



MUDr. ALEŠ CHRDLÉ

Důležité je
očkování
a hygiena

STR. 6-8



AKČNÍ POBYTY V AUROŘE

Velikonoční
pobyt již
v prodeji

STR. 5


**LÁZNĚ
TŘEBOŇ**

LÁZEŇSKÁ POHODA

02

ÚNOR 2020
ROČNÍK XIII.

**SPECIÁLNÍ
NABÍDKA**

**Ochutnejte
únor
v Auroře**

VYZKOUŠEJTE ÚNOROVÉ POBYTY
NYNÍ SE SLEVOU 15%.

VÍCE NA STR. 20

LÁZNĚ

Toužím být zdravý.
Co pro to dělám?
Cvičení – 4. část

STR. 10-13

LÁZNĚ

Fotoreportáž
z rekonstrukce
Bertiných lázní

STR. 14-15

GASTRONOMIE

Nabídka našich
restaurací, barů
a provozů

STR. 16-17

VOLNÝ ČAS

Přehled únorových
kulturních akcí
v Třeboni

STR. 4, 18-19

PERSONALISTIKA

Ocenění zaměstnanci třeboňských lázní

V Kulturním a kongresovém centru Roháč se v pátek 17. ledna konal zaměstnanecký večírek Slatinných lázní Třeboň, na kterém bylo oceněno 11 zaměstnanců lázní.

Za profesní přínos k dobrému jménu Slatinných lázní Třeboň získali věcný dar a diplom vedoucí kina Světozor **Karel Fical**, pokojská Lázní Aurora **Miluše Pavlová**, portýr Lázní Aurora **Václav Trachta**, kuchař restaurace Harmonie Lázní Aurora **Jaroslav Vedral**, zástupkyně vedoucí ubytovacího odboru pro Bertiny lázně **Ilona Vyhnalová** a sanitárka Lázní Aurora **Pavla Zajícová**.

Za dlouhá léta kvalitní a svědomité práce pro Slatinné lázně Třeboň byly oceněny zdravotní sestra Bertiných lázní **Irena Doležalová** (v lázních pracuje od března 1976), servírka Lázní Aurora **Růžena Mašková** (v lázních pracuje od dubna 1977) a sanitárka Bertiných lázní **Anna Zíková** (v lázních pracuje od října 1979).

Poděkování a věcný dar za celoživotní přínos a vynikající práci pro dobré jméno Slatinných lázní Třeboň obdržel bývalý primář Bertiných



lázní, bývalý ředitel a současný lékař třeboňských lázní **MUDr. Jaroslav Bican**.

Poděkování a věcný dar za osobní přínos a vynikající práci pro dobré jméno třeboňských lázní patří **PhDr. Marku Zemanovi, Ph.D.**, vedoucímu fyzioterapeutovi Bertiných lázní. <

✦ Ocenění zaměstnanci na snímku zleva: PhDr. Marek Zeman, Ph.D., MUDr. Jaroslav Bican, Ilona Vyhnalová, Irena Doležalová, Ing. Eliška Lukášová, Ph.D., Pavla Zajícová, Anna Zíková, Růžena Mašková, jednatel lázní prof. JUDr. Vilém Kahoun, Ph.D., starosta města a jednatel lázní, PaedDr. Jan Váňa, Karel Fical, Miluše Pavlová, Jaroslav Vedral a Václav Trachta.

TISKOVÁ ZPRÁVA

Městský ples pětileté růže

Tradiční Městský ples pětileté růže se uskuteční ve společenském sále Beseda 14. února od 20.00 hodin. K tanci i poslechu zahraje třeboňská kapela FACE Music Band. Program večera bude zpestřen předtančením a připraven bude také bohatý raut a tombola. Vstupenky v ceně 300 Kč jsou v prodeji v Turistickém informačním centru na Masarykově náměstí. <

NAŠI HOSTÉ

Během měsíce ledna jste mezi lázeňskými hosty určitě potkávali herce **Miroslava Donutíla**, politika a bývalého ministra vnitra **Jana Rumla** či spisovatelku, scénaristku a publicistku **Halínu Pawlowskou**. <

LÁZNĚ A SPORT

Opět přijeli fotbalisté Sparty

Třeboňské lázně si ke svému zimnímu soustředění opět vybral věhlasný fotbalový klub AC Sparta Praha, respektive jeho mládežnické týmy. Od 11. do 23. ledna se zde vystřídali hráči do 19, 17 a 16 let. Týmy starších žáků ve věku do 14 a 15 let přijedou během druhého únorového týdne. Kromě ubytování a stravování zde mladí fotbalisté využívají tělocvičnu, posilovnu, bazén, lázeňský park a hřiště s umělou trávou.



Trenér hráčů U16 Petr Janoušek pobyt v Třeboni hodnotil slovy: „Je tu pohoda, klidné prostředí, velké prostranství, regenerace, vířivky, sláný bazén, k dispozici je sauna, fitnesscentrum, tělocvična. Celý sportovní den završíme kvalitní plnohodnotnou regenerací se vším všudy, ať již jde o cvičení či vodní lázeň. Máme zde absolutně vše, co potřebujeme. Myslím si, že momentálně bychom nenašli nic lepšího, včetně stravování. Jsme zde maximálně spokojeni.“ <

Bertiny lázně zahajují od března provoz v penzionech

I když stále probíhá rozsáhlá rekonstrukce Bertiných lázní, provoz pro klienty zdravotních pojištoven, kteří zde mají vyřízenou komplexní lázeňskou péči, bude zahájen již 2. března. Lázně vyzkoušely podobný model již na podzim. Díky tomu zůstala zachována pracovní místa zaměstnanců a jejich kapacity jsou využity v rozšířeném provozu v Lázních Aurora.

Ubytování

Během rekonstrukce Bertiných lázní budou klienti ubytováni v penzionech Alberta, Jakub, U Bumanů, U Kubalů, Zlatá stoka, Růže, Grácie, U Míšků, U Dostálů, Svět, U Dvořáků a v provozu zůstal pavilon D.

Stravování

Snídaně klientů budou rozděleny do tří směn v Pizza restaurantu Top-Spin v areálu Bertiných lázní. Obědy a večeře jsou zajištěny v jídelnách Lázní Aurora.

Procedury

Klienti Bertiných lázní absolvují veškeré své procedury v léčebných provozech Lázní Aurora v odpoledních hodinách. Procedury všech klientů Slatinných lázní Třeboň budou načasovány tak, aby v dopoledních hodinách byli odléčeni klienti Lázní Aurora, odpoledne pak klienti Bertiných lázní.

Bazén zdarma

Po dobu svého pobytu během rekonstrukce budou mít klienti ubytováni ve všech penzionech Bertiných lázní možnost využít bazénový komplex ve wellnesscentru Lázní Aurora zdarma.

Doprava, cesta do Aurory (a zpět)

Klienti Bertiných lázní, kteří budou ubytováni v penzionech Alberta, Jakub, U Bumanů, U Kubalů, Zlatá stoka, Růže, U Dostálů, U Míšků a Grácie, budou na oběd, procedury a veče-

ři do Lázní Aurora dopravováni autobusem a mikrobusem třikrát denně, podle času plánovaných obědů a večeří. Autobus i mikrobus budou odjíždět ze zastávky u Tyršova stadionu, zpět od recepcce Lázní Aurora. Dobu odjezdu „svého“ spoje, o které se klient dozví při nástupu, si musí každý hlídat sám. Spoj nemůže na nikoho čekat a řidič nepozná, zda v daný čas všichni nastoupili. To samé platí při odpoledním návratu z Lázní Aurora zpět na zastávku u Tyršova stadionu. Přeprava autobusem a mikrobusem se netýká klientů ubytovaných v penzionech Svět a U Dvořáků, kteří to nemají do Lázní Aurora tak daleko. Pokud někdo do lázní přijede svým vozem a bude jej chtít využívat k dopravě na oběd, procedury a večeře, bude mít více volnosti a také parkování u Lázní Aurora zdarma na vyhrazeném místě. <

Více informací na tel. čísle: **384 754 555** nebo na e-mailu: **rezervace@berta.cz**

KOMPLEXNÍ/ /PŘÍSPĚVKOVÁ LÁZEŇSKÁ PÉČE

TERMÍN: 1. 2. 2020–31. 3. 2020
TYP UBYTOVÁNÍ: PENZION

Přemýšlíte o tom, kdy absolvovat komplexní či příspěvkovou lázeňskou péči v našich lázních? Pokud ano, máme pro vás speciální nabídku na zimní měsíce s ubytováním v některém z našich penzionů.

Nabídka zahrnuje následující bonusy:

- volný vstup do bazénového komplexu po celou dobu pobytu (platí do 28. 2. 2020)
- blokační poplatek ve výši 0 Kč/osoba v termínu 1. 2.–28. 2. 2020
- zvýhodněný blokační poplatek 500 Kč/osoba v termínu 1. 3.–31. 3. 2020

Nabídka se vztahuje na všechny nové rezervace, uskutečněné od 1. 2. 2020.



