá přijímaná opatření v souvislosti s pandemií postupně uvolňována a dočkáme se běžného života, na který jsme byli zvyklí před rokem 2020. Jelikož ani začátek tohoto roku nebyl příznivý, epidemie koronaviru nám dávala jasné najevo, že ještě neskončila, rádi jsme se zapojili do nového projektu Covid-lázně 2022, který iniciovaly Svazy léčebných lázní ČR a Sdružení lázeňských míst na podporu lázeňských pobytů v období mimo sezóny leden–březen 2022. Díky tomuto projektu mohou naši klienti ve VLL Karlovy Vary, VLL Teplice a VLL Františkovy Lázně využít slevový voucher v hodnotě 2 000 Kč, který stejně jako v předchozím období lze získat přes cestovatelský portál Kudyznudy.cz. Nyní se jedná o slevu pobytu poskytovanou přímo lázeňským zařízením. S touto podporou se výrazně zvýšil prodej pobytů v uvedených lázeňských zařízeních v letošním zimním období a jsem osobně rád, že mnozí z Vás nás i v této nelehké době s důvěrou podpořili.

Jsmo vděční, že klienti mají důvěru v námi nastavený standard bezpečného pobytu ve všech ubytovacích a zdravotnických zařízeních VLRZ a bez zjevného omezení si rezervují jak produkty domácí rekreace, tak jsme zaznamenali i velký zájem o proběhlé dětské zimní tábory, které se uskutečnily v měsíci únoru a v březnu ve Špindlerově Mlýně. Uděláme vše pro to, aby i v nadcházející jarní a letní sezóně se u nás klienti cítili bezpečně a byli spokojeni se našimi službami.

Další z novinek VLRZ je z oblasti Benefitů pro válečné veterány. Na jaře 2022 dojde ke sloučení dvou projektů. Spolek Vlčí máky ukončuje samostatnou činnost a jím spravované a nabízené benefity z Army friendly přejdou pod projekt Volarezy – Benefity pro válečné veterány. Nově jsme v loňském roce ve spolupráci s muzejními institucemi a galeriemi zajistili válečným veteránům bezplatný vstup do více jak šedesáti objektů muzeí a galerií po celé České republice. Potěšitelné je, že většina z těchto institucí nabízí danou výhodu nejenom na Den válečných veteránů, ale i v průběhu celého roku. Váleční veteráni tak mohou navštívit mnohá muzea a galerie i během pobytů v zařízeních VLRZ. Kompletní přehled možností návštěvy těchto kulturních institucí naleznete na webových stránkách www.benefit-veterani.cz.

Rádi bychom Vás také informovali o nových léčebných metodách a řadě nové moderní zdravotnické techniky. Do všech zdravotnických zařízení včetně těch lázeňských byla na základě výběrového řízení zakoupena potřebná zdravot-

nická technika pro pohybovou terapii a fyzikální terapii. Pro odborný léčebný ústav ve Slapech byla pořízena speciální technika pro roboticky asistované terapie.

S jarní novinkou přichází chatová osada Bítov. Začala poslední fáze modernizace tohoto střediska, která Vám přinese radikální změnu interiérů všech ubytovacích prostor. V současném období vytváříme jednu modelovou chatku a na ní v reálu posuzujeme finální vizualizaci a užitkovost našeho záměru modernizace, s jejíž výsledkem se setkáte již v této sezóně. V rámci rekonstrukce chat použijeme i kvalitní izolační materiály a obkladové materiály k vytvoření nového a vzdušného obývacího prostoru v chatce. Kompletně jsme vybudovali i nové moderní sociální zázemí. Věříme, že se Vám bude nový interiér chatek líbit a chatová osada Bítov zůstane Vaším oblíbeným cílem pro rekreační a rehabilitační pobyty.

V současné době též připravujeme revitalizaci budovy Albatros ve VLL Jeseník, která byla kolaudována po rekonstrukci v roce 1997. Nový projekt zahrnuje i přístavbu spojenou mj. s navýšením ubytovací kapacity.

I přesto, že rok 2021 nebyl vůbec jednoduchý, v jeho závěru se nám podařilo úspěšně otevřít nový stravovací provoz VSZ 800, Vojenského závodního stravování v rámci Vojenského klubu ve Vyškově. Tento provoz je nejmodernějším provozem v všech zařízeních závodního stravování. Instalované technologie umožňují automatizování probíhajících procesů a zvyšují efektivitu provozu. Důraz je kladen na snižování provozních výdajů a zvyšování kvality poskytované stravy. Neopomněli jsme ani šetrnost k životnímu prostředí. Námi používaná technologie totiž dokáže redukovat objem bioodpadu na pouhých 20 % jeho původního objemu. Nejenom široká a pestrá nabídka nabízených pokrmů je strůjem spokojenosti našich strávníků, ale také příjemný a usměvavý personál, za což mu patří velké poděkování. V nastaveném standardu poskytovaných služeb budeme nadále pokračovat, a proto věřím, že pozitivní ohlasy v knize přání a stížností budou také přibývat.

Velice nás též těší, že se nám opětovně dostalo ocenění v podobě zařazení naší Restaurace U Medvěda, kterou provozuje VZ Bedřichov, do knihy „Nejlepší restaurace“ vydanou nakladatelstvím TopLife Czech. Oceněné restaurace jsou označeny jednotnou pečeti Nejlepší restaurace 2022, která je garancí stabilní vysoké kvality a my budeme rádi, pokud tuto stylovou restauraci navštívíte a pochutnáte si na české kuchyni, na kterou je restaurace zaměřena.

V neposlední řadě bych rád ještě zmínil rozloučení u příležitosti odchodu na zasloužený odpočinek, které proběhlo dne 31. 1. 2022 na Ředitelství VLRZ, p. o., s paní Boženkou Výbornou, jež ve prospěch Volarezy pracovala čtvrt století, a tímto jí ještě jednou poděkoval za vynikající odváděnou práci pro naši organizaci.

Vážení čtenáři, závěrem mi dovoluji popřát Vám hezké jarní dny plné optimismu, dobré nálady a příjemné prožití Velikonoc.

Ing. Milan Lauber, Ph.D.
ředitel VLRZ, p. o.

Volareza pomáhá

Volareza finančně podpořila sbírku pořádanou ke Dni válečných veteránů v roce 2021, za což jí byl udělen ministryní obrany České republiky Mgr. Janou Černochovou a předsedkyní výboru Vojenského fondu solidarity brigádní generálkou Mgr. Lenkou Šmerdovou Děkovný list.



Rozloučení

se stálíci Volarezy, paní

BOŽENKOU VÝBORNOU

Pondělí 31. 1. 2022 určitě nebylo obyčejným pondělím pro paní Boženu Výbornou, ale ani pro ostatní zaměstnance ředitelství VLRZ. Tento den byl posledním pracovním dnem paní Výborné u Volarezy, pro kterou pracovala 25 let, před jejím odchodem na zasloužený odpočinek. Při této příležitosti jí bylo ředitelstvím VLRZ, p. o., poděkováno za vynikající odváděnou práci ve prospěch organizace a všichni zaměstnanci ředitelství VLRZ, p. o., měli příležitost se s „Boženkou“ rozloučit a popřát jí do dalších let především pevné zdraví, štěstí a spokojenost v osobním životě.

(red)



Rozhovor s hlavní hygieničkou

Ministerstva obrany Janou Fajfrovou

Již dlouhou dobu řešíte opatření proti covidu v rezortu MO. Nakonec se onemocnění nevyhnulo ani Vám. Mezi lidmi panují různé názory na dopady covidu na organismus. Jaká je Vaše zkušenost s tímto onemocněním. Jaké příznaky jste měla a jak dlouho přetrvávaly?

Ano, toto onemocnění se u mě projevilo v lednu 2021 a s odstupem roku mohu říct, že k němu mám velký respekt a opravdu se bojím, abych neonemocněla znovu.

Přestože jsem měla z období před onemocněním vysoký titul protilátek, tak se u mě nakonec covid také projevil, i když z našeho pracovního clustru jsem onemocněla mezi posledními, asi desátý den od prvního kontaktu. V našem případě se jednalo o britskou mutaci. Hlavní projev u mě byly zejména dechové obtíže a velká únava. Z prvního týdne onemocnění si toho moc nepamatuji, protože jsem byla doslova „mimo“. Měla jsem výrazné dechové obtíže, kdy jsem se prakticky nemohla nadechnout, byla jsem extrémně unavená, prospala jsem skoro celé dny.

Druhý týden už byl lepší, tak jsem se zapojovala do pracovního procesu, ale i obyčejné mluvení mě velmi vyčerpávalo, pořád jsem se zadýchávala. Po dvou týdnech nařízené izolace, kdy vymizely akutní příznaky onemocnění, jsem se již musela vrátit do pracovního procesu, nicméně dlouhodobé obtíže pociťuji stále. Dlouhodobou únavu a vyčerpání nemohu svadět pouze na postcovidový stav, protože v tom hraje roli i mé pracovní nasazení.

Ale když se vrátím k potížím, které mě stále trápí, tak se jedná zejména o problémy s dýcháním, dušnost. V prvních týdnech po covidu byla dušnost i klidová, nyní se zadýchávám pouze při námaze, bohužel i mírně. To, že moje plíce nejsou v nejlepší kondici, jsem si mohla ověřit v září loňského roku, kdy jsem od syna chytla běžnou virózu, která mě na několik týdnů způsobila vážné dechové obtíže s poklesem plicních funkcí. Moji nejbližší spolupracovníci byli mnohokrát svědky záchvatů dávivého kašle, které způsobilo třeba dlouhé mlčení. Proto ta obava z reinfekce covidu, protože nechci ani přemýšlet nad tím, co by covid mohl způsobit v takto poškozených plicích.

Jako jedna z prvních vojákyní v AČR jste využila nabídku VLRZ a v rámci preventivní rehabilitace jste absolvovala tzv. postcovidový léčebný program. K dnešnímu dni v rámci PR o tento léčebný program požádalo a absolvovalo 80 vojáků. Pomohl Vám tento léčebný program v rámci PR k rychlejšímu zotavení?

