

NEZÁVISLÉ NOVINKY = KORVIR I =



Obsah:

Úvod

Vše základní o koronaviru

Opatření vlády – starší

Trestní oznámení II

Co by se dále mělo dělat

Nedodržování karantény

Jak přimět

Slabá místa

Výtahy hrozí

Jak ušít roušku

Pohyb v přírodě

Opatření vlády – nová 12.3.2020

Epigramy

V. Klaus ml.

Premiér Andrej Babiš

Lukáš Jelínek

Příjemný život

Závěr

Vydal

Úvod

Vážení čtenáři, žijeme nyní ve zdravotně, ekonomicky a ekologicky problematické době. Horší byly jen obě světové války. Nicméně problémy každé doby se dají řešit, a příslušná řešení se dají realizovat. Opatření mohou být účinná i nikoliv. Ale ze zkušeností plyne, že je lépe udělat devět opatření zbytečně, než jedno zanedbat !

Rozhodl jsem se pomoci tápajícím a neinformovaným občanům tím, že o opatřeních v boji proti koronaviru (zkráceně korviru) je budu informovat. On totiž nejen nedostatek informací, ale i jejich nadbytek je škodlivý. Nadbytek proto, že se pracněji zjišťuje to, která informace je pravdivá.

Počítám s tím, že každý čtenář bude brát toto číslo novinek jako inspiraci k tomu, aby se co nejlépe proti viru bránil, a také k tomu, aby případně nenakazil další občany.

Uvítal bych, kdybyste i Vy přispěli svými názory a zkušenostmi do dalšího čísla Nezávislých novinek Korvir II. Články, úvahy, foto...posílejte na adresu joukl@joukl.cz

Novinky se neřídí „politickou korektností“ ani strachem ze šíření paniky. Snaží se psát pravdu, i když může být někdy nepříjemná. Ale bez pravdivého popsání problému se problém nedá dobře řešit. Dá se jen „okecat“ s výmluvami na cokoliv.

Zdeněk Joukl

1 Co je koronavirus?

Koronavirus je souhrnné označení pro čtyři rody virů, které způsobují onemocnění u zvířat a lidí s různým stupněm závažnosti. Název je odvozen od charakteristického uspořádání povrchových struktur lipidového obalu virů. Pod mikroskopem koronavirus skutečně vypadá jako Slunce obklopené korunou.

Může způsobit běžné obtíže, jako je nachlazení, kašel a teploty. Ale také by mohl podnítit smrtící choroby, jako je například těžký akutní respirační syndrom, nebo otevřít dveře jiné nebezpečné infekci.

Mezi koronaviry patří **SARS**, který se začal šířit koncem roku 2002 v Asii a po celém světě do července 2003 usmrtil na 800 lidí z více než 8 000 nakažených. Na Blízkém východě se v roce 2012 objevila infekce **MERS**, která patří do výše zmíněné skupiny virů, na niž podle Světové zdravotnické organizace (WHO) zemřelo 858 lidí z téměř 2 500 nakažených.

Virus, který se v posledních týdnech šíří z Číny, dostal název **SARS-CoV-2** a také patří mezi koronaviry. V únoru generální ředitel Světové zdravotnické organizace Tedros Adhanom Ghebreyesus uvedl, že virus dostal název **COVID-19**.

Podle expertů by však neměl být tak smrtící jako SARS. Přestože se šíří mnohem rychleji, smrtelných případů je méně. Podle francouzských lékařů má 2019-nCoV úmrtnost pouze kolem pěti procent. Český ministr zdravotnictví Adam Vojtěch v lednu uvedl, že smrtnost [nemoci je tři procenta](#).

Z hlediska úmrtnosti byla zdaleka nejhorší pandemie španělské chřipky v letech 1918 až 1920, na kterou zemřelo 50 až 100 milionů lidí. Dva miliony obětí si vyžádala asijská chřipka v letech 1957 až 1958. Milion lidí pak podlehl ruské chřipce v letech 1889 až 1892 a hongkongské chřipce v letech 1968 až 1969.

I na běžnou sezonní chřipku však každoročně umírají lidé s oslabenou imunitou. Podle odborníků je ta letošní obzvlášť zlá. Například v roce 2018 zemřelo v Česku kvůli chřipce 260 lidí.

2 Jak se koronavirus přenáší?

Koronavirus se přenáší z člověka na člověka po blízkém kontaktu, který trvá delší dobu.

Je to takzvaná kapénková infekce, která se přenáší vzduchem. Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest.

3 Zachrání nás textilní roušky?

[V médiích se v lednu objevila zpráva](#), že z lékáren mizí textilní roušky. Nicméně roušky chrání pouze před bakteriemi, ne před viry. Roušky jsou navíc vhodné pouze pro lidi již nakažené. Zabrání tomu, aby nemocní infekci dále šířili.

Podle odborníků před viry ochrání jen **respirátory s třídou filtrace FFP3**. Zatímco rouška zabraňuje jen průniku choroboplodných organismů zevnitř ven, respirátor chrání člověka před pronikáním virů či bakterií zvenku dovnitř. Uživatel respirátoru navíc musí pravidelně měnit filtr, aby účinnost ochrany nevymizela.

4 Jak dlouhá je inkubační doba?

Inkubační doba, tedy období mezi vstupem nákazy do organismu a vypuknutím nemoci, **trvá týden až 14 dní**. Čínské úřady však varovaly, že se virus může šířit i z jedince, který v inkubační době neprojevil žádné symptomy nemoci. Nakažený člověk tak může chorobu šířit už během inkubační doby, aniž má zjevné příznaky.