**Lázně
Aurora**

Rezervace, prosím,
zasílejte písemně:
rezervace@aurora.cz

POZVÁNKA DO DIVADLA



Mindgame – Líbezná vyhlídka

Anthony Horowitz
StageArtCz

Když se Mark Styler, autor „zaručeně pravdivých“ detektivních románů, pokouší získat rozhovor s Eastermanem – známým sériovým vrahem – nemá ani ponětí, do čeho se pouští. Napřed musí dostat souhlas doktora Farquhara, podivného ředitele Líbezných vyhlídek, psychiatrické léčebny, v níž je Easterman držen. Brzy však zjistí, že nic není takové, jak se zdá. Například, kdo je ve skutečnosti záhadný Borson? Odkud se přesně vzalo maso

v mrazáku? Proč není kostlivec ve skříni? Další a další otázky roztácejí děsuplnou spirálu přicházejících odpovědí.

Předprodej vstupenek v TIC na Masarykově náměstí a také na www.itrebon.cz/mindgame <

 19. února v 19.30 hodin
 Divadlo J. K. Tyla v Třeboni
Divadlo v předplatném

Režie: Petr Halberstadt
Hrají: Miroslav Etlzer, Petr Halberstadt, Gabriela Míčová

POZVÁNKA NA AKCI

Kolem Světa za Hanzelkou



Vydejte se v sobotu 15. února na symbolickou cestu KOLEM SVĚTA ZA HANZELKOU. Na 12km dlouhé trase, která vede po polních a lesních

cestách, po lučních pěšinách a rybníční hrázi, uvidíme knížecí hrobku, pláž Ostende, rašeliniště a mnoho dalších zajímavostí. Společně vyjdeme v 15 hodin od hotelu Svět u lázeňského parku a zakončíme ji na hřbitově sv. Jiljí, místě posledního odpočinku Jiřího Hanzelky. Trasa není určena pro cyklisty. Doporučujeme chůzi, nordic walking či běh. <

 15. února v 15.00 hodin
 Třeboň

BESEDA PO FILMU

Není „Můj příběh“ i vaším příběhem?

Ve středu 8. ledna se v pražské Lucerně konala premiéra nového českého filmu Můj příběh. Film byl natočen podle skutečné události zachycené v knize Calaway, jejíž autorkou je Zora Castillo, pocházející z Jindřichova Hradce. V treboňském Světozoru měl premiéru 11. ledna, ve druhém sále v Lázních Aurora byl promítán o týden později 18. ledna. Díky Lence Průchové a Karlu Ficalovi právě tam měli diváci možnost se po filmu setkat a pobesedovat se Zorou Castillo. Román o domácím násilí je inspirován skutečným příběhem ženy, která se snaží vyhrát souboj se životem. Během jediného okamžiku se totiž z krásné a úspěšné baletky stane zrůda bez tváře bojující o holý život. Podle slov autorky jde o příběh plný vášně, utrpení, protichůdných emocí a síly přátelství nebo lásky.

Na besedě koproducentka Nela Schlaichertová uvedla, že kaž-



dý čtvrtý Čech má zkušenost s domácím násilím a cílem filmu je otevřít tuto tematiku na veřejnosti. „Týraní lidé musejí v sobě najít odvahu a jít s tím ven, požádat o pomoc. Možná jim tento film pomůže najít odvahu, odhodlání udělat ten krok a svěřit se, začít o domácím násilí diskutovat a řešit jej. Já osobně jsem během prvního týdne promítání obdržela 150 zpráv, ve kterých mi lidé popisovali vlastní traumatické zážitky,“ uvedla spisovatelka Zora Castillo. <

MĚSTSKÝ PLES
PĚTILISTÉ RŮŽE
Společenský sál BESEDA

14. února 2020
20.00 hodin

předtančení • raut • tombola
HRAJE: FACE MUSIC BAND

 Třeboň Vstupné: 300 Kč
Předprodej: TIC, Masarykovo náměstí |

Zimní sen v Auroře

V TERMÍNU: 2. LEDEN-28. ÚNOR 2020



Cena za pobyt/osoba:

Jednolůžkový Superior + balkon	12 096 Kč
Dvoulůžkový Superior + balkon	9 852 Kč
Jednolůžkový Penzion	9 366 Kč
Dvoulůžkový Penzion	8 346 Kč

☎ 800 611 009, 384 750 555 (po-ne: 8-20 hod.)

✉ rezervace@aurora.cz | 🏠 www.aurora.cz



Lázně Aurora

I v zimě je v Třeboní krásně. Přijďte na týdenní relaxační pobyt do Lázní Aurora.

Cena za týdenní léčebně-rekondiční pobyt zahrnuje:

- 6× ubytování s polopenzí
- 2× slatinná koupel
- 1× klasická masáž částečná
- 1× masáž vonnými oleji Aurora
- 1× bylinná koupel s konopím
- 1× mechanická masáž Hydrojet
- › volný vstup do bazénového komplexu, fitness a sauny
- › místní poplatek z pobytu

Povinná vstupní lékařská konzultace



Lázně Aurora

Prožijte svátky jara v Lázních Aurora a načerpejte novou energii...

5denní pobyt zahrnuje:

- 4× ubytování dle vybrané kategorie
- 4× polopenze (z toho 1x slavnostní velikonoční večeře se sklenkou sektu)
- 1× slatinná koupel
- 1× klasická masáž částečná
- 1× bylinná koupel s konopím
- 1× masáž vonnými oleji Aurora
- 1× mechanická masáž
- › volný vstup do bazénového komplexu, fitness a sauny po celou dobu pobytu
- › místní poplatek z pobytu

Velikonoce v Auroře

V TERMÍNU: 9.-13. DUBEN 2020



Cena za pobyt/osoba:

Jednolůžkový Superior**** + balkon	11 031 Kč
Dvoulůžkový Superior**** + balkon	8 835 Kč

☎ 800 611 009, 384 750 555 (po-ne: 8-20 hod.)

✉ rezervace@aurora.cz | 🏠 www.aurora.cz



PRIMÁŘ INFEKČNÍHO ODDĚLENÍ ČESKOBUDĚJOVICKÉ NEMOCNICE, MUDr. ALEŠ CHRDLÉ

Důležité je očkování a hygiena při zpracování potravin

ROMAN RŮŽIČKA

V dnech 22. až 24. ledna se v lázeňském domě Aurora konal 28. ročník Třeboňského mezioborového semináře (TMOS), jehož hlavním tématem tentokrát byly zoonózy, neboli infekční nemoci přenášené ze zvířat na člověka. Na seminář do Třeboně dorazilo přes 300 odborníků z celé republiky. V čele 12členného organizačního týmu byl primář infekčního oddělení českobudějovické nemocnice MUDr. Aleš Chrdle, kterého jsme ještě před seminářem požádali o následující rozhovor.

Působíte ve funkci primáře infekčního oddělení krajské nemocnice a zároveň jako vedoucí organizačního výboru velkého semináře. Jak jste se dostal k organizování semináře v Třeboni? Máte málo práce? (Úsměv). Můj předchůdce na infekčním oddělení, MUDr. Václav Chmelík (pozn. aut. – ve funkci primáře jej Aleš Chrdle vystřídal 1. ledna 2019), se na organizování tohoto semináře podílel od samého začátku, tedy od roku 1992, a stále je členem organizačního výboru. Historicky byli u zrodu manželé Žampachovi, což jsou kolegové z českobudějovické mikrobiologie a z imunologie, a primář Chmelík z infekčního oddělení. To je trojice, která třeboňský seminář vlastně povila. Někdy kolem roku 2013

se Žampachovi rozhodli, že už nemají co nového semináři přinést, tak jsme se s MUDr. Davidem Šusem nabídli, že se zapojíme do týmu. Přibrali jsme k sobě některé kolegy z infekčních nebo mikrobiologických oddělení z Prahy, Plzně a Hradce Králové, abychom společně připravovali odborný program. Takže na organizování třeboňského semináře se podílím od roku 2014.

Čím se nechá zaběhnout seminář vylepšit?

Rozšířili jsme tým lidí, kteří se podílejí na přípravě témat a organizaci odborného programu. Nyní je nás dvanáct a seminář je skutečně mezioborový. Každý ze členů týmu přináší nová témata a nové pohledy. Setkávají se zde odborníci ze tří oborů. Z infekologie, což je obor, který se stará o pacienty s infekční nemocí. Dále z mikrobiologie, kde kolegové z laboratorní diagnostikují a testují „breberky“, které šíří nebo způsobují nemoci, a z epidemiologie, která sleduje, jakým způsobem se nemocí šíří, a snaží se různými opatřeními šíření zabránit. Tyhle tři obory se dívají na stejnou věc každý svým vlastním pohledem, a abychom byli schopni mezi sebou dobře komunikovat, je potřeba setkávat se a komunikovat třeba na takovémto mezioborovém semináři. Dalším cílem je otevírat nová témata, kde zatím máme více otázek než odpovědí a zkusíme hledat odpovědi společně.