Jsem velmi vděčná za možnost PR, kdy pokaždé využívám PR s wellness programem, který obsahuje právě léčebný program. Léčebný program jsem měla hodně přizpůsobený mým individuálním problémům, byl opravdu velmi intenzivní a pomohl mi k regeneraci a zmírnění mých problémů. Obávám se však, že bych potřebovala mnohem delší pobyt. Bohužel druhý týden PR jsem byla kvůli závažným okolnostem nucena věnovat se i své práci, tak se léčebný efekt nemohl plně projevit. Nicméně, když to hodnotím zpětně, tak i ten jeden nerušený intenzivní týden mi dodal tolik potřebnou energii a zregeneroval potřebnou sílu pro další práci.

Kterých procedur v rámci pobytu si nejvíce ceníte?

Všechny procedury jsou úžasné, ale nejvíce jsem ocenila individuální fyzioterapii a dechovou rehabilitaci.

Kromě léčebného programu, jak byste ohodnotila ubytování, stravování, případně další služby, které jste využila? Případně využila jste možnost vstít s sebou na PR rodinu?

Vždy se snažím využít možnost vstít s sebou rodinu, aspoň syna. Dokud byl manžel v činné službě, tak nebyl problém jet na PR společně, nyní jezdí alespoň na týden. Letos nám to vyšlo, že jsme mohli být spolu po celou dobu. Za to jsem velmi vděčná, protože jsme jako rodina mohli společně strávit dva téměř nerušené týdny.

Veškeré služby musím hodnotit velmi pozitivně, všechno bylo úžasné jako vždy. Ubytování dokáže uspokojit i ty nejnáročnější požadavky, prostorné pokoje, pohodlné postele, vše čisté. V rámci stravování široký výběr z jídel, velká rozmanitost a servírované velké porce.

Jako v každé profesi, ani já se neubráním profesionální deformaci a na věci koukám ze svého pracovního pohledu, pohledu hygienika. A někde vážně trpím. Ale to rozhodně neplatí o vašich zařízeních, a že jsem jich za svou kariéru navštívila hodně. Vše bylo v naprostém pořádku a s důvěrou využívám všech vašich služeb.

Rozhodně velmi chválím přístup managementu i veškerého personálu k dodržování aktuálních protiepidemických opatření. Vše bylo na jedničku s hvězdičkou.

Navštívila jste během pobytu na PR nějaké zajímavosti jak v Karlových Varech, tak i v okolí?

Jelikož do Karlových Varů jezdíme dlouhodobě pravidelně, tak tento kraj už máme hodně procestovaný. Proto jsme letos zvolili opravdu velmi odpočinkový způsob a spokojili jsme se pouze s procházkami po kolonádě.

Doporučila byste absolvování postcovidového pobytu též ostatním, kteří covid prodělali?

Ano, určitě. Covid je velmi nevyzpytatelné onemocnění, o kterém toho ještě hodně věcí nevíme. Proto bychom si i v této úspěšné a nelehké době měli najít čas pro sebe a své zdraví a v rámci rekonvalescence vyhledat odbornou pomoc.

Práce hlavní hygieničky byla zvláště v posledních dvou letech mimořádně náročná. Co pro Vás bylo nejtěžší v tomto období jak po pracovní stránce, tak i v osobním životě?

Máte pravdu, bylo to a stále je velmi náročné období, ale vcelku to nehodnotím vůbec negativně. Po pracovní stránce je to velká výzva a zejména odpovědnost, odpovědnost za zdraví zaměstnanců rezortu MO. Takže po většinu času jsem fungovala na adrenalinu, nebyl čas se pozastavovat nad vlastním nepohodlím. Byly i opravdu těžké chvíle, kdy už jsem se cítila se silami v koncích, ale o to větší byla motivace překonat se a pokračovat dál. Ta svěřená zodpovědnost za zdraví ostatních a zachování akceschopnosti rezortu jako celku mě nutila vytrvat. To nejtěžší a největší ponaučení se událo až v posledních měsících, kdy se začal projevovat klasický český povahový rys, a to nevděčnost. V době, kdy se zdálo, že covid vymizel, že je vše za námi, tak se nejen celospolečensky, ale bohužel i v rezortu za-



čaly objevovat hlasy, že opatření, která jsou přijímána, jsou zbytečná a omezují jejich lidská práva. Kdy veškerá práce, která byla odvedena, začala být zpochybňována. Toto vnímám jako nejtežší okamžik a ponaučení z celé covidové situace, zejména v kontextu toho, jaký celý toto období mělo vliv na můj osobní život a chod rodiny. V prvních měsících od vypuknutí epidemie jsem byla v práci nepřetržitě, doma jsem se objevila na pár hodin na přespání. Manžel jako mikrobiolog byl také neustále v práci, a tak byl syn doma neustále sám. Nejemotivnější okamžiky, na které nikdy nezapomenu, byly, když na mě syn čekal až do půlnoci, kdy jsem přijížděla z práce domů, aby mě aspoň na pár minut viděl a pozdravil mě, protože jsem druhý den zas odjížděla brzo ráno. Vždy říkal „Ahoj mami, konečně si můžu jít lehnout...“

Jaký názor máte na očkování proti covidu?

Očkování je jediná cesta, jak se z této situace dostat. Neříkám, že je to „tečka“, že po očkování již covidem neonemocníte. Ale rozhodně to má prokazatelný vliv na průběh onemocnění a na riziko úmrtí. Covid tu s námi už bude, jen musíme nastavit rovnováhu mezi jím a námi. Musíme přestat být vůči němu takto vnímaví, aby nás nedecimoval jako v současném měřítku. A to jinak než získáním imunity buď po proděláním onemocnění, nebo po očkování nedocílíme.

Pro ilustraci: sama jsem naočkována a naočkovanou mám i celou širokou rodinu. Jakmile to v rámci národní strategie očkování bylo možné, nechala jsem očkovat všechny členy rodiny. Poslední na řadu přišel syn a až pak jsem si mohla oddychnout, že jsem pro jejich ochranu udělala maximum a že už bychom to měli zvládnout.

Co byste popřála našim čtenářům do nadcházejícího období?

Možná se ještě vrátím k předchozímu bodu a dovoluji si trochu filozofovat. Když vám někdo bude rozmlouvat očkování, že je to nebezpečné, tak si položte otázku, jaké má dotýčný právo vás tímto vystavovat rizikům spojeným s onemocněním covid-19, která jsou jasně zdokumentovaná, a není o nich pochyb.

Rok 2022 bude stále ve znamení epidemie covid-19 a dodržování nezbytných opatření. Proto přeji všem zejména dostatek zdravého rozumu a uvažování, hodně sil a výdrže pro společné úsilí nás všech a v neposlední řadě nám všem přeji toleranci a nesobeckost vůči ostatním. V této složité době nemůže jít pouze jen o „já“, ale mělo by to být zejména o „my“.

I když je důležité, abyste mysleli na sebe a na své zdraví, např. tím, že si nadělíte léčebnou nebo wellness kúru, tak myslíte i na ostatní, nebudte sobečtí a dodržujte protiepidemická opatření.

**plukovnice MUDr. Jana Fajfrová, Ph.D.
hlavní hygienička MO**



Robotický přístroj se závěsným systémem pro nácvik chůze a robotický přístroj pro měření a trénink svalů a kloubů HK, DK a pánve (foto: Archiv VLRZ)

Nová zdravotnická technika

a léčebné metody ve zdravotnických zařízeních VLRZ

V současnosti VLRZ, p. o., disponuje několika zdravotnickými objekty na území ČR. Jedná se o odborný léčebný ústav VRÚ Slapy a lázeňské léčebny VLL Karlovy Vary, VLL Františkovy lázně, VLL Teplice a VLL Jeseník. Vojenský rehabilitační ústav je specifické odborné zdravotnické zařízení pro poskytování léčebné rehabilitační péče formou nemocničního typu. Pacienti jsou hospitalizováni na základě Návrhu na léčebné rehabilitační péči, kdy finální délku pobytu v návaznosti na posouzení zdravotního stavu pacienta stanoví primář s lékaři VRÚ.

Vojenské lázeňské léčebny přijímají pacienty na podkladě vystavených Návrhů na lázeňskou léčebnou rehabilitační péči, dle vyhlášky ministerstva zdravotnictví ČR – Indikační lázeňský seznam. Pobyt pacientů je realizován formou příspěvkové nebo komplexní lázeňské péče v délce trvání 21–28 dní.

Každé zdravotnické zařízení v podmínkách VLRZ, p. o., má svou specifiku dle indikací k léčbě, která je spojena s konkrétním lázeňským místem a používaným PLZ (přírodním léčivým zdrojem). Všechna zařízení mají vysokou odbornou úroveň zdravotnického personálu a technického vybavení. Tato kvalita je dána kontinuální péčí o vzdělávání zdravotnického personálu a zaváděním nových moderních metod v léčebné rehabilitaci.

V posledních měsících minulého roku uvedla všechna zařízení do provozu nové léčebné metody a řadu nové moderní zdravotnické techniky. Do všech zdravotnických zařízení včetně těch lázeňských byla, na základě výběrového řízení, péčí ředitelství VLRZ, zakoupena potřebná zdravotnická technika pro pohybovou terapii a fyzikální terapii. Pro odborný léčebný ústav ve Slapech byla pořízena speciální technika pro roboticky asistované terapie.

Při pořízení nových přístrojů vždy sledujeme tyto hlavní cíle:

1. Účelnou náhradu starých a dosluhujících přístrojů novými.
2. Možnosti navýšení kapacity při poskytování léčebných procedur.
3. Získání nejvyšší technické vyspělosti u pořizované moderní techniky včetně robotických systémů.