5 Jaké skupiny obyvatel jsou nejohroženější?

Největší hrozbu představuje nemoc pro **seniory, chronicky nemocné a lidi s oslabenou imunitou**. Nebezpečná je zejména pro lidi, jejichž zdraví už podlomilo jiné onemocnění. Zvláště ohrožující je nákaza pro pacienty trpící nemocemi dýchacích cest, kteří se dalšímu náporu cizorodých látek nedokážou bránit.

Náchylnější k onemocnění mohou být také kuřáci či lidé trpící alergiemi.

Naopak koronavirem se zatím nakazilo jen velmi málo dětí. [Podle epidemiologických dat z Číny to vypadá](#), že u dětí do jednoho roku nebyla zaznamenána vůbec žádná úmrtnost, na rozdíl třeba od infekce eboly, která je u novorozenců smrtelná.

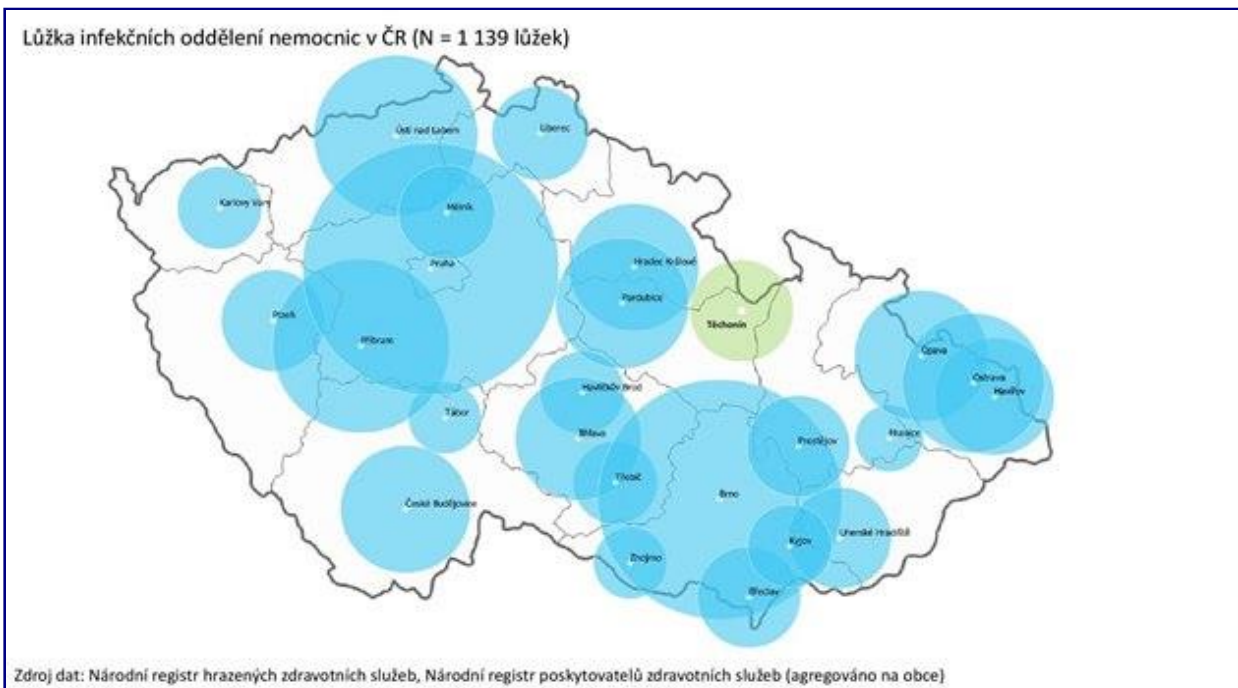
6 Kolik je aktuálně nakažených?

Počty nemocných se mění každým dnem, [čísla se tedy mění průběžně](#). Nejvíce případů zatím eviduje Čína, odkud se virus začal šířit.

7 Je už nový koronavirus v Česku?

Ano, COVID-19 se rozšířil i do Evropy, tedy i do Česka. Data Univerzity Johnse Hopkinse ukazují, že největší počet lidí s nákazou je v Číně, na druhém místě je Jižní Korea a následuje Itálie. I zde se čísla mohou měnit každý den, o aktuálních počtech nakažených informuje ministerstvo zdravotnictví. [Informace jsou dostupné na těchto stránkách](#).

V Česku je možné využít celkem přes 1000 lůžek na infekčních odděleních po celé České republice. Mezi nimi je **specializované pracoviště Nemocnice na Bulovce**. Dále lze aktivovat specializovanou vojenskou nemocnici v Těchoníně.



Lůžka infekčních oddělení nemocnic v České republice

8 Jaké jsou příznaky nemoci po nákaze koronavirem?

Příznaky nemoci jsou shodné s chřipkou. Klasickými symptomy jsou horečka (38 stupňů Celsia), dýchací obtíže, kašel a bolesti hlavy. U některých nemocných se může vyvinout zápal plic.

V případě výskytu výše uvedených příznaků respiračního onemocnění zůstaňte doma, omezte kontakt s ostatními lidmi.

Ve Wu-chanu leží nakažení na ulici, nemocnice nestíhají | (2:49) | video: sociální síť

9 Co dělat, když máte podezření, že jste se koronavirem nakazili?

Pokud má někdo podezření, že se novým koronavirem nakazil, měl by zavolat **svému praktickému lékaři**. Ten zhodnotí příznaky nemoci a vyžádá si informace o tom, zda pacient pobýval v ohnisku nákazy. Pak rozhodne o dalších krocích. Pacienti v domácí karanténě si musejí pravidelně měřit teplotu, při zhoršení zdravotního stavu jsou převezeni do nemocnice.