Ale diskutujete stále o infekčních nemocech.

Každý rok jsou jiná témata, právě z různých oblastí. Před pár lety jsme měli pozvané odborníky na plicní infekce, před dvěma roky jsme měli ortopedy a s nimi jsme se bavili o infekcích kostí a kloubů. Letos máme pozváno několik veterinářů, protože velkým tématem nyní budou zoonózy. To jsou nemoci, které se ze zvířat přenášejí na člověka. Buď přímo, nebo prostřednictvím klíštěte, komára, mouchy, blechy apod.

Letos je tedy téma: Nemoci, které jsou přenášeny ze zvířete na člověka. Plus první den máme na programu super-aktuality, tedy věci, které se v našich oborech rychle mění. Vždy je nutné a důležité říct, co se za rok změnilo. Například co bylo aktuální v oblasti virové hepatitidy C anebo HIV před rokem, je dnes už pasé. Už jsou nové poznatky, nové postupy, nové přístupy k pacientům i k diagnostice. Součástí semináře je také pravidelná Malá škola antibiotické léčby. Celosvětově narůstá výskyt bakterií, které jsou vůči antibiotikům rezistentní. Proto jsou antibiotika velmi cenná a musíme s nimi umět dobře zacházet.

Na semináři si rozšiřujeme obzor mimo náš obor. Medicína jako taková se velmi specializuje, až super-specializuje. Dokonce se říká, že se atomizuje, že se rozpadá na jednotlivé záhumenky, na kterých si každý dělá to své. A když nebudeme vědět, co umějí ti ostatní, čeho jsou schopni, tak se velmi

omezuje naše spektrum znalostí, co všechno pro nemocného člověka můžeme udělat.

Kolik lidí se třeboňského semináře zúčastňuje a komu je určen?

V posledních letech máme kapacitní problém, protože máme kolem 300 až 350 účastníků z celé republiky. Semináře se účastní lékaři, sestry, laboratorní pracovníci, a to jak doktoři, tak přírodovědci i zdravotní laboranti.

Proč se semináře konají právě v třeboňském lázeňském domě Aurora?

Myslím, že to je historicky dané, MUDr. Pavel Žampach má rodinné vazby na Třeboň a když se tehdy hledalo vhodné místo a klidné prostředí, tak na základě osobních kontaktů oslovil Lázně Aurora, které se velmi osvědčily. Dnes má Třeboň zvuk, už je to značka. Když se řekne Třeboň, tak každému, kdo se zabývá infekčními nemocmi nebo mikrobiologií, se vybaví lednový mezioborový seminář v Lázních Aurora.

Co všechno v lázeňském domě využíváte?

Prakticky všechno. Ubytování, společenský sál, veškerou techniku, čítárnu, společné prostory, restauraci. My v podstatě přijedeme pouze s vlastním notebookem, což je super. Navíc seminář se koná od středy do pátku, takže někteří účastníci využívají tohoto termínu a zůstávají v lázních



Zleva: MUDr. Aleš Chrdle,
MUDr. Václav Chmelík
a MUDr. David Šūs.

na prodloužený víkend, kdy soukromě pak využívají bazén i procedury.

Ve společenském sále je přednáškový program, v čítárně máme vystavené postery, kde jsou prezentace natištěné a lidé mají možnost si je v klidu přečíst. V předsáli vystavují firmy, které se zabývají výrobou léků nebo přístrojů na diagnostiku. Mají tak možnost prezentovat své produkty a služby a informovat, co je u nich nového. Také pořádáme společenský večer s rautem, abychom si mohli popovídat i mimo přednášky a navázat osobní kontakty.

Kromě toho, že se účastníci dozvědí novinky a zajímavosti, na jejich konto přibudou kredity...

Ve zdravotnictví máme povinnost celoživotního kontinuálního vzdělávání. A jsou akce, jako právě náš seminář, které jsou akreditované Českou lékařskou komorou, a za účast na treboňském seminá-

ři je připsáno 17 kreditů. Tento „náš“ seminář je rovněž zařazen do systému celoživotního vzdělávání České asociace sester pro všeobecné sestry, praktické sestry, zdravotní laboranty, asistenty ochrany veřejného zdraví, zdravotnické záchranáře, farmaceutické asistenty a zdravotně sociální pracovníky, kteří získají potvrzení o počtu hodin vzdělávací akce. Zároveň je zařazen do systému celoživotního vzdělávání Komory vysokoškolsky vzdělaných odborných pracovníků ve zdravotnictví. Žádná z těchto profesí nemůže dobře fungovat bez trvalého vzdělávání.

Znamená to, že účast na semináři se objeví na výplatní listině účastníků?

Hlavně mohou dál ve zdravotnictví odvádět kvalitní práci, protože jsou „v obraze“. I když nyní zdravotní pojišťovny inzerují určitou bonifikaci pro zdravotnická zařízení, jejichž lékaři prokáží, že se

soustavně vzdělávají a dosáhnou určitého počtu kreditů.

Říkal jste, že otevíráte nová témata. Kdy a jak probíhají diskuse?

Po každém dvouhodinovém přednáškovém bloku následuje panelová diskuse. Panelové diskuse se účastní veterinář, mikrobiolog, klinický lékař a plénum. Jde o to se k tématu vrátit, ptát se i na věci, které nejsou zrovna jasné, na které se zatím nikdo nezeptal, klást nepříjemné otázky, protože smyslem Třeboňe je také otevřít nová témata. Ptát se na věci, na něž zatím neznáme odpovědi a je třeba se k nim společně přiblížit.

Bývají diskuse občas plamenné?

Obsahově bývají často velmi plamenné, někdy i emočně. Samozřejmě se snažíme, aby byly konstruktivní a kultivované, i když jsme také zažili, že někdo vstal

a odešel rozhořčeně ze sálu. Jsme schopni diskutovat i tam, kde se neshodneme, bez osobních urážek. Tedy jinak, než co občas vidáme v televizi.

Jak jste uvedl, hlavním tématem budou Nemoci přenášené ze zvířat na lidi. Můžete poradit, na co si máme dávat pozor, abychom se vyvarovali přenosu infekcí ze zvířat? Přeci jen v České republice je přes 2 miliony psů, nespočet koček, papoušků, hlodavců, křečků, králíků, frettek, slepic... Jsme chovatelská země. Na co si dávat největší pozor, čeho se vyvarovat?

Paradoxně u domácích mazlíčků je riziko nejmenší. Čas od času se stane, že člověk dostane infekci ze špatně ošetřené rány po pokousání psem nebo po poškrábání kočkou. Může dojít i k otravě krve, ale to vidáme málokdy. Velké infekční problémy jsou v podstatě dva. ➤

SALMONELÓZA**A KAMPYLOBAKTERIÓZA:**

Střevní infekce, které se projevují bolestí břicha, horečkou, zvracením a častými vodnatými, někdy krvavými průjmy. Obvykle trvají několik dní až týden. Hlavní komplikací je dehydratace se selháním ledvin a krevního oběhu. U oslabených pacientů mohou bakterie proniknout do krevního řečiště a způsobit hnisavé postižení dalších orgánů. Každoročně je v Česku hlášeno téměř padesát tisíc případů salmonelóz a kampylobakterióz. Skutečné počty mohou být ale vyšší, lehké případy se nemusí dostat k lékaři a do laboratoře.

BORELIÓZA:

Bakteriální onemocnění, které se může projevit typickým červeným, ostře ohraničeným kruhem větším než 5 cm na kůži v blízkosti místa přisátí klíštěte. V dalších fázích může způsobovat zánět mozku a mozkových blan, včetně ochrnutí hlavových nervů nebo končetin, a dále záněty kloubů a vzácně i záněty srdečního svalu. Léčí se antibiotiky, a to tabletami v počátečních stadiích, nitrožilními infuzemi pak u těžších průběhů. Každoročně je v Česku hlášeno mezi 3 až 5 tisíci případy boreliózy, bez popsaného úmrtí.

KLÍŠŤOVÁ ENCEFALITIDA:

Virové onemocnění centrálního nervového systému (mozkových plen a mozku), které se může projevit vysokými horečkami, úpornými bolestmi hlavy, zvracením a poruchou vědomí nebo ochrnutím. I lehké případy jsou spojeny s dvou- až tříměsíční pracovní neschopností. U těžších průběhů je nutné počítat s dlouhodobou rekonvalescencí a někdy trvalými následky – od ochrnutí končetin a psychických změn po „pouhé“ častější bolesti hlavy a nesoustředěnost se snadnější únavností. Antibiotika zde nefungují, proto je léčba podpůrná – tedy tlumení projevů a příznaků nemoci, časná rehabilitace a další pomoc při rekonvalescenci. Každoročně je v Česku hlášeno 400–800 případů, nejvíce v jižních Čechách, a kolem deseti úmrtí ročně.