Přístroje pro pohybovou a fyzikální terapii

Pro zvýšení efektivity léčby našich pacientů byla pořízena tato technika:

- Motodlahy – pohyblivé automatické ortézy pro kolena, hlezna, ramena, lokty;

- eliptické trenažéry – robotické přístroje s magnetickými brzdami a možností měření různých tělesných funkcí;
- ergocykly, běhátko a veslovací trenažéry;
- dynamický chodník s konkávním zakřivením pro fyziologický pohyb dolních končetin a eliminaci nárazu při dopadu nohy;
- posilovací přístroje s elektronickou kontrolou;
- přístroje pro cvičení DK na lůžku pacienta;
- terapeutický závěsný systém pro individuální léčebný tělocvik a speciální techniky s odlehčením váhy pacienta;
- polohovací lehátka;
- zvedací zařízení k vanovým koupelím pro imobilní pacienty;
- vany – vířivky pro DK a HK;
- technika pro aplikaci parafanga a parafinu;
- suchá hydromasážní vana s masáží proudem vody narážející na pružnou membránu;
- přístroj pro multieffektivní distanční terapii;
- přístroje pro 4kanálovou magnetoterapii;
- lymfodrenážní přístroje – 12kanálové s 8-24 aplikátory;
- kombinovaný přístroj pro fyzioterapii se 4 kanály a různými druhy léčivých proudů;
- laser – vysokovýkonný (30watt) se 4vlnovými délkami 650-1064 nm;
- přístroj pro distanční elektroterapii.

Roboticky asistovaná terapie

Technika využitelná ve VRÚ Slapy pro těžké pacienty:

- Přístroj se závěsným systémem pro nácvik chůze s elektricky řízeným pohybem v koleních a kyčelních kloubech, zpětnou vazbou o aktivitě dolních končetin a stimulací pacienta v tréninku prostřednictvím her a grafů. Přístroj disponuje modulem pro řízený pohyb

pánve a pasivně vedenou abdukci a addukci kyčle a řízený laterální pohyb pánve.

- Terapeutická plošina – roboticky řízená nestabilní plošina s integrovanou robotickou sedačkou. Přístroj diagnostikuje a léčí poruchy stability s funkční poruchou posturální stabilizace a pacienty s nervosvalovým onemocněním včetně stavů po operacích a úrazech.
- Robotický systém pro trénink pacientů po CMP (cévní mozkové příhody), poškození mozku, svalových atrofií a různých operacích. Základem přístroje je zevní exoskelet, který odlehčuje HK a disponuje vizuální zpětnou vazbou. Technika umožní pacientovi využít zbytkovou aktivní hybnost.
- Přístroj umožňující sledování maximální svalové síly, rychlost vývoje síly a vytrvalost svalů pomocí měření v jednotlivých kloubech lidského těla otočným 360° modulem. Systém provede měření a umožní trénink jednotlivých kloubů HK, DK a pánve.

Nové léčebné metody a techniky ve zdravotnických zařízeních VLRZ zajistí i nadále schopnost léčit pacienty na podkladě nových lékařských znalostí a také lékařských pravidel (lege artis). Při aplikaci těchto zaváděných metod léčby je vždy dbáno na soulad všech nových metod a technik s EBM (Evidence Based Medicine – medicína na podkladě důkazů).

K zajištění tohoto cíle jsou zavedena další opatření v oblasti organizační, kontrolní a vzdělávací.

Kontroly poskytování kvalitní léčby provádí lékařský náměstek VLRZ, p. o., a minimálně jedenkrát ročně danou odbornou a vysoce sofistikovanou kontrolou projdou veškeré naše léčebny.

Zdravotnická zařízení VLRZ si tímto způsobem neustále udržují nejvyšší úroveň léčebné rehabilitační a lázeňské léčebné rehabilitační péče ve prospěch pacientů vysílaných k léčbě Ministerstvem obrany ČR. O vysoké kvalitě a erudovanosti poskytované péče svědčí i velký zájem o léčbu ze strany pacientů zdravotních pojištěven a dalších osob ze strany válečných veteránů a bývalých vojáků, kterým jsou dveře našich zdravotnických zařízení plně otevřeny.

prim. MUDr. Miloslav KUBÍČEK, Ph.D., MBA
ředitel VRÚ Slapy



foto: Archiv VLRZ

6 MLÁDEŽNICKÉ TÁBORY



ICC – zajímavé mládežnické tábory

Tento typ táborů, které jsou známy pod zkratkou ICC (International CLIMS Camp), již dlouhodobě neodmyslitelně patří k významné činnosti organizace CLIMS. Česká republika zastoupená Volarezou je členskou zemí od roku 1997 a v posledních deseti letech se děti českých vojáků aktivně účastní rovněž ICC.

Obecně je známo, že pořádání tohoto typu tábora nepatří úplně mezi levné záležitosti a účastnický poplatek, který se dlouhodobě pohybuje okolo 500 EUR a dále se navyšuje o cenu dopravy, byl ještě před deseti a více lety hlavním limitním faktorem pro účast českých dětí v tomto „malém evropském společenství“ mládeže. Teprve rok 2012 a masivní účast naší mládeže na ICC pořádané v České republice ve VZ Bedřichov přineslo dětem poznání o obsahu těchto táborů a probudilo v nich větší zájem účastnit se obdobných akcí. Svou roli zde sehrály i zlepšující se platové podmínky v rezortu MO a výrazná ochota rodičů investovat do účelného produktu pro své děti. I pro nás bylo velmi potěšitelné, že jsme při vzájemných jednáních v rámci CLIMS již nemuseli hledat zástupné důvody a hrdě jsme mohli přihlašovat české děti k účasti. S velkým potěšením můžeme zpětně zhodnotit i fakt, že české děti uměly zapadnout

do kolektivu, neměly problém s dodržováním pravidel těchto táborů a naši táboroví vedoucí patřili vždy k těm aktivním a účelným jako národní vedoucí pomáhali s organizací tábora. Velmi nás těší, že děti, které dříve byly účastníky, mnohdy zastávají v budoucnu i pozice vedoucích a předávají těm mladším a novým účastníkům své postřehy a zkušenosti.

V roce 2022 se usilovně snaží ICC již třetím rokem zajistit Německo. 14denní tábor by měl opětovně proběhnout v rakouském Zeel am See v mládežnickém klubu Kitzsteinhorn v období letních prázdnin. Zajímavý program tábora obsahující kanoing, pádlování, lukostřelbu, laser biatlon, rafting, střelení ze vzduchovek, přespání v alpské chatě, jízdu na horských kolech, barbecue a také výlety na ledovec Kitzsteinhorn a do Salzburgu, si našel své zájemce a stále je otevřen i pro další účastníky.

Děti do tábora odjedou společně autobusem do Mnichova, odkud je již transferem přepraví pořadatel tábora. Samozřejmostí je doprovod dětí naším národním vedoucím.

Věříme, že se německým kolegům s ústupem pandemie COVID-19 podaří tábor úspěšně zorganizovat a účastníci se vrátí plni nezapomenutelných zážitků a s kontakty na nové kamarády.

Česká republika, respektive Volareza, bude tento typ tábora pořádat v roce 2026 a opětovně připravit výhodné cenové podmínky pro širší účast českých dětí k poznání tohoto typu tábora.

Ing. Patrik Letocha
obchodní náměstek VLRZ, p. o.

Představujeme naše dlouhodobé zaměstnance

ING. JIŘÍ ČOLOBENTÍČ opouští VOLAREZU po 25 letech

Na jaře letošního roku ukončí pracovní poměr u VLRZ, p. o., z důvodu odchodu do penze dlouholetý pracovník v oblasti výstavby a provozu nemovitostí, pan Ing. Jiří Čolobentíč. Stane se tak po bezmála 25 letech jeho působení u naší organizace.

Ing. Jiří Čolobentíč je absolventem stavební fakulty Českého vysokého učení technického v Praze, kde v roce 1980 promoval v oboru pozemní stavby. Ve stavebnictví strávil celý svůj profesní život. Po celou jeho dobu trvale prohluboval své znalosti soustavným vzdáváním, což korunoval v roce 1995 zkouškou a získáním osvědčení autorizovaného inženýra pro obor pozemní stavby.

Na VLRZ, p. o., nastoupil dne 1. 7. 1997 po předchozím působení u významných českých stavebních firem, např. Pozemní stavby Praha, IPS Praha aj. Zařadil se do struktury úseku výstavby, kde na přípravách a realizaci staveb pracuje dodnes. Bez nadsázky lze říci, že se odborně jedná o nejzkušenějšího staveře organizace.

Jeho znalosti stavebních procesů, technologií a materiálů jsou úctyhodné. Nesčetněkrát to prokázal při jednáních s projektanty i zhotoviteli staveb. Podílel se na desítkách projektů rozvoje nemovité infrastruktury VLRZ, p. o., jeho domovskými lokalitami však jsou zejména VZ Měřín, VRÚ Slapy, VLL Jeseník, VZ Ovcárna a dříve také VLL Teplice a VLL Františkovy Lázně. A tak i po jeho odchodu na zasloužený odpočinek nám ho bude připomínat řada staveb, kterým věnoval svou péči a um. Z těch nejvýznamnějších lze uvést dostavbu ubytovací části a nový stravovací úsek hotelu VZ Měřín, vestavbu podkroví v LD Judita v Teplicích, rekonstrukci budovy Silesia ve VLL Jeseník, přestavbu balneo úseku ve VLL Františkovy Lázně, dostavbu areálu VRÚ Slapy. Úplný výčet by byl velmi dlouhý.

Ing. Jiří Čolobentíč je zkušený odborník, oblíbený všemi svými kolegy. Vždy pracoval a pracuje s maximálním nasazením bez ohledu na pracovní dobu. Za svou práci si zaslouží obdiv a poděkování. Do dalších let mu přejeme hlavně hodně zdraví a osobní a rodinné pohody.

Ing. Pavel Barčák
náměstek pro nemovitou infrastrukturu





foto: Archiv VLRZ

VSZ 800 Vyškov – nejmodernější gastro provoz

Dne 1. prosince 2021 byl slavnostně zahájen stravovací provoz, který se nachází ve vojenském útvaru Vyškov.

Rekonstrukce a nákup gastro technologie probíhaly ve spolupráci s firmou GASTRO MACH, s. r. o. a MiŠta stavební společnost s. r. o.

Byl realizován plán s technologiemi, které jsou nejen nadčasové, ale celkový provoz je koncipován tak, aby bylo možno připravovat pokrmy šetrněji nejen k surovinám, ale také k prostředí, ve kterém se nachází. Celý koncept nám tedy zajišťuje širokou nabídku pokrmů právě díky těmto varným technologiím. Zónové vaření umožňuje přípravu několika druhů pokrmů současně. V případě omezení výběru druhů pokrmů jich lze vyrábět až 2000 denně.