Pokud má nemocný jen horečku a kašel, není nijak izolován. Jestliže pobýval v ohnisku nákazy, nařídí mu epidemiolog z krajské hygienické stanice dvoutýdenní domácí karanténu.

V souvislosti s onemocněním COVID-19 je k dispozici také infolinka Státního zdravotního ústavu: **724 810 106** a **725 191 367**. Infolinky fungují nonstop. Ministerstvo zdravotnictví upozorňuje, že v případě, že se člověk nedovolá, nemá panikařit. V důsledku zvýšeného zájmu jsou někdy obě linky obsazené.

Testy jsou k dispozici v Národní referenční laboratoři Státního zdravotního ústavu, jde o test PCR na průkaz nukleové kyseliny, který **jednoznačně prokazuje, zda je daný jedinec infikován.**

Ministerstvo zdravotnictví navýšilo kapacity laboratoří, které testují vzorky na virus SARS-CoV-2. Národní referenční laboratoř doplnil Zdravotní ústav se sídlem v Ostravě, Nemocnice České Budějovice, Fakultní nemocnice Hradec Králové a Fakultní nemocnice v Motole. O testování rozhoduje podle anamnézy a příznaků krajský epidemiolog. Pokud laboratoř při cestování postupuje podle aktuální metodiky Světové zdravotnické organizace (WHO), je cena testu přibližně 5 000 korun.

Na lékaře by se měli obrátit zejména ti, kteří přijeli z rizikových regionů. Ty jsou v současné době **Itálie** (zejména sever), **Jižní Korea**, **Japonsko**, **Čína** a **Írán**.

Ministr zdravotnictví na tiskové konferenci občany vyzval, aby zvážili cestování do oblastí zasažených koronavirem a pokud to není nezbytně nutné, aby do těchto regionů nejezdili. Při neodkladných cestách je vhodné registrovat se do [systému DROZD](#).

10 Jak se lze bránit?

Postupuje se stejně jako při klasickém respiračním onemocnění v chřipkovém období:

- Vyhýbejte se lidem, kteří jsou zjevně nemocní.
- Dodržujte základní hygienická pravidla ([umývejte si správně ruce](#)).
- Používejte raději dezinfekci, pokud jste v kontaktu s lidmi, kteří akutními respiračními potížemi trpí.
- **Nezdržujte se v místech s vyšším počtem lidí.**
- Jedinci, kteří trpí respiračním onemocněním, by měli dodržovat pravidla hygieny a při kýchlání či kašlání řádně užívat kapesníky – nejlépe jednorázové. V nouzi by si měli zakrývat ústa paží nebo rukávem, nikoliv rukou.
- Podle lékárníků je vhodné dezinfikovat také mobilní telefony a klávesnice i myši u počítače.



**CO DĚLAT, POKUD CESTUJETE Z OBLASTÍ NÁKAZY
NOVÝM KORONAVIREM A OBJEVÍ SE U VÁS
TEPLOTA, KAŠEL NEBO DUŠNOST?**

 Pokud se u Vás během letu vyskytnou příznaky respiračního onemocnění, informujte neprodleně palubní personál.

 V případě, že jste již na letišti, neopouštějte prostor letiště a vyhledejte stálou lékařskou službu na letišti.

 Pokud jste již doma, nikam nechod'te. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi.

 Telefonicky kontaktujte svého lékaře nebo lékařskou pohotovostní službu. Informujte je o svém pobytu v rizikové oblasti.

 Často si myjte ruce mýdlem a vodou. Pokud nejsou dostupné, používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu.

 Při kašli si zakrývejte ústa a nos kapesníkem nebo použijte rukáv, ne ruce!

Zpracoval Státní zdravotní ústav, Praha podle CDC, USA

V souvislosti s aktuálním výskytem čínského koronaviru připravilo Ministerstvo zdravotnictví ČR pro občany následující souhrnné informace:

Co je koronavirus?

Koronavirus neboli vir s názvem 2019-nCoV je souhrnné označení pro čtyři rody virů, které způsobují onemocnění u zvířat a lidí s různým stupněm závažnosti. Název je odvozen od charakteristického uspořádání povrchových struktur lipidového obalu virů ve tvaru sluneční korony. Může způsobit běžné obtíže, jako je nachlazení,... kašel, dýchací obtíže, teploty. Ale také smrtící choroby, jako je dýchací onemocnění zvané těžký akutní respirační syndrom (SARS; Severe Acute Respiratory Syndrome) či infekci MERS (Middle East Respiratory Syndrome).

11 Lze nemoc léčit?

Přestože statistiky ukazují tisíce mrtvých, **dalších desítky tisíc lidí se z nemoci zotavilo**. V Thajsku například zabal [mix léků na chřipku a HIV](#).

Podle ministerstva zdravotnictví by lidé infikovaní koronavirem měli zahájit podpůrnou léčbu, zmírňující příznaky této infekce. Léčba je vždy individuální a vychází z konkrétních potřeb pacienta. K podpůrné léčbě se využívají běžně dostupné léky, množství symptomů onemocnění COVID-19 se dá úspěšně léčit.