MUDr. Aleš Chrdle

Jednak ve stravě a jednak infekce přenášené hmyzem a klíšťaty. Stravy se týkají především salmonelóza a kampylobakterióza, které se u lidí objevují zejména po konzumaci nedostatečně tepelně upraveného masa a vajíčků, případně výrobků, které tyto potraviny obsahují. Dále jde o hygienické návyky při zpracovávání masa. Syrové maso je nutné zpracovávat na jednom prkénku a jedním nožem. Tepelně upravené maso a zelenina se dělá na jiném, druhém prkénku a jiným, druhým nožem, aby se nepřenašely bakterie ze syrového na uvařené nebo upečené maso, kde by se mohly pomnožit a způsobit velké zdravotní problémy.

Část semináře bude věnována přenosu infekčních nemocí komáry, což se nás v Čechách zatím, ale podotýkám zatím, tolik netýká. Ale pomalu se k nám začíná dostávat západonilská horečka. Už je v Itálii, Řecku, v jižní Evropě a někteří komáři na jižní Moravě i na Třeboňsku jsou schopni tuto nemoc přenášet. Tomuto tématu je letos věnován jeden blok a další je věnován nemocem přenášeným klíšťaty. Tam jednoznačně doporučuji očkování proti klíšťové encefalitidě zejména lidem, kteří chodí do lesa či obecně do přírody, a to nejen v jižních Čechách. Je to ne-

moc, která může hodně zkomplikovat život. Klíšťová encefalitida se stále velmi podceňuje. Pacienti s „klíšťovkou“, kteří skončí na našem oddělení, nám říkají, že o očkování přemýšleli, ale že to nějak nestihli. Anebo že nechali naočkovat všechny děti a vnoučata, ale sebe ne, protože se jim doposud nic nestalo, na ně přece klíšťata nelezou. Stačí jedno jediné klíště a člověk pak stráví týdny v nemocnici a může si odnést trvalé následky.

Takže moje rada: Dávejme si pozor na to, co jíme, pozor na hygienu při zpracování potravin a očkujte se proti „klíšťovce“. Je to snadné a účelné.

Proti klíšťatům, respektive proti klíšťové encefalitidě se můžu očkovat, ale proti komárům?

U nemocí přenášených klíšťaty se nemůžete očkovat proti borelióze, které se lidé obecně bojí mnohem více než klíšťové encefalidity, i když z našeho pohledu je „klíšťovka“ nesrovnatelně horší onemocnění než borelióza. U komárů začíná být problém se západonilskou horečkou, která se v mnohém podobá „klíšťovce“, ale proti ní zatím očkování není. Nezbyvá než se chránit vhodným oblečením a používat repelenty. Když jde

člověk do přírody, měl by se postříkat, chránit se.

Opravdu repelenty fungují? Jsme zahlceni různými reklamami...

Repelenty opravdu fungují, například v Africe používání repelentů jednoznačně snižuje výskyt malárie. U nás jsme to tolik zatím neřešili, protože štípance od komárů nás sice otravovaly, ale neohrožovaly. Ale pokud i u nás komáři začnou přenášet nemoci jako je západonilská horečka, tak rozhodně bude mít smysl používat repelenty proti hmyzu. ◀

KDY SE OČKOVAT PROTI**„KLÍŠŤOVCE“:**

Očkování je možné prakticky kdykoli, ideálně mimo klíšťovou sezonu, tedy vlastně nyní. Vakcína je bezpečná a velmi účinná pro vytvoření ochranných protilátek, ale nechrání trvale. Pro účinné očkování je proto potřeba absolvovat další injekci za měsíc a za půl roku až rok od první aplikace, a potom přeočkování každých 3 až 5 let. Ideální dobou na zahájení očkování je začátek zimy nebo časné jaro. Některé zdravotní pojišťovny na očkování přispívají.

KONGRESOVÁ TURISTIKA

Třeboňské lázně jsou využívány i pro semináře

Ve dnech 22. až 24. ledna se v lázeňském domě Aurora konal 28. ročník třeboňského mezioborového semináře pod záštitou Společnosti infekčního lékařství České lékařské společnosti J. E. Purkyně, Společnosti pro epidemiologii a mikrobiologii ČLS JEP a Společnosti pro lékařskou mikrobiologii ČLS JEP. Hlavním tématem byly zoonózy, neboli infekční nemoci přenášené ze zvířat na člověka.



Letošní mezioborový seminář zahájil MUDr. Václav Chmelík.

nachází vedle internetové a kde se v průběhu roku konají různé besedy i prodejní výstavy, tentokrát posloužila především jako čítárna. Na posterech, umístěných na mobilních panelech, byly vytištěny přednášky, takže kdo nebyl přítomen v sále, měl možnost se s diskutovaným materiálem seznámit písemně. Bonusem pak bylo využití bazénu s mírně slanou vodou v lázeňském wellnesscentru, jehož součástí je i sauna či fitnesscentrum. <

Z celé republiky na mezioborový seminář do Třeboně dorazilo přes 300 lékařů, sester, laboratorních pracovníků, a to jak doktorů, tak přírodovědců i zdravotních laborantů. V Lázních Aurora se tedy setkali odborníci ze tří oborů – z infekologie, mikrobiologie a epidemiologie. Během tří dnů účastníci semináře využili prakticky vše, co Lázně Aurora nabízí a čím disponuje: ubytování ve čtyřhvězdičkových pokojích, stravování bufetovou formou v jídelnách pro samoplátce či parkování na lázeňských monitorovaných parkovištích. Přednášky a panelové diskuse se konaly ve Společenském sále, který je schopen pojmut 300 posluchačů či diváků a který lázně využívají k pořádání hudebních koncertů, divadelních představení, společenských večerů, ale také jako druhý promítací sál kina Světozor. Prostory před sálem využila řada firem, jež se zabývají výrobou léků nebo přístrojů na diagnostiku, k malému veletrhu. Využily tak lázeňské prostory a možnost prezentovat své produkty a služby přímo před zraky koncových uživatelů a informovat je, co je na trhu nového. Přednáškovou místnost, která se



Společenský sál Lázní Aurora se proměnil na kongresové centrum, kde se konaly přednášky a diskuse.

CVIČÍME S VEDOUČÍ FYZIOTERAPEUTKOU LÁZNÍ AURORA

Toužím být zdravý.

Co pro to dělám? (4. ČÁST)

Milí čtenáři Lázeňské pohody,

chtěla bych vás opětovně pozvat k další části našeho seriálu cvičení. V minulém dílu jsme se zaměřili na protažení a uvolnění dolní části zad.

V tomto díle bych vás chtěla naučit, jak si tuto oblast těla zpevnit. Zaměříme se na posílení břišních svalů a zároveň budeme aktivovat i svaly, které fixují krční páteř a hlavu, a zapojíme do pohybu i horní a dolní končetiny. Ukážeme si dva cviky. Jelikož je třeba všechny části cviků dobře zvládnout, postupně vám je vysvětlím a pak je spojíme dohromady.

POSÍLENÍ ŠIKMÝCH BŘIŠNÍCH SVALŮ

Dýchání:

Dýchání, které budete při tomto cvičení dělat, jste se naučili už v minulém díle. Nádech nosem do spodního břicha pod pupík, břicho se lehce vyklene, do hrudníku, roztáhnou se dolní oblouky žebber. **Foto č. 1.**

Výdech ústy, jako byste foukali dlouze do polévky a pupík jde směrem do podložky, stydká kost se klopí k pupíku a dolní žebra se svírají také směrem k pupíku. Jako byste břichem tiskli pod bedry nějakou minci do podložky. **Foto č. 2.**

Foto č. 2.

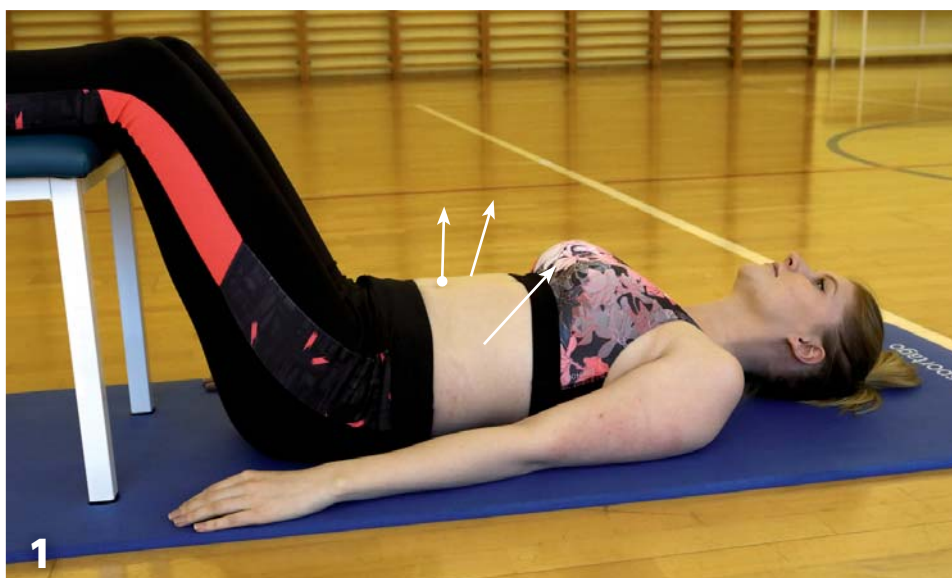
Základní poloha:

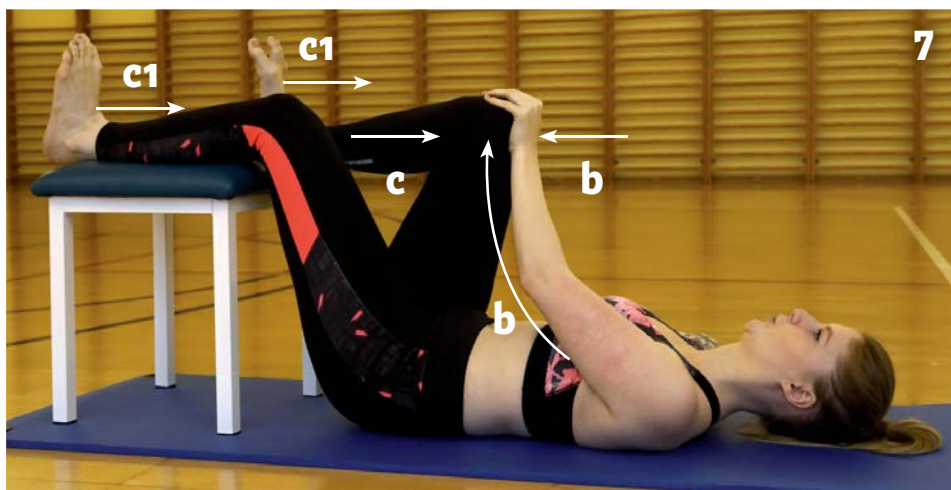
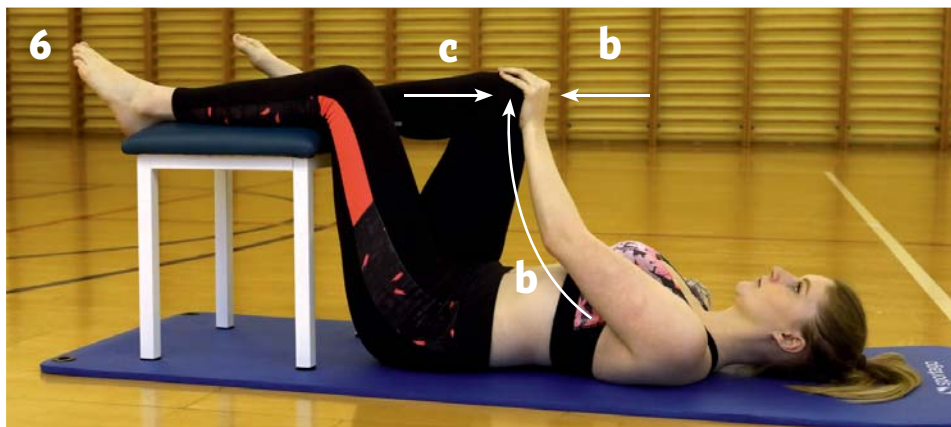
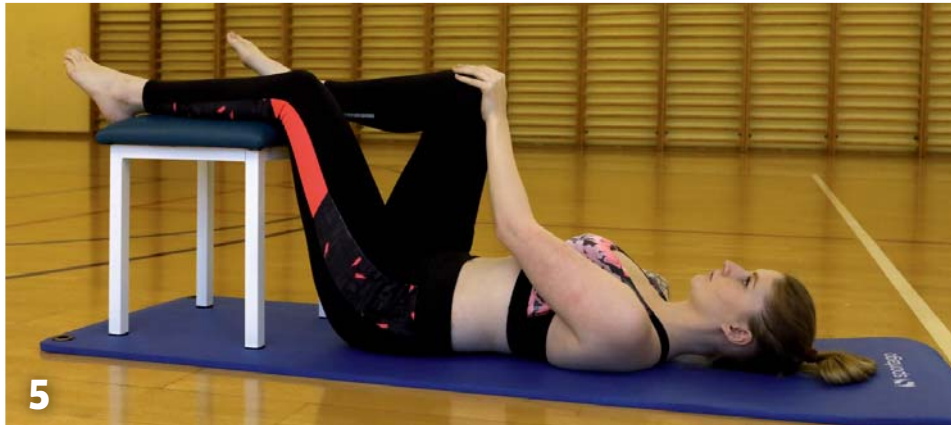
Položte se na cvičební podložku, kdo nemáte hlavu v rovině, dejte si pod hlavu malý tuhý polštářek nebo složenou osušku. Nohy si podložte stoličkou nebo židlí tak, aby vaše bérce ležely na sedáku, a dejte je od sebe na šířku kyčlí. Kolena a kyčle jsou přibližně v pravém úhlu. **Foto č. 3.**

Dýchejte volně a zkuste přitáhnout chodidla v kotnicích směrem k hlavě. Prsty nechte volně, ani je nekrčte, ani je nepřitahujte. Takto budete chodidla držet při cvičení. **Foto č. 4.**

a) Pravou nohu suňte po sedáku židle směrem k hlavě tak daleko, abyste si o její koleno mohli opřít dlaní svou levou paži. Dlaň se opírá o koleno zepředu, částí, která se nachází nad zápěstím a říká se jí tenar. Všechny prsty leží volně na koleně.

Loket této paže je mírně pokrčený. **Foto č. 5.**





b) Nyní si zkuste opřenou dlaní do kolene zatlačit. Tlačte celou paží. Sílu tomuto tlaku dává posun ramena a lopatky směrem ke kolenu. Jako kdybyste sunuli rameno a lopatku směrem do kolena a vaše paže byla jen prostředníkem. Jestli to děláte správně, tak dlaň tlačí do kolena a vy cítíte aktivitu svalů na dolní části lopatky. Síla tohoto tlaku je přiměřená.

c) Když už umíte tlačit paží do kolena, tak se stejnou přiměřenou silou opřete kolennem do dlaně. Nyní se opírají končetiny stejnou silou do sebe, dlaň do kolena a koleno do dlaně. **Foto č. 6.** A teď si tento tlak zkuste do výdechu. Koleno a dlaň jsou volně u sebe. Přitáhněte obě chodidla a takto je držte. **Foto č. 7, C1.** Nádech a při výdechu tlačí dlaň do kolene, koleno do dlaně, zpevní se břicho a bedra tlačí do podložky. Zkuste si to několikrát zopakovat. Do nádechu tlak kolena a ruky povolte a chodidla také a do výdechu jsou chodidla přitážená s povolenými prsty a tlačíte dlaní a kolennem proti sobě. **Foto č. 7.**

d) Přidáte do pohybu hlavu. Proveďte předešlé úkony - do výdechu přitáhnout špičky, tlačít ruku a koleno proti sobě, zpevnit břicho, přitlačit bedra - a nakonec předkloníte hlavu a podívejte se očima do pupíku. **Foto č. 8.** Hlavu zvedejte kulatě, to znamená, že nejprve dáte bradu ke krku a kulatě odvinete krk a zvednete hlavu do předklonu. **Foto č. 9.** Vteřinku podržte, položte hlavu - nejprve krk, pak hlavu a nakonec povolit bradu - a potom povolte tlak kolene, dlaně i špičky. Ve fázi povolení se klidně jednou nebo dvakrát normálně přirozeně prodýchejte. **Foto č. 5.** Pak znovu proveďte cvik. Opakujte 3-5x a pak vyměňte nohy. Počet výměn je na vás, nikdy ne cvičte přes jakékoli nepříjemné pocity. Kondice každého z nás je různá, ale když budete pravidelně cvičit, mohli byste se dopracovat



až k 10 výměnám, to znamená s přestávkami 25 cviků na každou stranu (nohu).

Jestliže se vám děje to, že se vám při zvednutí hlavy třepe břicho, cvičte zatím jen tuto část, klidně i několik týdnů, než se třes přestane objevovat. Třes je příznakem ne úplně dobré svalové síly.

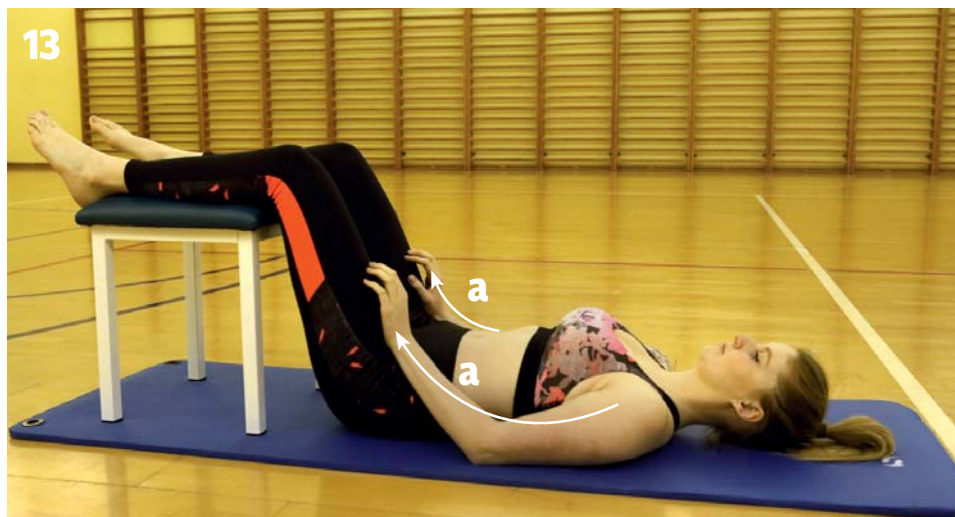
Nebo se vám břicho netřepe, ale vadí vám zvedání hlavy, protože máte oslabené svaly na přední straně krku a hlava vám připadá příliš těžká. Respektujte tento pocit a hlavu zvedněte jen tolikrát, na co máte sílu. Pak nechte hlavu ležet a cvičte s přitaženými chodidly do výdechu tlak ruky a kolena, zpevnění břišních svalů a přitlačení beder.