Všechny multifunkční technologie se mezi sebou doplňují a jsou vhodné pro přípravu náročných pokrmů. Celý projekt vznikl na základě modelace jednotlivých technologií a celý varný blok je vybudován na míru a rovněž i pro náročné typy strážníků.

V současné době se jedná o nejmoderněji vybavený provoz v užívání VLRZ, p. o. Jednotlivé procesy se postupně automatizují. Dříve bylo

zapotřebí několika různých zařízení pro přípravu pokrmu, dnes je nahrazuje jedno univerzální.

Když připočítáme práci s manipulací jednotlivých nádob, kdy bylo zapotřebí vložit surovinu do hrnce, nanosit vodu do hrnce, umístit hrnec na sporák, další manipulace při cezení surovin, je zřejmé, že tyto úkony lze provádět najednou bez zbytečného plýtvání vodou i pracovní silou.

Nové moderní způsoby vaření jako metoda vaření přes noc, sous-vide, či pošírování lze zvládat najednou. Navíc jsou šetrné k živinám obsaženým v potravinách a zachovávají nám tak vysoké nutriční hodnoty. Kromě šetrnosti k surovinám je zde daleko menší úbytek vody při technologickém procesu, a to až o 30 %. Díky tomu se zvyšuje hmotnost jednotlivých surovin a provoz i výroba se stávají mnohem hospodárnější.

Vaření v tlaku nám šetří čas, vaření ve vakuu a při nízké teplotě nám šetří energii a suroviny. Barva, chuť, vůně i textura jednotlivých složek zůstává zachována.

Je třeba však mít na paměti, že i lidský faktor zde hraje velkou roli. Při nesprávném použití technologií a zásad správné výrobní praxe lze i při zdánlivě jednoduché úpravě suroviny nevhodně zpracovat. Proto cílíme i na proškolení zaměstnanců – kuchařů, šéfkuchařů i vedoucích pracovníků stravovacích útvarů. A to nejen z pohledu správné manipulace se strojem, ale i z pohledu použití správných kulinářských technik.

Celkové využití jednotlivých programů a cílů zařízení již lze monitorovat na vzdálený přístup. Moderní varné technologie podporují připojení přes wifi či datový kabel. Celkové nastavení cyklu či programu je totiž klíčové při tepelném zpracování, a to včetně finálních úprav a regenerace pokrmů, kdy lze zregenerovat až několik tisíc jídel najednou.

Cílem propojení jednotlivých technologií je získat celkový přehled o druzích pokrmů, které napříč všemi zařízeními připravujeme, i využitelnost jednotlivých technologií. Za zmínku též stojí sběr dat HACCP, který nám ušetří rozsáhlou agendu, poskytne technický souhrn o jednotlivých zařízeních a zdokumentuje i průběh a cykly sanitace.

Celá odbytová část je moderně vybavena postmixy a chladicími vitrínami. Způsob výdeje je dynamický a uzpůsoben tak, aby co možná nejrychleji odbavil co nejvíce strážníků.

Celá výrobní část je zakončena automatizovanou mycí linkou, kterou dnes obsluhuje jen minimální počet zaměstnanců. Dříve bylo zapotřebí několika lidí, kteří se starali o pořádek a čistotu inventáře. Plně automatizovaná mycí linka zvládne všechny úkony sama. Rozděluje talíře od táců, sbírá přístroje a myje je samostatně, třídí jednotlivé druhy inventáře podle jejich charakteru. Celá linka je opět úsporná z hlediska času, energie, vody a čisticích prostředků. Sběr dat a automatická hlášení o doplnění příslušných chemických prostředků je samozřejmostí.

Věříme, že do budoucna se tento projekt stane součástí plánování příštích provozů a bude sloužit nejen jako inspirace pro nás, ale že i naši strážníci zde budou spokojeni s kvalitou a množstvím připravovaných pokrmů.

Matěj Novotný
hospodářsko správní referent a hygienik

TIBOR ŠIPOŠ

člověk se srdcem na správném místě

Nastoupil na VZ Dyje – hotel Vranov začátkem roku 1998, kde pracoval jako vedoucí technického úseku do roku 2000. Rok 2001 byl pro chatovou osadu Bítov klíčový, pan Šipoš byl dne 1. 1. jmenován do funkce zástupce ředitele – vedoucí střediska. Od počátku jeho působení chatová osada Bítov jen vzkvétá. I přes složitější podmínky sezonního zařízení se panu Šipošovi každý rok daří vytvořit skvělý tým spolupracovníků, kteří pod jeho vedením poskytují kvalitní služby. Vždy mu velmi záleží na spokojenosti hostů – od ubytování, přes stravování až po volnočasové aktivity. Svým působením přispívá nejen k bezproblémovému chodu střediska, ale svými nápady a inovacemi chatovou osadu posouvá stále dál. Tibor Šipoš zná doslova každý koutek areálu a chatová osada mu za ta léta přirostla k srdci. Je oblíbený nejen mezi zaměstnanci, ale i mezi hosty a je o něm známo, že nikoho nenechá ve „štychu“ a pokud je to v jeho silách, vždy pomůže.

Ing. Albert Procházka
ředitel VZ Dyje



volareza
CATERING

Benefity pro válečné veterány

v nové dimenzi

Do povědomí mnoha uživatelů benefitů již pronikla informace o tom, že oblíbený projekt Benefitů pro válečné veterány primárně zajišťují Vojenská lázeňská a rekreační zařízení, p. o., která jsou obecně známa pod názvem Volareza.

Nicméně Volareza byla první, která na základě požadavku rezortu MO začala zajišťovat a vytvářet databázi zvýhodněných nabídek pro válečné veterány. Postupně na základě úspěchů, kterých program dosáhl, k obdobnému počínu přistupují dnes i u Policie ČR, kde danou problematiku zajišťuje nezávislý odborový orgán.

Pokud se vrátíme zpět k problematice válečných veteránů, Volareza není jedinou organizací, která benefity veteránům poskytuje. Mezi zakladatele této péče patřil Spolek Vlčí máky, který provozoval a provozuje portál s nabídkou benefitů pod jménem Army friendly. Volareza v roce 2021 i přes dopady pandemie COVID-19 udržela nabídku benefitů a naopak ji výrazně rozšířila o bezplatnou možnost vstupů do mnoha kulturních institucí na území ČR. Právě stálost našich benefitů a jejich neustálý rozvoj vedl spolek Vlčí máky k ukončení jejich samostatné činnosti a k dohodě o předání jim spravovaných benefitů do jednoho projektu, a to projektu Volarezy – Benefitů pro válečné veterány.

Ke sloučení, respektive přiřazení benefitů z Army friendly do jednoho projektu dochází v prvním čtvrtletí roku 2022. Počínaje dubnem tohoto roku budou moci váleční veteráni hledat možnosti benefitů na jenom portálu, který bude komunikován u většiny organizací a zájmových sdružení, které o válečné veterány různým způsobem pečují, nebo jim je daná oblast blízká a o dění v daném segmentu se zajímají.



Samozřejmě sloučení benefitů není jedinou novinkou. Webové stránky www.benefit-veterani.cz nabízí již více jak 150 benefitů a nově otevřely i členskou sekci, kam se již registrovalo 1.500 osob. Tyto osoby mají po registraci volný přístup k neveřejným slevovým kódům, které nemůžeme volně komunikovat a pravidelně jsou informováni prostřednictvím newsletterů o novinkách v nabídce. Další novinkou je i možnost „lajkování“ oblíbeného benefitu, kdy registrovaní uživatelé mohou benefit, se kterým byli spokojeni, označit „lajkem“ a ostatní členové jejich spojenost a reakci vidí.

Za poskytovatele benefitů nás těší příznivý přístup vojáků a veteránů k projektu a v poslední době velmi oceňujeme i ochotu a snahu vedení armády i bývalých vrcholných představitelů armády pomáhat při sjednávání nových výhod.

S poděkováním

Ing. Patrik Letocha
obchodní náměstek VLRZ, p. o.,
a garant projektu Benefitů
pro vojáky a válečné veterány

Tipy na výlety

Máte nějaké?

Rádi se s Vámi i v tomto čísle podělíme o fotografie z okolí našich zařízení od účastníků preventivní rehabilitace. Děkujeme jim za zaslání snímků.

Pokud si pro místo své rekreace vyberete některé z našich ubytovacích zařízení, jistě Vás bude zajímat, co v okolí podniknout. Mnoho tipů Vám jistě dají na recepci, nás ale zajímá, co v okolí zaujalo Vás a jestli jste našli něco, s čím se rádi pochlubíte.

Byli jste u nás na dovolené a našli jste zajímavé místo? Studánku, rozhlednu, muzeum nebo jinou atraktivitu? Podělte se o ní s námi! Zašlete nám do zpráv na Facebooku fotografii s popiskem a umístěním.

(red)



Františkovy Lázně (foto: Roman Lochmann)



Hrad Loket (foto: Jan Cyterák)



Rozhledna Cibulka u Olovi (foto: Jan Cyterák)

Přinášíme Vám výběr z nabídky nových benefitů.
V nabídce více než 100 benefitů

Benefity Benefit



Sleva na vstup, na masáže
a sortiment na baru

Sleva na vstup do
regeneračního studia



až
-35%



Zdarma vstup na dostihy na
závodišti Chuchle Arena Praha



zdarma

Sleva na české výrobky
outdoorového oblečení



Speciální ceny na studijní
profesní vzdělání



Sleva 0,80 Kč/l z pohonných
hmot

výhodná
cena

Více informací naleznete na www.benefit-veterani.cz a www.benefit-army.cz

Česká atletická elita opět ve VZ Bedřichov

Čas od času se stává, že hoteloví klienti narazí v zařízeních Volarezy na známé osobnosti. Z oblasti sportu jsou to lyžaři, kajakáři, běžci nebo třeba oštěpaři. Od 8. do 26. listopadu ve Vojenské zotavovně Bedřichov hosté potkávali českou oštěpařskou elitu, vedenou dnes již legendárním trojnásobným olympijským vítězem v hodu oštěpem Janem Železným a jeho svěřenci.