Virová onemocnění se léčí tlumením příznaků. Schopnost zotavení nakažených však závisí především na jejich předešlém zdravotním stavu a kondici jejich imunního systému – stejně jako v případě SARS a MERS. V současné době nejsou proti COVID-19 schváleny žádné zvláštní léky.

12 Jaké instituce jsou klíčové a kde hledat informace?

U českých nakažených čeká pacienta odkudkoliv z [republiky převoz do pražské Nemocnice Na Bulovce](#). Právě tato nemocnice je specializovaným pracovištěm pro podobné nákazy. Potřebná opatření již lékaři v nemocnici zavedli. Pokud by se u někoho infekce potvrdila, podléhal by izolaci.

Situaci sleduje ministerstvo zdravotnictví, které na svých stránkách vydalo souhrn veškerých dostupných informací v souvislosti s koronavirem COVID-19. Potřebné informace zveřejnila na svých stránkách i Hygienická stanice hlavního města Prahy. Doporučení a zásadní informace sděluje veřejnosti také Státní zdravotní ústav.

Aktuální statistiky [můžete sledovat na těchto stránkách](#).

Zdroje informací o koronaviru COVID-19

Kde hledat aktuální údaje a oficiální doporučení

- [Aktuální informace Ministerstva zdravotnictví](#) (česky)
- [Otázky a odpovědi ohledně COVID-19](#) (česky)
- [Informace Státního zdravotního ústavu](#) (česky)
- [Informace Evropského zdravotnického ústavu](#) (anglicky)
- [Informace americké CDC](#) (anglicky)
- [Informace Světové zdravotnické organizace](#) (anglicky)

Infolinka Státního zdravotního ústavu pro kohokoliv, kdo se potřebuje poradit v souvislosti s koronavirem, je k dispozici denně na telefonních číslech **724 810 106** a **725 191 367**.

13 Co znamená globální stav zdravotní nouze vyhlášený WHO?

WHO popisuje stav zdravotní nouze jako „**mimořádnou událost**“, která představuje nebezpečí pro další země a vyžaduje koordinovaný mezinárodní zásah. **Organizace vydává dočasná doporučení**, která sice nejsou pro státy závazná, v případě jejich uplatnění mohou ale mít výrazné dopady v odvětvích, jako je cestovní ruch či mezinárodní obchod.

Podle WHO je jediným způsobem, jak tuto epidemii porazit, spolupráce všech zemí v duchu solidarity, dále je třeba urychlit vývoj vakcín, léků i diagnostiky, a především bojovat proti šíření fám i dezinformací, které se množí.

Autor: [lre](#)

Zdroj: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/otazky-odpovedi-koronavirus-prehledne-virus-cesko-rouska-nakaza.A200128_093553_domaci_lre

Opatření vlády - starší:

Vláda s ohledem na cestovatele v posledních dnech přijala podle ministerstva zdravotnictví tyto opatření:

- Vláda 10. března vydala rozhodnutí o zákazu **veřejných akcí nad 100 účastníků**. „Vzhledem k vývoji epidemie koronaviru jsme rozhodli o dalších mimořádných opatřeních. Od 10. března se zakazují divadelní, hudební a filmová, sportovní a jiná shromáždění a to jak veřejné a soukromé přesahující účast sto osob. Opatření se nevztahuje na jednání státních institucí,“ řekl premiér Andrej Babiš.
- **Vláda také zakázala s účinností od 11. března osobní přítomnost žáků a studentů na základních, středních i vyšších odborných a dalších školách.** Uzavření škol od středy má platit po dobu neurčitou. Situaci podle Vojtěcha bude vláda průběžně vyhodnocovat stejně jako u zákazu hromadných akcí.
 -
 -
 -
 -
- 6. března vláda přijala opatření, **kdy každý český občan, který se vrátí z Itálie, musí povinně do karantény**. „Ministerstvo zdravotnictví dnešního dne vydalo nové mimořádné opatření. Každý, kdo se od soboty vrátí z Itálie, má povinnost bezprostředně po návratu kontaktovat bez osobního kontaktu svého praktického lékaře,“ řekl premiér Andrej Babiš.
- Od 5. března na dobu 14 dnů budou na základě rozhodnutí Bezpečnostní rady státu **pozastavena letecká spojení s oblastmi v severní Itálii (lety z Milána, Bergama, Benátek, Boloni) a v Jižní Koreji**.
- Od 9. února 2020 až do odvolání byly **zakázány všechny přímé lety z Číny** na všechna mezinárodní letiště v České republice.
- **Informační kampaň** na všech letištích v ČR – informační cedule a letáky.
- **Posádky všech letadel** přistávající na všech letištích v ČR informují pasažéry o tom, co dělat, pokud cestují z oblasti nákazy koronavirem a objeví se u nich teplota, kašel či dušnost.
- **Cílený screening: posádky** všech letadel přistávající na všech letištích v ČR a **zaměstnanci** letiště upozorňují cestující s příznaky jako je kašel, teplota či dušnost, aby vyhledali lékařskou pomoc přímo na letišti.
- **Cílený screening** na pasových kontrolách letiště.
- **Častější dezinfekce** brán a přepážek.
- **Navýšení počtu stojanů** s dezinfekcí