Ti z vás, kteří předchozí úkony zvládáte bez potíží, pokračují dál.

e) Proveďte cvik **a)**, **b)**, **c)**, **d)** a ve chvíli, kdy máte zvednutou hlavu, přizvedněte patu asi 5 cm od židle. Zkuste si uvědomit, zda jste schopni při zvednutí bérce udržet svá bedra přirovnaná k podložce a v páteři se neprohnete od podložky pryč. **Foto č. 10.** Jestliže se prohýbáte, cvičte nějaký čas jen části **a)**, **b)**, **c)**, **d)**,

než se vám břišní svaly zpevní natolik, že vám při zvednutí paty od podložky zůstane páteř přitisknutá k podložce.

f) Jestliže bez potíží zvládáte části **a)**, **b)**, **c)**, **d)**, **e)**, můžete cvik provést v jeho nejobtížnější variantě.



Přitáhněte špičky, do výdechu tlačte dlaně do kolene a kolennem do dlaně, předkloňte hlavu, dívejte se do pupíku a nakonec odlepte obě paty 5 cm od židle. Důležité je udržet bedra u podložky. **Foto č. 11.** Vše uvolněte – položte paty, hlavu a uvolněte tlak ruky a kolena. Normálně se jednou, dvakrát přirozeně prodýchejte a pokračujte ve cvičení.

Cvik opakujte 5x na jedno koleno a pak 5x s druhým kolennem. Počet opakování těchto malých sérií je na vás, provádějte vše do prvních známek únavy kdekoli.

Při cvičení není důležité tempo, ale správné provedení. Proto cvik dělejte postupně, po částech, abyste se vše naučili dobře.

POSÍLENÍ PŘÍMÉHO BŘIŠNÍHO SVALU

Základní poloha je stejná jako u předchozího cviku. Bérce leží na sedáku židle, obě ruce opřeme dlaněmi o tenary na stehnech těsně nad kyčelními klouby. Prsty jsou volně položené na stehnech, ruka a prsty vypadají, jako by ležely na půlce rozkrojeného pomeranče. **Foto č. 12.** Mírně pokrčené lokty leží na podložce. **Foto č. 13.**

a) Nadechněte se nosem tak jako u předchozího cviku a do výdechu, kdy zpevníte břicho, zkuste stažením ramen a lopatek směrem k nohám zatlačit spodní části dlaně do stehnen. Několikrát tento manévr opakujte, abyste si ho zažili. Nyní dolní končetiny proti rukám netlačí. **Směr šipky na fotu č. 13.**



b) Udělejte cvik **a)** a až budete mít dlaně opřené o stehna, přitažená chodidla, zpevněné břišní svaly a přitlačená bedra – stále držíme minci pod bedry – předkloňte kulatě hlavu a dívejte se očima do pupíku. **Foto č. 14.** Tuto část znovu několikrát opakujte, a jestli se třepete, cvičte jen části **a)** několik dní nebo týdnů, než si zpevníte svaly a třes ustane, když přidáte zvednutí hlavy. Pak můžete přejít k další fázi.

c) Udělejte cviky **a)** a **b)** a nakonec přizvedněte jednu patu od sedáku židle asi 5 cm vysoko. Nezapomeňte stále držet přitažená chodidla a uvolněné prsty. Zkuste procítit, jestli bedra drží přirovnaná k podložce, pupík by měl pracovat směrem k páteři, ne ke stropu. **Foto č. 15.**

Jestliže při zvednutí jedné paty necítíte třes ani jiné nepříjemnosti, páteř je hezky fixovaná u podložky a pupík se nevypouklil ke stropu, můžete přejít na část **d).**

d) Udělejte cviky **a)** a **b)** a na vteřinku při zvednutí obě paty. **Foto č. 16.** Dávejte pozor, někdy se stává, že při předkloňu hlavy a pat přestanete opírat své dlaně v oblasti zápěstí do stehna.

Ať už cvičíte zatím jen část **a), b), c)** nebo **d)**, vždy cvičte maximálně 5 opakování s následným krátkým odpočinkem. Při každém uvolnění se po provedení cviku normálně jednou nebo dvakrát prodechněte. Počet sérií po 5 opakování je na vás, ale maximum by mělo být 10.

Opět jako u posilování šikmých břišních svalů vnímejte reakce svého těla, břicho může pracovat celkem bez problémů, ale může vám dělat potíže svalové přetížení přední strany krku při zvedání hlavy. Respektujte všechny negativní pocity a cvičení přerušte.

Nemusíte cviky na posilování šikmých břišních svalů a přímého břišního svalu dělat najednou, hned za sebou. Můžete je oddělit od sebe některým ze cviků z minulého lednového čísla Lázeňské pohody.

A tímto jsme se dostali na konec únorového cvičení. Když budete vytrvalí a hned se nevzdáte, uvidíte, jak časem budete zvládat různě

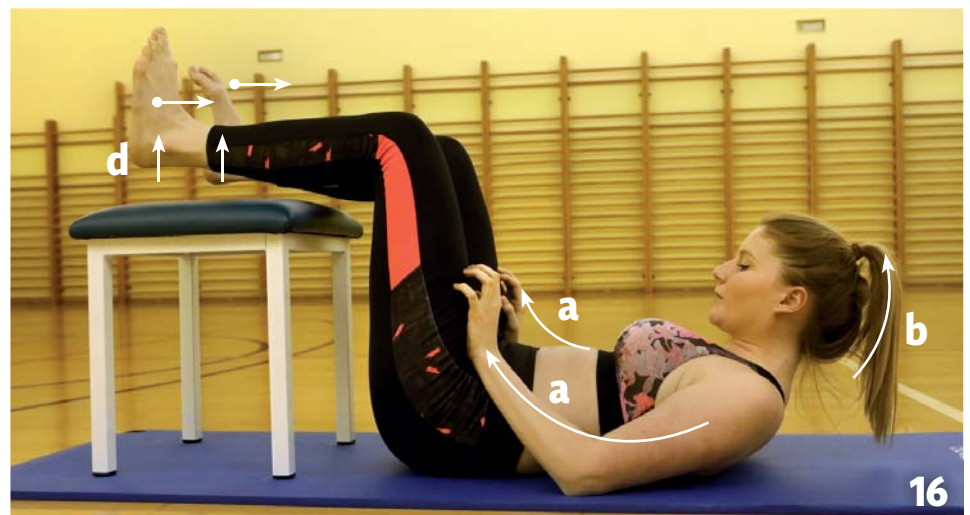
běžné úkony vašeho všedního života s lepšími pocity než dříve. Až přijde jaro a zavolá vás vaše zahrádka, nebudou vás tolik bolet záda. Nebo se budete cítit mnohem komfortněji u takových prací, jako je luxování, vytírání podlahy, kátrování písku, skládání uhlí, sekání dřeva... Nebo vy, kteří pracujete v kanceláři u počítačů, pocítíte, že nebudete mít potřebu se různě hroutit do židlí, protože se vám posílením břišních partií zlepší klidové napětí v těchto svalech a budete lépe zvládat

i dlouhé sezení v napřímené pozici a stání, kdy jste mívali nepříjemné bolestivé napětí nebo až pálení v zádočných svalech.

A taky kromě cvičení nezapomínejte, že ještě plně vládne v přírodě paní Zima. Je třeba chodit brzy spát, meditovat, zklidňovat mysl a nepřetěžovat se. Jezte potraviny, které vás obohatí o minerály a vitamíny, aby vás nepřeválcovala chřipková epidemie nebo posléze jarní únava. Pečujte o sebe s láskou a mějte ze sebe radost. Nezatěžujte svou mysl zlobou, závistí a nepřejícností. Nesnažte se napodobovat životní styl ostatních, upokojte se. Protože jestli vnímáte lásku k sobě i k ostatním lidem, jestli máte kde bydlet, máte co jíst a pít, pracujete, umíte číst a psát, jste více zdraví než nemocní, nežijete ve válečné zóně a jste něčí přátelé či kamarádi, tak se určitě můžete považovat za nejšťastnější lidi na této planetě. Přeji vám, ať se máte pohodově s pocitem vnitřního klidu a míru.