Byli mezi nimi Jakub Vadlejš, Petr Frydrych, Nikol Orgoniková a další. Co tam dělali? To vysvětluje sám Jan Železný: „Část přípravy na velké světové závody probíhá tradičně tady v Krkonoších. Nejezdíme sem jen kvůli horskému klimatu, ale v plném rozsahu využíváme služeb Vojenské zotavovny Bedřichov ve Špindlerově Mlýně. Navštěvujeme posilovnu, wellness centrum i víceúčelovou tenisovou halu. Vyhovuje nám i forma stravování a kvalita jídel. Po těch letech, co sem jezdíme, si tu připadáme jako doma. Přispívá k tomu velmi vstřícný přístup vedení hotelu i ochotný a příjemný personál.“

Atleti pražské DUKLY přijeli do VZ Bedřichov s cílem zahájit přípravu na novou sezónu, která vyvrcholí červencovým mistrovstvím světa v americkém Eugene a následně srpnovým mi-

strovstvím Evropy v německém Mnichově. Pojďme jim tedy úspěšnou sezónu a medailovou sklizeň na obou nejvýznamnějších mezinárodních sportovních akcích.

Ing. Michaela BARANÍKOVÁ
ředitelka VZ Bedřichov



Jan Železný byl s nedávným soustředěním ve VZ Bedřichov velmi spokojen (foto: Archiv VLRZ, ASC DUKLA)



Rozhovor s armádním sportovcem roku 2021

Davidem Kosteckým

Co Vás v mládí přivedlo ke sportovní střílbě?

Sportovní střílbu jsme měli v rodině, dědeček byl vášnivý myslivec a v Holasících vznikla i v padesátých letech broková střelnice, kam jsem od mládí chodil, mám staršího bratra, který se také věnoval střílbě závodně a postupně to padlo i na mě.

Kterých olympijských her jste se během své sportovní kariéry zúčastnil? A které byly nejnáročnější, pokud se to dá říci.

Za sebou mám 6 olympijských her (Atlanta 1996, Sydney 2000, Peking 2008, Londýn 2012, Rio 2016, a Tokio 2020). Z mého pohledu byly pro mě velice náročné hry v Pekingu, protože jsem se sám považoval za kandidáta na dobré umístění, byl jsem v tom nejlepším věku a věděl jsem, že mám největší šanci kariéry, takže jsem sám od sebe očekával top výsledek. V Sydney mi medaile unikla a ten celkový tlak v Pekingu byl obrovský. I ve finále se sešli ti nejlepší střelci tehdejší generace, takže si vítězství mezi nimi velice vážím.

Přeci jenom na vrcholového sportovce jste již v pokročilém věku, čekali jste takový úspěch i na olympijských hrách v Tokiu? Co si myslíte, že vám k takovému úspěchu pomohlo?

Určitě musím říct, že mi pomohly zkušenosti, to je velká výhoda starších střelců, dále musím říct, že i „sportovní věda“ – používám kontaktní čočky na míru, jsem v programu na trénink očí a celkově se snažím přizpůsobit moje fungování mému věku, aby byl trénink co nejvíce efektivní. V podstatě každou sezónu musím dělat změny, abych udržel krok s mladšími. I toto mě u střílby nesmírně baví a udržuje, to hledání cesty pro mě znamená asi nejvíce.

Mohl byste našim čtenářům popsat, jak probíhá samotná příprava na olympijské hry? Lišila se nějak příprava v koronavirové době?

Covid samozřejmě naši přípravu ovlivňoval, byli jsme více v ČR, než bývá běžné, a snažili jsme se co nejvíce izolovat, aby nic neohrozilo náš odlet. Mám to štěstí, že se díky Dukle můžu připravovat na armádní střelnici v Holasících, a musím říct, že 90 % přípravy probíhalo tam. Měl jsem zprávy o tom, jaké terče budeme po-

užívat v Tokiu, a také se nám podařilo nastavit výlety terčů na stejné rychlosti jako tam. To považuji za klíč k našemu úspěchu v Tokiu.

Která zařízení VLRZ během sportovní přípravy využíváte?

Nejvíce využíváme VLRZ na Měříně, kde míváme tradiční soustředění na podzim. Je to neskuutečný areál, který milovníkům sportu a aktivního odpočinku poskytuje maximální zázemí. Byl jsem i na VLRZ v Krkonoších (Špindlerův Mlýn), a to bylo také výborné. Čtěl bych využít této možnosti, abych poděkoval za náš celý tým vedení VLRZ, protože nám vždy vychází vstříc a splní nám doslovně všechna přání. Nesmírně si toho vážíme a jsme rádi, že naše spolupráce funguje.

Jakých poskytovaných služeb v těchto zařízeních si nejvíce ceníte?

Veškeré služby jsou na vysoké úrovni, splňují standardy nejluxusnějších ubytovacích zařízení a zároveň máte pocit, že jste v domácím prostředí. Jako sportovci využíváme vždy wellness, bazény a sauny. Tradičně je tam vždy výborná kuchyně.

Jaké jsou Vaše plány a cíle na další období? Láká Vás účast na olympijských hrách v Paříži v roce 2024?

V mém věku je velmi složité plánovat něco tři roky dopředu, ale samozřejmě se o to budu snažit. Moje cíle si dávám ale postupně, tzn. že teď mám v hlavě jen sezónu 2022 a nemyslím na Paříž. V této sezóně již budou dva závody, kde bude možnost vyhrát účastnické místo do Paříže, a to je náš největší cíl. Kvalifikovat se tam je nesmírně obtížné, ale doufám, že ne nemožné.

David Kostecký
ASC DUKLA

Foto: CPA





Sedmidolí nad Špindlerovým Mlýnem je jedno z nejhezčích míst v Krkonoších

Krkonoše – tipy na výlety

10 TIPY
NA VÝLETY

Horskou pěšinou: Od boudy k boudě

Užijme si jarních barev a prvních teplých dnů tohoto roku... Dvacet jeden kilometr mezi Špindlerovým Mlýnem a někdejší Petrovkou slibuje stoupání, klesání, výhledy i zastavení, tradiční i novodobou architekturu, tedy vše, co k horským pěšinám patří. Naše cesta se klikatí jako steh začínající vyšivačky, jenž protíná perličky známých krkonošských bud, s občasným zvýrazněným reliéfem kamenných těl Ptačího kamene a Pevnosti.

Z centra Špindlerova Mlýna stoupáme po červené k rozcestí Dřevařská cesta. O co je to větší zahřívák, o to pohodovější bude cesta k boudě U Bílého Labe. Po levé straně míjíme kostel sv. Petra se hřbitovem a jen těsně nad jeho úrovní přichází uzavírka – asfalt je na padrti a průchod neprodyšně uzavřený. Naštěstí je oklika jen nepatrná a není třeba vytažovat mapu, protože rozcestí je na dohled. Na konci výstupu mizí v batohu zahřívací vrstvy oblečení a lesknou se PET lahve plné vody. Stáčíme se mírně vlevo a držíme se žlutého značení.

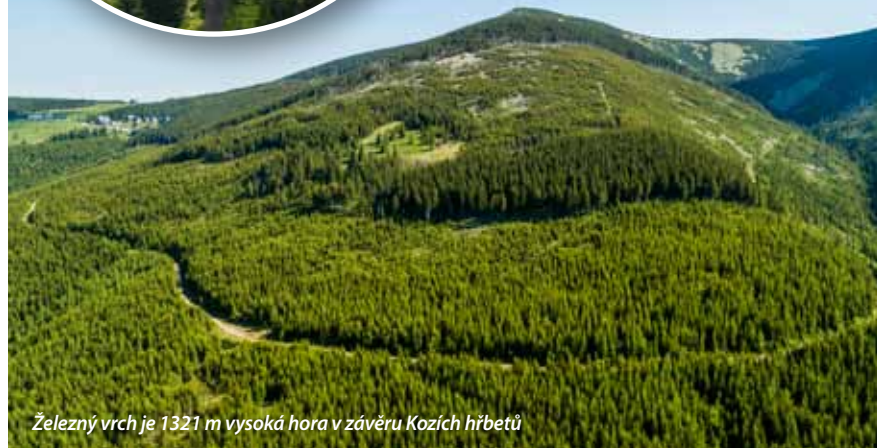
František Jirásko o Dřevařské cestě kdysi napsal, že je náhrdelníkem na krku Železného vrchu, i když bylo těžké si na ni zvyknout poté, co nahradila romantickou pěšinku vedoucí k boudě U Bílého Labe. Dnes nelze než souhlasit – šrám, jež způsobilo rozšíření cesty, pomalu překryly vrcholky stromů rostoucích pod cestou. Občasné proluky mezi stromy umožňují výhled do údolí Bílého Labe i na vrcholky nad ním. Jako na stříbrném podnosu vám Dřevařská cesta naservíruje boudy s lučními enklávami, na které snad lze dohlédnout. Nejspodnější Jelení Boudy sevřené Červeným potokem a Hřímavou bystřinou střídají při pohledu směrem k hřebenům Erlebachovy Boudy a ty zase ve Slezském sedle Špindlerovka. První k odškrtnutí je ale bouda U Bílého Labe, ke které po úvodních pěti a půl kilometrech sejdeme pohodlnou štětovanou cestou. Vzpomínáme, že ještě před patnácti lety tu byla pěšinka s vyčnívajícími kameny, která v mírných zimách tála a zamrzala a byla pastí pro neznalé běžkaře i vráskou na čele mužů z Horské služby. Reklamu boudě dělá udrina, z níž se za-



tím kouřilo vždy, když jsme tudy procházeli. Budete-li nedaleko, stačí zavětrít a vůně klobásek vás spolehlivě navede.