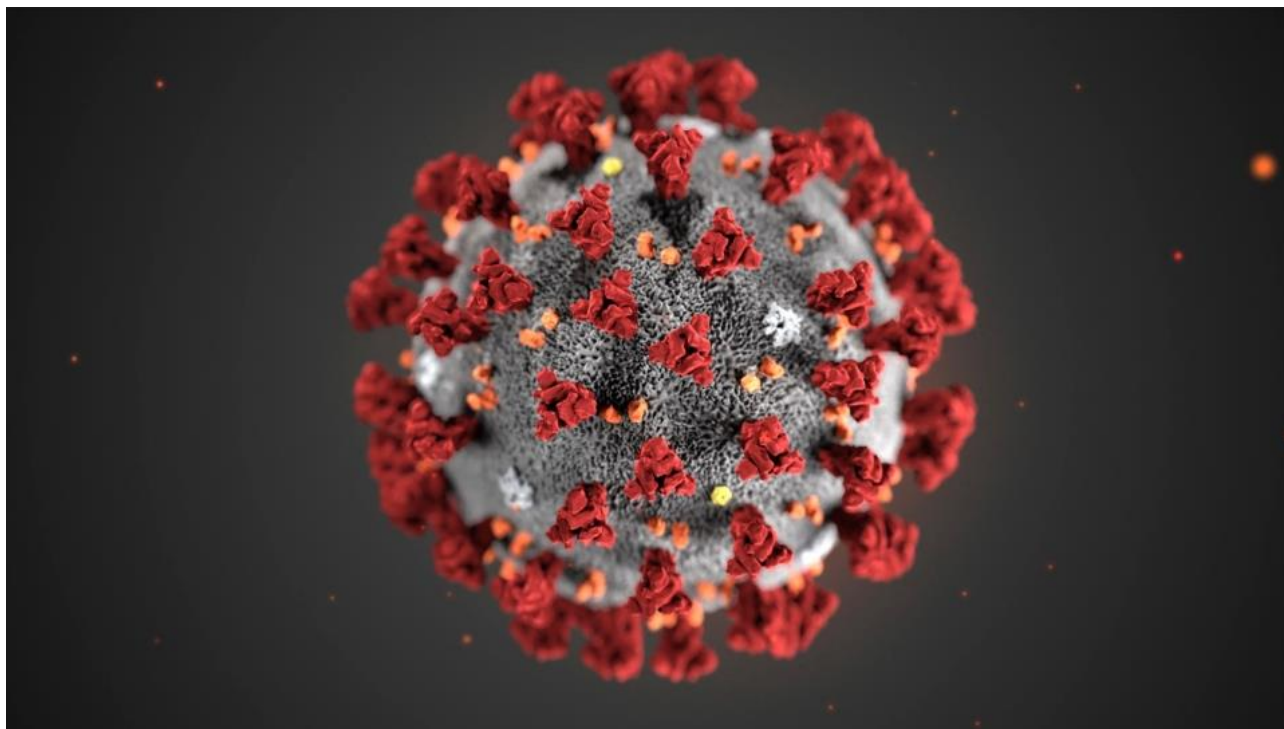
Vrchní státní zastupitelství v Praze
Náměstí Hrdinů 1300/11
Praha
140 00

Věc: Trestní oznámení na neznámého pachatele

Trestní oznámení podávám, protože Bezpečnostní rada státu s ministerstvem zdravotnictví a dalšími orgány (hlavní hygienička) zřejmě podceňuje a zanedbává opatření proti šíření koronaviru z Itálie do ČR. Vláda nezajišťuje kontrolu lidí přijíždějících do ČR z "nakažených" oblastí v Itálii. Lidé by měli na hranicích udat svou adresu pobytu v ČR, a měli by jít do domácí karantény. Stejně, jak to dobrovolně a rozumně udělali hasiči. Ministr Vojtěch a hlavní hygienička Gottvaldová udělali velkou chybu, když toto nezajistili. Je to proto potřeba urychleně napravit. A to bez ohledu na to, kdo je z jaké politické strany. Kontroly na hranicích je třeba zajistit ve velkém počtu, aby nedocházelo k větším frontám automobilů. Mohly by pomoci i neziskové organizace zdravotnického zaměření včetně studentů medicíny. Cestující by dostali informační letáčky, udali by svůj pobyt v ČR, a byli by vyzváni k domácí karanténě. Jestli dobrovolné nebo povinné, to je na zvážení vlády. Vhodné by bylo také měřit bezdotykovým teploměrem lidem teplotu. S podobným opatřením se stále váhá, což považuji za ohrožování zdraví a života občanů ČR. To se čeká, až bude u nás více nakažených ? Vzhledem k inkubační době (až 21 dnů) se nezachytí všichni nakažení. Ale je lépe zachytit a umístit v karanténě jejich část než nikoho.

.....

Ing. Zdeněk Joukl, praktický sociolog, nestraník, Senior roku 2013 atd.
Poštovní 621 www.joukl.cz
Desná 468 61 3.3.2020



ilustrační snímek viru COVID-19 poskytnutý Centrem pro Prevenci a kontrolu nemocí

Co ještě dále s koronavirem (korvirem) v ČR?

Je lépe udělat devět opatření zbytečně, než jedno zanedbat ! Situace s korvirem stále není pod kontrolou. Proto je potřeba dělat další a další opatření. „Nerozhodují totiž řeči, ale činy!„

Když chcete hrát úspěšně šachy, tak je dobré, když znáte slabá místa ve své pozici. Také je dobré znát slabá místa v pozici soupeře. Potom víte, na co máte útočit, a také, která místa bránit.

Příklady některých opatření, která by bylo dobré realizovat, aby se odstranila slabá místa:

Upravit legislativně pozici šéfa Krizového štábu pana Romana Prymuly (bezpečnostní prověrka). Jmenovat ho například ministrem bez portfeje
Provádět desinfekci společenských prostorů.