Na shledanou příští měsíc! <

Libuše Walterová,
vedoucí fyzioterapeut Lázní Aurora



INVESTICE

Rekonstrukce Bertiných lázní

Od loňského září probíhají intenzivní práce na rekonstrukci Bertiných lázní. Rozsáhlá rekonstrukce v hodnotě 170 mil. Kč se týká rozšíření kuchyně, novostavby jídelny (v prostoru bývalého dvora), rekonstrukce 87 stávajících pokojů a zasahuje i do přilehlých prostor, jako jsou chodby, schodiště, léčebné provozy, původní jídelny a zázemí restaurace Adéla. Probíhající rekonstrukce navazuje na předchozí z přelomu let 2014–2015, kdy byly inovovány léčebné provozy. Po jejím ukončení se komfort poskytovaný Bertinými lázněmi znovu podstatně zvýší. Jak to v Bertiných lázních vypadalo v době uzávěrky únorového vydání Lázeňské pohody 22. ledna, to můžete vidět na snímcích Romana Růžičky.



Z kruhového záhonu před jižním vchodem je překladiště obrovského množství stavebního materiálu.



Pomalu se rýsují obrysy nové kuchyně s novým dřevěným krovem.



Pohled do bývalého dvora, do budoucí prostorné jídelny.



Chodba, po jejíž levé straně se ještě donedávna nacházel velký dvůr, který se mění v novou, velkou jídelnu pro klienty lázní.



Terasa Bar.



Dveře do koupelen budou zašupovány do pouzder.



Rozdělaný strop a střecha nové jídelny pro klienty lázní nad dnes již bývalým dvorem. Vedle krovu jsou světlíky, kterými bude proudit venkovní světlo do chodeb lázeňského domu.



Chodba v prvním patře. Kabely jsou ukryty ve stropě pod sádkartonovými deskami, které je nyní potřeba vyspárovat a přebrousit.



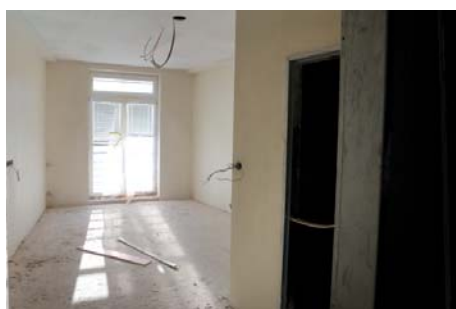
Vjezd do dvora „podkovy“ již neexistuje. Místo něj se připravuje rampa, přes kterou bude probíhat zásobování Bertiných lázní.



Pohled ze střechy směrem k jižnímu vchodu a k bazénu Bertiných lázní.



Apartmán ve třetím patře Bertiných lázní.



Sluneční paprsky prozařují již vyštukovaný pokoj.



Bývalá kancelář ředitele Bertiných lázní.



Současný jižní vchod.



Konstrukce připravená pro závěsnou toaletu.

BERTINY LÁZNĚ VÁS ZVOU

Pizza restaurant **Top-Spin** je stále otevřen!

Sleva pro držitele
Sphere

Rekonstrukce Bertiných lázní je v plném proudu a s jejich znovuootevřením se počítá v průběhu měsíce května 2020, Pizza restaurant Top-Spin je stále otevřen.



Pro zahřátí:

- mátový čaj s medem a citronem
- zázvorový čaj s medem a citronem
- horká brusinka
- horká griotka
- puně s ovocem

Velkoplošné televize:

Přijďte sledovat sportovní přenosy na velkoplošných obrazovkách na stanici O₂ TV Sport.

Čepujeme:

- Regent
- Plzeňský Prazdroj



Otevírací doba v únoru

neděle-čtvrtek 15.00-00.30 hod.
pátek-sobota 15.00-02.00 hod.

- Špagety s rajčaty, olivami a parmezánem

Dále v nabídce:

- 16 druhů pizzy (malá i velká Ø 26 a 33 cm)
- zeleninové i těstovinové saláty
- míchané nápoje

Únorová nabídka

- Esotica - zeleninový salát s kuřecím masem a ananasem

Pizza restaurant TOP-SPIN

+420 384 754 400
topspinbar@berta.cz
www.topspintrebon.cz



Dvě bowlingové dráhy

- > Cena jedné dráhy: 180 Kč/hodina

Oslava narozenin

- > Čeká vás oslava narozenin svých, rodinných či někoho z přátel?

Přijďte je oslavit k nám. Pizza restaurant Top-Spin se dvěma bowlingovými dráhami je vám plně k dispozici.

- > Využijte možnosti rezervace na tel. čísle: **384 754 400** nebo e-mailu: svarcova@berta.cz www.topspintrebon.cz

Restaurace Harmonie



Zveme vás do klimatizované restaurace s celkovou kapacitou 100 míst. Restaurace Harmonie se nachází v přízemí areálu lázní, nabízí pokrmy české i mezinárodní kuchyně, rybí speciality a polední menu. Otevírací doba **11.00–22.00 hodin**.

Valentýnská nabídka:

Vážení hosté, dovolujeme si vás od **14. do 16. února pozvat do restaurace Harmonie na speciální Valentýnské menu.**

PŘEDKRM

- Čekankový salát s královskými krevetami

HLAVNÍ CHODY

- Roládky z vepřové panenky s mandlemi a medem, gratinované smetanové brambory se smetanou a rozmarýnem
- Filet z candáta na grilu, podávaný se salátem z čočky Beluga

DEZERT

- Krémové srdíčko s ovocem



Taneční večírky

Každé úterý a čtvrtek od 19.00 do 22.00 hod.

Salonky Harmonie

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení.

Restaurace Harmonie

- 📍 Lázně Aurora, v přízemí areálu lázní
- ☎ +420 384 750 677
- ✉ harmonie@aurora.cz
- 🌐 www.aurora.cz



Bowling Bar

Zveme vás do Bowling Baru na sledování sportovních utkání na O₂ TV. Denně od 16.00 hodin.

Otevírací doba

neděle-čtvrtek	16.00–23.00 hod.
pátek-sobota	16.00–24.00 hod.

2 bowlingové dráhy

Cena: 190 Kč / hodina / dráha

Možnost občerstvení

- domácí nakládaný hermelín, pečivo
- pikantní utopenci vlastní výroby, pečivo



Točíme

- Pivo Petra Voka 13°
- Třeboňský Regent 11°

Široká nabídka míchaných nápojů - alkoholických i nealkoholických.

- 📍 Lázně Aurora, v přízemí areálu lázní
- ☎ +420 384 750 331



Denní bar Zimní zahrada



PROVOZNÍ DOBA

pondělí až pátek	8.00–21.00 hod.
sobota	8.30–20.00 hod.
neděle	8.30–21.00 hod.

DENNÍ NABÍDKA

Zákusky naší cukrářky

VALENTÝNSKÁ AKCE OD 14. DO 16. ÚNORA

Krémové srdíčko s ovocem a cappuccino

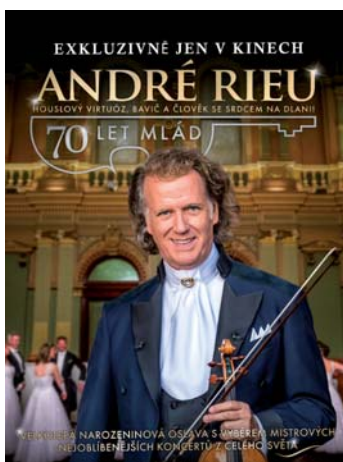
TOČÍME

Třeboňský ležák - Regent 12°

TŘEBOŇSKÉ KINO SVĚTOZOR

Kino Světozor v únoru

KAREL FICAL



Únorem vládne Valentýn, a jak se říká, „za vším hledej ženu“, tak v únoru „za vším hledej lásku“. A může to být láska k ženě, láska ke svým bližním i láska k němé tváři. Ale láska může být i k hudbě, a proto v kině Světozor uvádíme 14. února koncert

ANDRÉ RIEU: 70 LET MLÁD.

Exkluzivně pouze v kinech. Houslový virtuos a bavič André Rieu slaví sedmdesátiny. Na svém zámku v Maastrichtu pořádá velkolepou party, na které nemůžete chybět. Nejprve vás André svým zámkem provede, a přitom zavzpomíná na ty nejzajímavější životní okamžiky – osobní i umělecké. Oslava pak bude pokračovat – jak jinak – než hudbou. Vyrazíte na nádherné hudební putování okolo celého světa s výběrem z mistrových nejoblíbenějších a nejpamátnějších koncertů. Stylově, s krásnou muzikou ve Vídni, New Yorku, Amsterdamu, São Paulu a dalších světových metropolích. André Rieu, král valčíků a čerstvý sedmdesátník, vás všechny srdečně zve. **Tento koncert uvedeme i v Lázních Aurora, a to 22. února.**

CHLAP NA STŘÍDAČKU

Že to chlap může mít s láskou někdy složité, to nám ukáže nová ko-

medie s Jiřím Langmajerem. Patnáct let vdaná Zuzana jednoho dne zjistí, že má její manžel Jiří delší dobu poměr s jinou ženou. Zuzana neváhá, rozhodne se svou sokyni Lenku navštívit a učinit jí tak trochu netradiční návrh. Její plán je přímo skandální. Navrhne jí, aby si péči o Jirku rozdělily a udělaly z něj tak chlapa na střídačku. Lenka po prvotním šoku souhlasí a obě ženy představí tento nový způsob života Jirkovi. Tedy spíše ho postaví před hotovou věc. Co se všem zdá zpočátku jako perfektní plán, kdy je Jirka jeden týden s manželkou, druhý s milenkou, se nakonec může stát pro všechny pořádnou noční můrou. Film uvedeme také v obou sálech.