Odcházíme ve směru naučné stezky Čertův důl, ale samotným hrazenářským dílem se necháme jen navnadit na někdy příště a držíme se

← Bouda u Bílého Labe stojí na soutoku Bílého Labe s jeho druhým větším pravostranným přítokem Čertovou strouhou už od roku 1913



Železný vrch je 1321 m vysoká hora v závěru Kozích hřbetů



Krkonošští hospodáři si zakládali na tradičním hospodaření, založeném na chovu dobytka a využívajícím louky v okolí boudy



V letních měsících se na zelených loukách enklávy Brádrlerových Bud pase stádo ovcí

žlutého značení, které se od trasy stezky odděluje ani ne po dvou stech metrech. Pokud byste ji chtěli projít po cestě na Špindlerovku, není to problém, jen je třeba hlídat si svážnici po pravé straně stezky, na kterou se musíte napojit. Dovede vás zpět na žlutou značku pokračující přes Erlebachovy Boudy k pomezímu hřebeni. Od setrvání na Špindlerovce nás odradilo zaplněné parkoviště, burácení motorek, kterými sem vyjelela skupinka hlučných obdivovatelů hor, a hustota zalidnění tohoto místa všeobecně. Nelze mít za zlé ostatním návštěvníkům, že se soustřeďují na místech, která jsou snadno dostupná po asfaltu, náš šálek čaje to ale není. Pokračujeme proto po červené směrem k vyhořelé Petrovce. Na dohled od torza Petrovky uhýbáme vlevo a dáváme se po zelené k Moravské boudě. Pěšina je v celé délce pěkná a dobře schůdná, lemovaná borůvkami, ale hlavně dřevěnými krkonošskými zvířaty, která tu jsou poschovávaná na svých přirozených stanovištích. Najít krkavce dalo docela zabrat a k počtě tvůrců stezky jsme nebyli jediní, koho dřevozvěř zaujala. Hledali pidilidi i seniory. Oběd a napojení jsme odbyli během necelé hodiny a posilnění vyrážíme do kopce po žluté, abychom se podívali na Petrovku a pak po modré pokračovali na Ptačí kámen.



Stejně jako další staré krkonošské boudy byla Petrovka původně jen „letní boudou“, sloužící k nocování pastevců

Žulový tor tvoří tělo místa s pěkným výhledem odhalila postupná denudace z méně odolné okolní horniny. Zároveň je tu vidět krásná deskovitá odlučnost žuly – jako tlusté listy knihy vládce hor přes sebe leží úhledně naskládané žulové bloky. I výhled stojí za to, na rozdíl od jiných krkonošských skal Ptačí kámen ještě necloní vrcholky stromů. Další kilometr a půl k Brádrlerovým Boudám příjemně utíká a poskytuje nespočet objektů k focení i podívání. Imisní kalamita tu zanechala torza odumřelých smrků,

která tu vytvářejí podivně mystická zákoutí. Na blízkost Brádrlerových Bud nás kousek od Medvědího potoka upozorňuje reklamní poutač, o jehož velikosti a stylu jsme začali hned živě diskutovat. Nepřehlédnete ho a taky vás nenechá na pochybách, že tu sice nemají cit ke krajině, vkus a vlastně ani soudnost, ale zato tu točí zlatavý mok tradiční české značky. Nezastavujeme a pokračujeme po žluté k Medvědí boudě, odkud nebudeme pokračovat z kopce po asfaltu, ale odbočíme pod boudou na modré značení.



Medvědí boudu postavil Heinrich Hollmann pravděpodobně počátkem 19. století

Ze spojnice Medvědích a Davidových Bud sledujeme vrtulník odnášející vyřezanou kleč z Harrachovy a Labské louky. Z té dálky vypadá jako trochu větší vázka, která má motor z chrousta. Zvuk rotoru se nese přes Labský důl k nám. Tahle cesta je značená jako cyklotrasa, bez horského kola to ale nezkoušejte – místy je její povrch vyskládaný kameny a trekingové kolo by si tu neškrtlo. U moderně minimalistických Davidových Bud se dvoustopá sypaná cesta mění na asfaltku. Za poslední boudou, kterou míjíme zprava, se ještě krátkou odbočkou první cestou vpravo podíváme na Pevnost. S pohraničním opevněním ale nemá nic společného. Po sto padesáti metrech z odbočky uhýbá dvoustopá cesta vedoucí jakoby paralelně s asfaltkou do Špindlerova Mlýna. Tam vystupují nad úroveň okolního terénu dva skalní bloky, které vypadají jako raní vářka čerstvých lívanečků naskládaných na sebe. Výhled z nich ale pomalu zarůstá. I když pokračování cesty, po níž jsme přišli, vypadá dobře průchodné, končí v prudkém svahu a dál se nenapojuje. Je třeba to vzít zpět ve svých šlépějích a zase se napojit na žluté značení. U Dívčí lávky se už neztratíte, stačí za občasných vyhýbání se cyklistům a koloběžkářům pokračovat po modré proti proudu dalších turistů. Jediná nepříjemná část cesty připomínající průchod Podhůřím během tradičního poutového veselí je daní za jinak bezchybně krásný den.

Správa Krkonošského národního parku

Zdroj fotografií k tomuto článku: Správa KRNAP



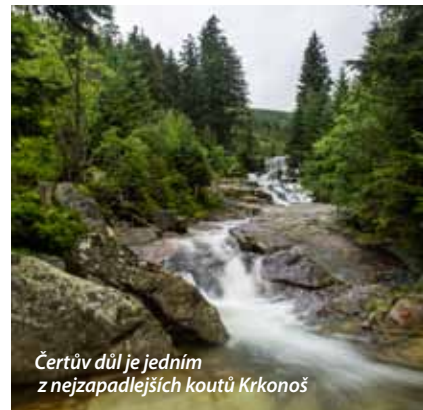
Na rozlehlé příhraniční enklávě mezi Čihadlem a Malým Šišákem se prakticky přímo na státní hranici na kdysi významné obchodní stezce mezi Českem a Polskem nachází Špindlerova bouda



Boudy na horní hranici lesa sloužily jako přístřeší pastevců, senarů a jejich dobytka, který v letním období spásal travní porosty v řídkých a nízkých lesích



Ptačí kameny jsou výrazný skalní útvar nad Medvědími dolem, mezi bývalou Petrovou boudou a Brádrlerovými boudami



Čertův důl je jedním z nejzapeklějších koutů Krkonoš



Vojenské lesy budují v přírodě tůň a napajedla

chtějí zadržet více vody v lesích

Při výletech po nejmladší chráněné krajinné oblasti v Brdech narážejí návštěvníci na nové malé vodní plochy. Najdou je na pláních kolem jednoho z hlavních turistických cílů Brd, padrťských rybníků, ale i na dalších místech – na Baštině, Pource, Hrachovišti nebo nad Strašicemi. Jde o tůň a napajedla, které zde budují lesníci Vojenských lesů a statků (VLS) a jejich hlavním cílem je v brdských kopcích zadržet co největší množství vody. A také vytvořit životní prostor pro řadu živočichů, od hmyzu, přes obojživelníky až po ptáky.

V roce 2015 státní podnik, který hospodaří ve vojenských lokalitách, spustil program na zvýšení biodiverzity lesů s názvem Živá voda VLS. „Bylo ještě před příchodem série tropických roků, zadržování vody v krajině tehdy ještě nebylo tématem jako dnes. I novináři se na nás dívali jako na zjevení, když jsme oznámili, že chceme do malých vodních děl v krajině investovat 100 milionů korun. My jsme ale věděli, že je to v souvislosti s klimatickou změnou priorit – Česko nemá moře a devadesát procent vodní bilance zde zadržuje krajina, především lesy,“ vysvětluje mluvčí VLS Jan Sotona.

Vojenské lesy a statky tak s využitím programů z evropských fondů začaly ve svých lokalitách budovat desítky nových malých vodních nádrží, obnovovat zaniklé rybníčky v lesích, ale také vracet do krajiny tzv. klauzy, vodní rezervoáry, které se dříve používaly při plavení dříví.

Vedle milionových investic ale lesníci VLS začali do krajiny umisťovat také menší vodní plochy – tůň a napajedla pro zvěř. Právě na Brdech, které jsou strategickou zásobárnou vody pro Středočeský a Plzeňský kraj, státní podnik v posledních letech vybudoval ve spolupráci s Agenturou ochrany přírody a krajiny desítky tůní.

„Jde o jednoduchý způsob, jak vytvořit vyhloubením dírkou malou vodní plochu v místech, která jsou zamokřená, mají vysokou hladinu spodní vody či vhodné nepropustné podloží. V ní se postupně mění hloubka vody a stupeň zazemnění, což je přirozený proces, kdy se tůň vlivem svého stáří mění v bažinku a opět v zamokřenou plochu, tím, jak zarůstá vegetací a ztrácí se volná vodní hladina,“ popisuje ředitel brdské divize VLS David Novotný.

V roce 2018 kolegové z Brd v rámci režimových opatření pro Agenturu ochrany přírody a krajiny ČR vyhloubili první čtyři tůně na Hrachovišti na lesní správě Jince, o rok později vznikly tři na Padrťských pláních a tři na lesní správě Strašice. Loni pak vyrostla čtveřice vodních ploch na jineckých Baštinách, dvě na Pource na Nepomuku a osm opět na Padrťích. Letos k nim přibýlo čtrnáct tůní na lesních správách Obecnice a Mirošov. Program, který ročně přijde na nižší statisíce korun, je realizován za podpory dotačního programu Ministerstva životního

prostředí – Péče o přírodu a krajinu na základě zadání AOPK ČR, Správy CHKO Brdy. Celkové náklady za čtyři roky dosáhly částky 700 tisíc korun.

Na loukách u Padrťských rybníků v první zóně CHKO tak došlo díky tvorbě tůní, vymělnění a meandraci odvodňovacího příkopu, ke zpomalení odtoku vody. Vedle toho jsou vodní plochy malými mikrobiotopy pro mokřadní byliny a vodní živočichy.

Vedle desítek tůní brdská lesnická divize VLS dokončuje další dvě investice, jež mají ve středočeských horách vylepšit vodní bilanci v zalesněné krajině. Jde o malé lesní vodní nádrže Klášterka a Hejl.

*Jan Sotona
tiskový mluvčí VLS ČR, s. p.*



Zdroj fotografií k tomuto článku: Vojenské lesy a statky ČR, s. p.