Provádět desinfekci autobusů, vlakových souprav a výtahů !!!

Zajistit respirátory a roušky pro lékaře, lékárníky, záchranku atd.

Zajistit respirátory pro pokladní a prodavačky v obchodech

Podpořit výrobu respirátorů a roušek.

Umístit desinfekční prostředky na ruce ve veřejných místnostech.

Zajistit další podpůrné dýchací přístroje (ventilátory) a podpořit jejich výrobu.

Kontrolovat dodržování domácí karantény a zákazu akcí nad shromáždění 30 lidí.

Dobrou osvětovou akci Ministerstva zdravotnictví a krajů - ohledně dodržování hygienických pravidel - doplňt o osvětu pro rizikové skupiny: bezdomovce, nepřizpůsobivé občany, nelegální migranty, homosexuály, zahraniční dělníky, narkomany a podobně. Tam totiž mohou nastat největší problémy.

Využívat vyhlášený Nouzový stav k rychlé realizaci opatření.

Kontrolovat dodržování hygienických zásad ve veřejných kuchyních

Zajistit dobrovolné bezdotykové měření teploty - například v lékárnách.

Zajistit nákupy pro ohrožené skupiny občanů (nemocní, senioři a podobně)

Zajistit další prostory a jejich vybavení (včetně nasmlouvané obsluhy), aby se daly využít při případných nedostatečných kapacitách v nemocnicích.

Zajistit léky nutné pro život nemocných.

Z „nakažené“ Itálie se vrátilo mnohem více lidí, než je jich v karanténě. Kde jsou? Koho hodlají nakazit?

Ing. Zdeněk Joukl, praktický sociolog, nestraník, Senior roku 2013 atd.

www.joukl.cz

19.3.2020

Data z bankovních karet ukázala nedodržování karantény. Skoro polovina lidí vracejících se z Itálie vyšla ven



ilustrační snímek | foto: Michal Sváček, MAFRA

Data o platbách bankovními kartami shromážděná v minulém týdnu iniciativou českých technologických firem COVID19CZ ukázala, že 46 procent lidí vracejících se z Itálie aspoň jednou nedodrželo podmínky dvoutýdenní karantény. Vláda ji nařídila 6. března lidem vracejícím se z dovolených v Itálie, aby zabránila rozšiřování koronavirové infekce.

Policie dostane seznam a začne kontrolovat dodržování karantény. Nepoctivcům hrozí pokuta 3 miliony

Server Seznam Zprávy také uvedl, že data o platebním styku by mohla být využita k mapování pohybu, tak jak už se děje na základě sledování telefonů.

Vláda před dvěma týdny rozhodla, že lidé přijíždějící z Itálie se mají v pondělí nahlásit po telefonu svému praktickému lékaři, který rozhodl o karanténě. „Můžeme se podívat na počet lidí, kteří platili kartou jeden týden v Itálii a ten následující už v Česku. Z platebních transakcí je vidět, že takoví lidé si v Česku často někde vyšli a něco si koupili,“ cituje server Petra Bednaříka ze společnosti DataSantics.

Z dat o nákupech v zahraničí analytici zjistili, že v nejrizikovějších zemích, jako jsou Čína, Írán a Itálie, už se Češi nepohybují. V Německu, Rakousku nebo ve Španělsku jejich aktivita sice klesá, nicméně tam Češi stále jsou. „Musíme proto počítat s tím, že v těchto zemích je spousta Čechů a je

dost pravděpodobné, že se alespoň část z nich bude ještě vracet,“ uvedl Bednařík pro Seznam Zprávy.

Iniciativa COVID19CZ také pracuje s anonymizovanými daty finančních institucí, ta se šestidenním zpožděním ukazují, jak se projevila jednotlivá vládní opatření na chování lidí. Ze statistik je patrné, že rozhodnutí vlády v minulém týdnu podpořila nakupování Čechů v potravinách a lékárnách. Potraviny šlo před týdnem v sobotu nakoupit o 14 procent lidí víc a léky dokonce o 54 procent víc zákazníků, než bylo běžné průměrně za poslední tři soboty. Nákupy přes internet vedly ke zvýšenému ruchu na poštách. Zákazníci se tak sice sdružovali o něco méně v obchodech, ale často se jen přesunuli na místní pobočku pošty.

Prokazatelně klesly podle dat COVID19CZ transakce v dopravě. Snížily se i nákupy na letištích a nádražích. Minulý týden tam ale stále nakupovalo 6000 lidí denně, průměr od 17. února byl přitom 7500 transakcí, uvádí server.

„Analýza dat poskytuje velmi cenné informace o pohybu osob, které teď mohou usnadnit predikci vývoje šíření nemoci. Je však velmi důležité dodržet striktně pravidla anonymity, ochranu a omezení využití nově získaných sloučených dat,“ řekl ředitel cloudových služeb IT firmy Algotech Petr Loužecký. Již dříve byla podobná data analyzována, ale primárně pro potřeby dané firmy. Pravidelné plošné zpracování by podle něj opět posunulo hranice náhledu do soukromí, pokud by bylo možné dohledat konkrétní osoby a jejich nákupy.

Podle veřejně dostupných informací zpracovává iniciativa COVID19CZ pouze anonymizované údaje, přičemž na tyto se nevztahuje ochrana osobních údajů dle GDPR (obecného nařízení o ochraně osobních údajů), upozornil advokát Michal Kadlec z kanceláře Vilímková Dudák & Partners. V tomto ohledu by však podle něj bylo nezbytné posoudit, z jakého titulu byla data zpracovávána před jejich anonymizací, tedy z jakého titulu tyto údaje zpracovávaly finanční instituce, které následně anonymizované údaje iniciativě poskytly.