SUPER MAZLÍČCI

Animovaný rodinný příběh od režiséra Reinharda Kloosse (Hurá do Afriky!). Starosta města se totiž zbláznil. Rozhodl se vyhnat všechny živé obyvatele a z jejich domova udělat město robotů.

MODELÁŘ

Příběh dvou kamarádů, kteří provozují prosperující půjčovnu dronů, se odehrává v současné Praze. Majitel firmy, přezdívaný Plech (Jiří Mádl), ve volném čase rapper, sní o velkých penězích a neochvějných jistotách. Chemik a vynikající letecký navigátor Pavel (Kryštof Hádek), který se právě vrátil ze zahraničí, sní o spravedlnosti a osobním angažmá v nápravě světa. Drony jsou pro bývalé spolužáky ze střední školy propustkou do mnoha oblastí lidského konání, kam by se jinak nepodívali. Mezi jejich klienty patří prezidentský kandidát i výtvarníci pořádající happeningy. Drony ve filmu monitorují elektrárny, nosí luxusní kabelky na přehlídce místo modelek nebo sprejují ze vzduchu Petřínskou rozhlednu. Když se však jeden z hrdinů rozhodne využít dron k něčemu úplně jinému, situace ve firmě se začne komplikovat.



Reprízy

Kdo nestihl lednové úspěšné filmové premiéry, může se těšit na jejich únorové reprízy, z nichž vybíráme: **PŘÍPAD MRTVÉHO NEBOŽTÍKA, MIZEROVÉ NAVĚZDY, MŮJ PŘÍBĚH, ŠASTNÝ NOVÝ ROK, PŘÍLIŠ OSOBNÍ ZNÁMOST.**

Každé pondělí filmy se slevou

Každé pondělí od 17.00 hodin film za 100 Kč, pro diváky nad 60 let za 60 Kč.

- 3. 2. **ŠASTNÝ NOVÝ ROK**
- 10. 2. **MŮJ PŘÍBĚH**
- 17. 2. **VLASTNÍCI**
- 24. 2. **PŘÍPAD MRTVÉHO NEBOŽTÍKA**

Kinokavárna kina Světozor

PROVOZ KINOKAVÁRNÝ S POKLADNOU
po-ne: 12.30–22.00 hod.

DÁLE NABÍZÍME:

- sekty od Cinzana – Pinot a Rose
- míchané nápoje s Coca-Colou
- energetické nápoje MONSTER

- prodej zákusků
- alko i nealko nápoje
- možnost pronájmu prostor kina pro konferenční účely
- free Wi-Fi

Kino Světozor
Masarykovo nám. 1, Třeboň
www.kinotrebon.cz



LÁZNĚ AURORA

Akce ve Společenském sále Lázní Aurora

1. ÚNORA / sobota / 19.30 hodin
Kino – **Vlastníci**, komedie, vstupné: 120 Kč

3. ÚNORA / pondělí / 19.30 hodin
Kino – **Můj příběh**, romantický, vstupné: 120 Kč

6. ÚNORA / čtvrtek / 19.00 hodin
Koncert – žáci **ZUŠ Třeboň**, vstupné dobrovolné

7. ÚNORA / pátek / 19.30 hodin
Kino – **Případ mrtvého nebožtíka**, komedie
vstupné: 120 Kč

8. ÚNORA / sobota / 19.30 hodin
Kino – **Špindl 2**, komedie, vstupné: 110 Kč

10. ÚNORA / pondělí / 19.30 hodin
Kino – **Poslední aristokratka**, komedie
vstupné: 100 Kč

11. ÚNORA / úterý / 19.30 hodin
Divadlo – **Setkávání**, představení divadelního spolku
Kajetán, vstupné: 80 Kč

14. ÚNORA / pátek / 19.30 hodin
Kino – **Chlap na střídačku**, komedie, vstupné: 130 Kč

15. ÚNORA / sobota / 19.30 hodin
Kino – **Šťastný nový rok**, komedie, vstupné: 120 Kč

17. ÚNORA / pondělí / 19.30 hodin
Kino – **Ženská na vrcholu**, komedie, vstupné: 100 Kč

19. ÚNORA / středa / 19.30 hodin
Koncert – pěvecký smíšený sbor **Pěslav Ozvěna**
vstupné volné

21. ÚNORA / pátek / 19.30 hodin
Kino – **Můj příběh**, romantický, vstupné: 120 Kč

22. ÚNORA / sobota / 19.30 hodin
Kino – **André Rieu: 70 let mlád**, koncert
vstupné: 200 Kč

24. ÚNORA / pondělí / 19.30 hodin
Kino – **Vlastníci**, komedie, vstupné: 120 Kč

25. ÚNORA / úterý / 19.30 hodin
Koncert – **Třeboňský lázeňský symfonický
orchestr**, vstupné: 120 Kč

28. ÚNORA / pátek / 19.30 hodin
Kino – **Příliš osobní známost**, komedie
vstupné: 120 Kč

29. ÚNORA / sobota / 19.30 hodin
Kino – **Chlap na střídačku**, komedie, vstupné: 130 Kč

Předprodej vstupenek v Infocentru Lázní Aurora.

23. ročník zimních abonentních koncertů

5. ABONENTNÍ KONCERT čtvrtek, 27. února 2020

Vilém Veverka / hoboje
Martin Kasík / klavír
Program: F. Chopin, R. Schumann,
P. Haas

6. ABONENTNÍ KONCERT čtvrtek, 26. března 2020

Písně italského baroka
Markéta Cukrová / zpěv
Kateřina Ghannudi / harfa
Jan Krejča / loutna, theorba



Vybrané koncerty moderuje Eva
Hazdrová-Kopecká
Koncerty se uskuteční v Divadle
J. K. Tyla od 19.00 hodin.
www.trebonskanocturna.cz

≡ TŘEBOŇSKÁ
≡ NOCTURNA

 tiráž



LÁZEŇSKÁ POHODA

02/2020

YDAVATEL:

Slatinné lázně Třeboň s. r. o.
Lázeňská 1001, 379 01 Třeboň II
IČ: 251 79 896

pohoda@laznetrebon.cz

Město Třeboň, Palackého nám. 46/II,
379 01 Třeboň

REDAKČNÍ RADA:

prof. JUDr. Vilém Kahoun, Ph.D.,
RNDr. Libuše Kotilová, Ing. Martin Blažek,
Daniel Hamr, Roman Růžička, Jan Plch,
Mgr. Iveta Dudáčková Pumprová

Náklad: 5000 ks

Tisk: Tiskárna Protisk, Rudolfovská 617,
370 01 České Budějovice

Vychází měsíčně jako informační
materiál.

Toto číslo vyšlo 5. 2. 2020.

MK ČR E 17981 Neprodejné.

Pokud máte zájem o zaslání našeho
měsíčníku e-mailem, pište na adresu:
infocentrum@aurora.cz.

Úspěšný rok Světozoru

U plynulý rok 2019 byl pro třeboňské kino Světozor opravdu úspěšný. Navštívilo jej 36 427 diváků, z toho 9096 přišlo do druhého sálu v lázeňském domě Aurora, kde se od loňského srpna začalo promítat 3x týdně. Ná-

růst návštěvnosti mezi lety 2018 a 2019 tak činil 26 procent. Cena vstupného se v roce 2019 nezvýšila, a tak i nárůst tržeb činil 26 %. Pracovníci kina děkují všem divákům a těší se na jejich přízeň i v roce 2020. <



Únor v Lázních?

Akční nabídka – 15% sleva

NABÍDKA PLATÍ OD 1. DO 29. ÚNORA 2020 A LZE JI KOMBINOVAT S VÝHODAMI VĚRNOSTNÍHO PROGRAMU SPHERE.



Sleva pro držitele
Sphere

Slevový kód:
UNOR2020

Na všechny nově
objednané pobyty
v Lázních Aurora
uskutečněné v termínu
1.–29. 2. 2020.

Platí pouze na nové
objednávky, realizované
od 27. 1. 2020 on-line
na našich
webových stránkách
🏠 www.aurora.cz

☎ 800 611 009, 384 750 555 (po–ne: 8–20 hod.)

✉ rezervace@aurora.cz | 🏠 www.aurora.cz



Lázně Aurora