Gastronomické okénko

V posledním desetiletí se gastronomie těší velké oblibě a díky globalizaci se mění nároky i stravovací návyky. Šéfkuchaři, kteří prošli světovými restauracemi, se vrací do Čech, aby nám předali své zkušenosti a směr, kterým se světová gastronomie ubírá, a i my se tedy konečně můžeme vrhnout do osvěty a modernizace kulinářských technik, které prošly za posledních několik let velkou obměnou. Ani my ve VLRZ, p. o., nechceme být pozadu a chceme být do budoucna jedni z těch, kteří určují trendy na české gastronomické scéně. Ale k tomu je ještě dlouhá cesta.

Nejdříve je potřeba se zaměřit na nás a naše kuchaře, kteří jsou srdcem našich podniků. Stravování se čím dál více dostává do popředí a kromě kvality ubytování je jedním z klíčových prvků určování spokojenosti hosta nejen v našich zařízeních, ale prakticky ve všech ubytovacích zařízeních hotelového typu.

Výhodou stravování i jeho nevýhodou je, že prakticky okamžitě máte zpětnou vazbu od zákazníka. A protože pozitivní kritika je příjemná, ale není užitečná, zaměříme se na tu negativní. Negativní kritika by neměla být nepříjemnou stránkou, ani z ní nelze vyvozovat závěry, které by v důsledku vedly k ukončení vztahu s pracovníkem, ale měla by být součástí změn a zvyšování standardu kvality stravování, a to nejen po stránce gastronomické, ale i po stránce ekonomické. Jaký nástroj tedy zvolit proto, abychom spojili ty nejlepší gastronomy? Jak sjednotit celkově kulturu stravování, posunout ji na vyšší úroveň, zmmodernizovat jídelní lístky a vylepšit obsluhu a komunikaci s hostem? Všechny tyto otázky zajímají nejen nás jako gastronomy a provozovatele restauračních a hotelových zařízení, ale zejména hosta.

Host se změnil. Za posledních dvacet let se posunula nejen možnost cestování, kdy i běžní lidé získávají možnost se vzdělávat v oblasti kulturní gastronomie (je bohužel poměrně častým jevem, že jsou v tomto oboru mnohdy vzdělanější než personál), ale na trhu se objevují i kurzy pro amatéry hobby kuchaře vedené nejlepšími českými kuchaři a šéfkuchaři, které rovněž zvyšují jejich erudovanost. Těmto lidem se říká „foodies“ a do restaurací chodí nejen za dobrým jídlem, ale především za zážitkem. Doba, kdy se vařilo podle dělnických norem a povětšinou byla strava v restauracích koncipována dost podobně jako v závodních jídelnách, je nenávratně pryč. Mnozí si jistě vzpomínají na jednotné jídelní lístky a jednotné ceny dle kategorie restaurace, kdy největší gastronomický zážitek byl „škrábaný tatarák“ a poté přišla dlouhá éra tzv. „kaťáku“ a „steaku Florida“ nebo také tajemství šéfkuchaře, chcete-li.

Konkurence je dnes doopravdy ohromná a bez inovace, moderní technologie a správných kulinářských postupů dnes není moc šancí na

úspěch, pokud cílem tedy není klasická česká hospoda ve stylu devadesátých let, kdy polovinu příloh tvoří smažené bramborové polotvary a většinu nabídky smažená jídla. Vyváženost proporcí a kvalita jídelního lístku je vizitkou podniku a i když Vás třeba takto restaurace uživí, pro inovace, sezónní a tradiční pokrmy už prostor není. Z pohledu náročného zákazníka je dobře, že tento trend pomalu mizí a na jídelní lístek se dostávají jídla tradiční, ale zapomenutá, jídla vegetariánská a jídla různě upravená, která se snaží kuchaři odlehčit. Renesanci získávají suroviny, které jsme zapomněli používat, jako jsou například tuřín, dýně, červená řepa, kroupy, pampelišky, černý kořen a podobně.

Jaký tedy správný nástroj zvolit proto, abychom dodali konkurenceschopnosti našich podniků i na té vyšší úrovni? Jak zlepšit spolupráci výrobního úseku a servisu? Dá se vůbec sjednotit ve VLRZ koncept kulinářských technik, které používali už August Escoffier, Paul Bocus či Joel Robuchon? Jistěže dá! A můžeme se inspirovat konkrétně těmito slavnými osobnostmi v gastronomii, kteří věřili, že klíčem k úspěchu jsou společná setkání a školení kuchařů.

Dali jsme tedy dohromady ty nejzásadnější kulinářské techniky, ze kterých vychází prakticky všechny restaurace, ať už ty Michelinové či pouze moderní jídelny, sjednotili jsme techniky obsluhy podle moderních požadavků a vznikla nám „Akademie VLRZ“. Nyní je načas sestavit gastronomický tým, který se bude na vizi stravování a obsluhy podílet spolu s našimi mentory a školiteli, posouvat postupně hranice stravování na ještě lepší úroveň a sjednotit základní receptury.

Pojďte s námi a nechte se inspirovat těmi, kteří trendy určují, těmi, kteří žijí gastronomií a těmi, pro které je zážitek pozorovat lidi, kteří se nechávají unášet symfonií chutí. Obsluhou, pro kterou je sloužit lidem samozřejmost a radost, a která uvítá zákazníka s úsměvem stejně jako se s ním loučí. Zkrátka, pojďte s námi ochutnat kousek historie a kousek světa, kterého si každá země cení více než cokoliv jiného. Akademie VLRZ je tu pro nás všechny!

13

GASTRONOMICKÉ OKÉNKO



Krémová polévka z medvědího česneku

4 porce

SUROVINY

70-80 g	čerstvého medvědího česneku
800 ml	kuřecího nebo zeleninového vývaru
100 ml	suchého bílého vína
40 g	oloupané cibule
70 g	másla
50 ml	olej
200 ml	smetany (min. 31%)
150 g	vařených brambor
špetka	mletého muškátového oříšku
	sól

POSTUP

Najemno nasekáme cibuli, brambory nakrájíme na kostičky stejné velikosti. V kastrolu na středním ohni rozejdeme olej, přidáme cibuli a za častého míchání ji necháme zesklzatět. Přilijeme víno a necháme ho odvařit na 1/3 původního objemu. Pak přilijeme vývar, přivedeme k varu a vaříme cca 20-25 minut na mírném ohni. Přidáme medvědí česnek, smetanu, uvařenou bramboru, muškátový oříšek a 1 lžičku soli. Opět necháme přijít k varu a vaříme 1 minutu. Ještě horkou polévku rozmixujeme tyčovým mixérem a přecedíme přes jemné síto. Polévku dle potřeby dochutíme solí.

V pánvi na vyšším ohni rozpálíme máslo. Jakmile začne lehce zlatavě pění, pánev odstavíme a tímto máslem, které získalo lehkou oříškovou chuť, dochutíme polévku v talíři.

Můžeme podávat s teplou vyšlehanou pěnou z polévky a dozdobit například ochuceným olejem, plátky opečeného česneku či pestem z medvědího česneku, čímž se ještě více zvýrazní chuť.

Matěj Novotný
hospodářsko správní referent a hygieník

Novinky v našich hotelech

Při poskytování našich služeb příroda netrpí – na VZ Dyje myslíme na ekologii

Na Vranovské přehradě šetříme životní prostředí. Volareza – hotel Vranov se může pochlubit solárním systémem a nově i instalací vlastní kogenerační jednotky. Chatová osada Bítov zase využívá vyčištěnou odpadní vodu pro závlahový systém areálu a brzy využití rozšíří i na splachování toalet u nově rekonstruovaných chat.

Designový solární systém hotelu Vranov je v provozu již delší dobu. Na střeše budovy se nachází 40 panelů, které pomocí slunečních paprsků ohřívají užitkovou vodu nejen v letních dnech. Systém je totiž uzpůsoben pro celoroční provoz, kdy průměrná denní úspora plynu je téměř 100 m³. V hotelu došlo i k výměně kotlů, které slouží jednak k vytápění hlavní budovy hotelu, tak i k případnému ohřevu teplé užitkové vody. V roce 2021 byly původní kotle vyměněny za kotle nové, a to s výrazně menší produkcí emisních škodlivin do ovzduší.

Novou nepominutelnou modernizací je také nově nainstalovaná kogenerační jednotka. Jednotka slouží k zásobování objektu vyrobenou elektrickou energií, která je vyráběna pouze pro vlastní spotřebu bez dodávek do sítě.

V chatové osadě Bítov byla jaře roku 2020 uvedena do provozu čistírna odpadních vod (ČOV). Čistírna je do své nádrže schopna pojmout vodu o objemu 22 000 litrů, kterou jsme se rozhodli dále zužítovat.

Výstavba závlahového systému využívající vodu z ČOV vyřešila nejen problém s nedostatkem vody v posledních letech, ale zejména zastavila užívání pitné vody na místech, kde postačí voda užitková. Systém se nachází pod travnatými plochami areálu a skrývá téměř tři čtvrtě kilometru potrubí. Rozvod potrubí byl vybudován souběžně s modernizací technické a dopravní infrastruktury chatové osady (novými komunikacemi, chodníky...) a zemní práce tak byly provedeny najednou. Celý systém fun-



Foto: Archiv VLRZ

guje plně automaticky a dává možnost nastavit závlahování travnatých ploch časově i úsekově. Slouží však také ke kropení antukových hřišť a zalévání rostlin. Závlahový systém se spouští vždy mezi půlnocí a jednou hodinou ranní. Pro opozdilce vracející se do chatky tak může být osvěžujícím překvapením.

Využití vyčištěné odpadní vody poslouží nejen k závlahovému systému, ale bude dále rozšířeno. Splachování toalet za pomoci užitkové vody se můžeme dočkat již brzy. Technické řešení připojení na sociální zařízení v nových koupelnách je zahrnuto v právě probíhajících stavebních úpravách chat.

Při budoucích rekonstrukcích budeme i nadále myslet na přírodu a chránit tím nejen krásné okolí našich areálů, ale celé Vranovské přehradě.