„ČR informuje“. V oblastech postižených koronavirem je 205 tisíc Čechů, operátoři jim pošlou SMS

Vláda minulý týden rozhodovala, zda data o nákupech zařadí mezi ta, na jejichž základě mohou se souhlasem dotyčného vznikat takzvané vzpomínkové mapy. Ty mají usnadnit kontaktování lidí, kteří přišli s nemocným do styku. Nakonec kabinet rozhodl pouze o mapování s pomocí dat z telefonu. Iniciativa COVID19CZ je nicméně dohledávat kontakty lidí nakažených koronavirem schopna a plánuje se do projektu zapojit. Podle serveru řeší hlavně zabezpečení dat a nastavení právního rámce.

Skupinu COVID19CZ tvoří týmy DataSentics a Keboola. Spolupracuje s předními českými finančními institucemi. Analýza aktivit českých platebních karet v zahraničí vznikla na základě dat společnosti Dateio.

ČTK

Jak přimět nepřizpůsobivé, aby se přizpůsobili?

Hrozba nákazy koronavirem si už vyžádala mnohé zásahy do našich životů a do našich zvyklostí. Chvályhodná snaha vlády, Ministerstev zdravotnictví a vnitra, Hlavní hygieničky a dalších autorit zastavit nebo alespoň přibrzdit šíření nákazy nám dočasně znemožnila cestovat do zahraničí, účastnit se hromadných sportovních a kulturních nebo společenských událostí, scházet se ve větších počtech v restauracích, klubovnách, barech, na večírcích, zbytečně chodit venku po městech a obcích a když už si musíme např. nakoupit potraviny, dezinfekční, čistící a hygienické prostředky nebo léky, musíme na ulici a do obchodů s rouškou na nose a ústech a přizpůsobit se časem nákupu faktu, že senioři 65+ mají přednostně vyhrazené hodiny 7 – 9 dopoledne a ostatní ve zbylých otvíracích hodinách.

Co si má ale tady v Hradci Králové (ale patrně i jinde) počít ukázněná veřejnost a Městská policie se skupinami "nepřizpůsobivých", kteří se přes všechny pokyny shlukují před hlavním nádražím, za OC Atrium a v parcích na lavičkách a kolem nich, a to i s dětmi, roušky nemají, protože kouří a ty by jim překážely, a když je Městská policie napomene, ignorují ji, rozejdou se nanejvýš na chvíli, než uniformy zmizí, a vrátí se za pár minut tam, kde byli. Finanční postih patrně nemá smysl, protože pokuty zásadně neplatí, a uvěznit tolik nechápavých najednou nelze. Je jen otázka času, kdy přispějí k vlastní i cizí nákaze koronavirem díky houfům cestujících, kteří kolem nich musí procházet k vlakům i ke stanicím MHD, a pokud něco řeknou, sklídí posměch nebo urážky. Máme se obracet na státní policii, která by měla „pomáhat a chránit“ ty slušné před podobnými ignoranty, na které nic neplatí?

V Hradci Králové 21-03-2020 - mř.

Slabá místa v boji proti korviru.

Když chcete hrát úspěšně šachy, tak je dobré, když znáte slabá místa ve své pozici. Také je dobré znát slabá místa v pozici soupeře. Potom víte, na co máte útočit, a také, která místa bránit.

Jedno ze slabých míst měst, jsou lékárny. Na rozdíl od pošt, nemají totiž většinou ochranné plexisklo mezi obsluhou a zákazníkem. Toto je tedy potřeba urychleně řešit proto, aby nebyla obsluha virem nakažena. Například několik pošt, které nemají ochranné plexi (sklo), bude údajně zavřeno. Lékárny ale musí jet dál. Kdyby se jen jedna z obsluhy nakazila, tak ostatní půjdou do domácí karantény, a lékárna bude zavřena. Proto by se v nich ochranné plexi (sklo) mělo urychleně instalovat. Obsluhou lékáren jsou většinou ženy. Zařizovat si plexi nemusí být pro ně právě snadné. Proto by s tím mohla pomoci například příslušná města. Mají své řemeslníky a znají ty osvědčené ze svého okolí. („Předpokládám, že na to budou vypisovat výběrová řízení“.)

Viděl jsem fotografii, na které měl Vietnamec v obchodě kolem své pokladny instalováno asi 2,5m vysoké plexisklo. Když to dokáže on, tak proč ne města?

Ing, Zdeněk Joukl, praktický sociolog, nestraník, Senior roku 2013 atd.
www.joukl.c 15.3. 2020

Výtahy hrozí !

Podařilo se mi najít další slabé místo ochrany před koronavirem (dříve lékárny a pokladny prodejen bez ochranného plexiskla). Jsou to výtahy ! Jde o nejvíce používaný dopravní prostředek na světě. Malý prostor ve výtahu je ideální místo pro šíření korviru. Po jednom kýchnutí vznikne až 3000 kapének. Vir v nich vydrží až tři hodiny. Je k tomu ještě třeba něco dodat?