*Ing. Albert Procházka
ředitel VZ Dyje*



Foto: Archiv VLRZ

Novinky na Ovčárně

Vážení čtenáři,

dovoluji mi, abych Vás seznámila s nabídkou nových doplňkových služeb, které jsou připraveny pro zpříjemnění Vašeho pobytu u nás na Ovčárně. Nově je k dispozici infrasauna a procedura parafinový zábal „rukavičky“, kterou ocení převážně ženy. Je známo, že parafinové zábaly jsou velmi prospěšné a jejich účinky působí na tělo a pokožku velmi příznivě. Parafin dokáže absorbovat a udržet velké množství tepla. Působí při bolestech kloubů a hluboce hydratuje pokožku. Zanechává ruce hladké a odpočuté. Infrasauna hluboce prohřívá organismus a je využívána jedinci, kteří klasickou saunu nenavštěvují ze zdravotních důvodů. Je vhodná jak pro regeneraci organismu po sportovních výkonech, tak i pro posilování kardiovaskulárního systému, léčbu artritidy a odbourávání stresu. Bonusem relaxace v naší infrasauně je i překrásný výhled na Prácheň.

Tímto Vás srdečně zveme k návštěvě našeho hotelu..

*Hana Kováčová
vedoucí obchodního úseku
hotelu VZ Ovčárna*



Foto: Archiv VLRZ

nová sezona grilování je již na dohled, hledáme způsoby, jak naše klienty zaujmout něčím novým a rozšířit stávající nabídku služeb. Hodláme naše hosty na terase zaujmout netradiční nabídkou uzených výrobků, které obohatí naše grilovací večery. Vůně uzených ryb, klobásek nebo sýrů zcela jistě zaujme každého.

Věříme, že již nyní máte chuť naše léčebné i gastronomické novinky přijet vyzkoušet a tímto Vás srdečně zveme do Teplic.

*Michaela Toningarová
vedoucí obchodního úseku VLL Teplice*

Novinky roku 2022 v lázeňském hotelu Judita

Vojenská lázeňská léčebna v Teplicích, ač svým rozsahem nevelké zařízení, stále hledá cesty a způsoby k rozšíření nabídky poskytovaných služeb a zvyšování jejich kvality, což klienti, jak vyplývá z jejich hodnocení, oceňují a k vítují.

Pro rozšíření nabídky léčebných procedur a celkové zkvalitnění poskytovaných léčebných procesů při péči o naše klienty byl v roce 2021 pořízen nový přístroj EKG iE 6 Biocare, který nám umožňuje i automatické vyhodnocení srdeční činnosti. Dále byla pořízena motolaha BTL-CT-motion, která díky kotníkovému modulu kromě rozcvičení kyčelního a kolenního kloubu umožňuje také zlepšení pohybového rozsahu kotníku, což je využíváno zejména u léčby poúrazových a pooperačních stavů, ale i při chronických degenerativních a zánětlivých onemocněních. Tento rok v rámci „omlazení techniky“ plánujeme zakoupení nového moderního přístroje na lymfatické drenáže a přístroje na elektroléčbu. Také bychom rádi pro naše klienty rozšířili nabídku fototerapie a termoterapie o andulační terapii, která kombinuje infračervené záření s vibracemi, a ametystové lůžko. Tyto procedury umožňují celkové a hluboké prohřátí organismu, tím se zlepšuje prokrvení a okysličení tkáně, aktivují se a regenerují buňky, snižuje se bolest a stres.

V rámci rozšíření kapacit a možností rehabilitací absolvovaly další dvě zaměstnankyně našeho balneoprovozu odborné kurzy na masáže hlavy a obličeje, které se těší velké oblibě. Další fyzioterapeutka absolvovala kurz manuální lymfodrenáže, což nám umožňuje realizovat a uspokojovat zvýšenou poptávku po těchto procedurách.

Tento rok hodláme proškolit dvě fyzioterapeutky v Nordic Walking, další dvě fyzioterapeutky budou edukovány v reflexologii nohy, jedna fyzioterapeutka v akupresuře a dvě fyzioterapeutky absolvují kurz TCT Roller core Training. Rozšiřování stávajících odborností našich pracovníků léčebného provozu tak povede k vyššímu množstvem zabezpečit poskytování žádaných procedur.

A samozřejmě nemůžeme opomenout ani chystané novinky pro zpříjemnění volného času při pobytech našich klientů. V roce 2021 se těšily velké oblibě taneční večery s grilováním, popřípadě servírováním různých druhů pochutin. Vzhledem k tomu, že

Podpora Covid lázně 2022

Díky novému projektu, který iniciovaly Svazy léčebných lázní ČR a Sdružení lázeňských míst, navazujícímu na dotační titul Ministerstva pro místní rozvoj COVID lázně, mohou i klienti našich lázní ve VLL Karlovy Vary, VLL Teplice a VLL Františkovy Lázně od ledna opět využít slevový voucher tentokrát v hodnotě 2 000 Kč, který je možné uplatnit na pobyty do konce března 2022.

Jedná se o slevu z léčebného pobytu, kterou zájemcům tentokrát již přímo poskytuje lázeňské zařízení, kde je pobyt uplatňován. Podmínkou využití voucheru je délka pobytu alespoň 6 nocí a využití pěti procedur, určené jsou pro osoby starší 18 let. Zájemci o slevový poukaz ho mohou stejně jako v předchozím období získat přes cestovatelův portál Kudyznudy.cz, který provozuje agentura CzechTourism.

Již v uplynulých 18 měsících, ve kterých fungoval dotační titul Ministerstva pro místní rozvoj COVID lázně, se v době pandemie výrazně zvýšil zájem o pobyt v našich lázních. I tento nový projekt Covid lázně 2022 byl našimi klienty úspěšně přijat a ihned po spuštění jsme zaznamenali zvýšený zájem o lázeňské pobyty zejména do Karlových Varů a Teplic. S touto podporou se podařilo prodat pobyty za téměř 1,5 mil. Kč. K vyšší poptávce v době mimo sezónní též přispěly benefity v podobě služeb zdarma, které jsme k pobytům nabídli, jako například možnost zakoupení balíčku procedur za zvýhodněnou cenu nebo slevu na další pobyt.

Děkujeme Vám za Váš zájem o nabídku pobytů a věříme, že jste s pobyty byli a nadále budete spokojeni.

(red)

volareza
HOTELY • LÁZNĚ • WELLNESS



Foto: Archiv VLRZ

Výpadky elektřiny při letních bouřkách již u nás nehrozí

Na konci roku 2021 se podařilo zabezpečit provoz celého objektu hotelu VZ Měřín spolehlivým dieslovým motorgenerátorem, který komplexně zajistí provoz hotelu při výpadcích elektrické energie.

Především vlivem nepříznivého počasí, ať už se jednalo o letní bouřky, přívalem deště nebo silné větry, zůstával objekt vojenské zotavovny několik hodin, někdy i dní, bez dodávek elektřiny. Hotel VZ Měřín je technologicky plně závislý na elektřině a při výpadku dodávky do distribuční sítě nebylo možné poskytovat téměř žádné nabízené služby a hosté se museli přizpůsobit provizornímu, omezenému stravování, které bylo většinou zajištěno formou grilování na plynových grilech. Náhlým výpadkem elektřiny byla ohrožena i všechna technologická zařízení, která byla právě připojena do rozvodné sítě.

Náhradní zdroj dodávala firma Pronix s.r.o. jako výherce veřejné zakázky. Dieslový motorgenerátor, který je bezpečně „schován“ pod kapotovaným kontejnerem, je umístěn v prostoru areálu v blízkosti bowlingové herny. V jeho útroběch se ukrývá řada komponentů, které jsou pro bezproblémovou funkčnost zařízení nezbytné. Od palivové nádrže o objemu 1 200 l, naftového motoru až po chladicí s expanzní nádrží. Pro zajímavost čtenářům uvádím i některé technické parametry motorgenerátoru: celková hmotnost bez náplně činí 8 t, díky tlumičům hluku je maximální hlučnost 70 dB, v agregátu je 61 l mazacího oleje a 44 l chladicí kapaliny, výkon agregátu je 660 kVA / 528 kW a je nastaven v režimu „Stand by“, tzv. okamžitý start v případě výpadku. Zkušební testy a již první ostrý výpadek elektřiny ukázaly, že opravdu 55 vteřin po odstavení distribuční sítě, agregát nastartuje a připojí všechny síťové prvky.

Podle odborníků bude četnost extrémních meteorologických jevů v budoucnu narůstat, a tak jsme velice rádi, že VZ Měřín již tyto situace nezaskočí a naši klienti si budou moci svůj pobyt nerušeně a bez dalších omezení užívat.

Bc. Eva Dobrevová
ředitelka VZ Měřín

volareza NEWS

Vydává: VLRZ, p. o., Magnitogorská 1494/12, 101 00 Praha 10 – Vrsovice
tel.: +420 973 201 648, www.volareza.cz

Grafická příprava a tisk: Geoprint s.r.o. | ekologický papír s certifikací FSC
Pro vnitřní potřebu rezortu MO ČR | reg. MK ČR E 8205
Výtisk je neprodejný.



**Volareza
pro vás zajišťuje
hotelové,
lázeňské,
wellness
a zdravotní
služby.**



KRKONOŠE
Hotel Bedřichov *** superior
www.bedrichov.volareza.cz



KRKONOŠE
Penzion Malý Šišák **
www.malysisak.volareza.cz



JESENÍKY
Hotel Ovčárna ***
www.ovcarna.volareza.cz



SLAPSKÁ PŘEHRADA
Hotel Měřín *** superior
www.merin.volareza.cz



KARLOVY VARY
Lázeňský hotel Sadový Pramen ***
www.sadovypramen.volareza.cz



KARLOVY VARY
hotel Bellevue ***
www.bellevue.volareza.cz



VRANOVSKÁ PŘEHRADA
Chatová osada Bitov **
www.bitov.volareza.cz



VRANOVSKÁ PŘEHRADA
Volareza – Hotel Vranov ***
www.vranov.volareza.cz



PRAHA
Hotel DAP ***
www.daphotel.cz



FRANTIŠKOVY LÁZNĚ
Lázeňský hotel Kijev ***
www.frantiskovylazne.volareza.cz



JESENÍK
Lázeňský hotel Albatros ***
www.jesenik.volareza.cz



JESENÍK
Hotelová dependance Silesie ***
www.jesenik.volareza.cz



TEPLICE
Lázeňský hotel Judita ***
www.teplice.volareza.cz



SLAPY
Vojský rehabilitační ústav
www.volareza.cz