Přitom autobusy (trochu podobný dopravní prostředek) se dezinfikují jednou denně. Z toho logicky plyne, že výtahy by se měly dezinfikovat minimálně podobně. Desinfekci by mohlo stačit rozprášit po stěnách, stropě a podlaze výtahu ručním rozprašovačem na "zalévání" květin (cena asi 40 Kč). Jak prosté! Ale jak dlouho to bude trvat, než-li stát, kraj nebo majitelé domů toto zajistí ? Snad při příští pandemii. Jedině, že by se snad našel v každém vchodě nějaký dobrovolník, který by výtah občas dezinfikoval. A pak by pomohlo také to, kdyby, ti z nižších pater a sportovci chodili pro jistotu pěšky.

Ing. Zdeněk Joukl, praktický sociolog, nestraník, Senior roku 2013 atd.
www.joukl.cz
19.3.2020

Odkazy na výrobu roušek:

<https://www.novinky.cz/zahranicni/koronavirus/clanek/primator-frydku-mistku-vyzval-lidi-aby-sili-rouscky-protoze-na-stat-se-neda-spolehnout-40316728>

<https://koralky.stoklasa.cz/navod-na-usiti-rouscky-x31714>

<https://www.usijsirousku.cz/2020/03/dalsi-navod-na-usiti-rouscky-z-bavlny.html>

rouška bez šití

<https://www.jenzeny.cz/diy/domacnost/jednoduchy-navod-jak-vyrobit-rousku-bez-siti-za-20-sekund-slozite-ucinnou-ochranu>

rouška ze sáčku do vysavače:

<https://www.kupi.cz/magazin/clanek/6617-vyrobte-si-funkcni-rousku-ze-sacku-do-vysavace-je-ucinnejsi-nez-ta-z-bavlny>

Pohyb v přírodě zlepšuje imunitu občanů.

Jeden ze tří prezentovaných bodů pro obranu před koronavirem je i pohyb v přírodě. Dále pak dostatek spánku a dodržování pitného režimu. Plošný zákaz vycházek do přírody by byl tedy proti tomuto doporučení. To nemluvím ani o zhoršení psychiky občanů a snížení jejich otužilosti. Již znemožnění jízdy na Jizerské magistrále na běžkách nemělo logiku. Pamatuji, že jeden z politiků vyhrožoval plošným zákazem vycházení, jestliže lidé nebudou venku chodit v rouškách. Systém trestání slušných lidí za přečiny neslušných je v podstatě nezákonný. Než situaci řešit, je pro úředníky a politiky vždy jednodušší něco zakázat.

Doufám, že v tomto případě k tomu nedojde.

Ing. Zdeněk Joukl, praktický sociolog, Senior roku 2013 atd
www.joukl.cz

24.3.2020

Vyhlášení nouzového stavu

Vláda v souladu s čl. 5 a 6 ústavního zákona č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky, vyhláší pro území České republiky z důvodu ohrožení zdraví v souvislosti s prokázáním výskytu koronaviru (označovaný jako SARS CoV-2) na území České republiky nouzový stav na dobu od 14.00 hodin dne 12. března 2020 na dobu 30 dnů.

Mimořádná opatření

- [Omezení volného pohybu](#)
- [Opatření v oblasti cest do a ze zahraničí](#)
- [Opatření na státních hranicích](#)
- [Opatření o zákazu kulturních, sportovních akcí a o provozu maloobchodu](#)
- [Opatření v oblasti školní docházky a vzdělávacích akcí](#)
- [Opatření v dopravě](#)
- [Opatření v sociální oblasti](#)
- [Opatření v oblasti zdravotnictví](#)
- [Omezení v oblasti činnosti úřadů](#)
- [Opatření v oblasti daní a podpory zaměstnavatelů](#)
- [Opatření v oblasti zajišťování bezpečnosti a vězeňské služby](#)

Omezení volného pohybu

- s účinností ode dne 16. března 2020 od 00:00 hod. do dne 1. dubna 2020 do 6:00 se **zakazuje volný pohyb osob na území celé České republiky** s výjimkou:
 - cest do zaměstnání a k výkonu podnikatelské nebo jiné obdobné činnosti,
 - nezbytných cest za rodinou nebo osobami blízkými,
 - cest nezbytně nutných k obstarávání základních životních potřeb (např. nákup potravin, léků a zdravotnických prostředků, hygienického zboží, kosmetiky a jiného drogistického zboží, krmiv a dalších potřeb pro zvířata), včetně potřeb příbuzných a osob blízkých, zajištění péče o děti, zajištění péče o zvířata, využívání nezbytných finančních a poštovních služeb, doplnění pohonných hmot,
 - cest nezbytně nutných k zajištění potřeb a služeb podle písmene c) pro jinou osobu (např. dobrovolnictví, sousedská výpomoc),
 - cest do zdravotnických zařízení a zařízení sociálních služeb, včetně zajištění nezbytného doprovodu příbuzných a osob blízkých, a zařízení veterinární péče,
 - cest za účelem vyřízení neodkladných úředních záležitostí, včetně zajištění nezbytného doprovodu příbuzných a osob blízkých,
 - výkonu povolání nebo činností sloužících k zajištění bezpečnosti, vnitřního pořádku a řešení krizové situace, ochrany zdraví, poskytování zdravotní nebo sociální péče, včetně dobrovolnické činnosti, individuální duchovní péče a služby, veřejné hromadné dopravy a další infrastruktury, služeb pro obyvatele, včetně zásobování a rozvážkové služby, veterinární péče,
 - pobytu v přírodě nebo parcích,
 - cest zpět do místa svého bydliště,
 - pohřbů;

- s účinností ode dne 16. března 2020 od 00.00 hod. do dne 1. dubna 2020 do 6.00 se **nařizuje osobám pobývajícím na území České republiky**
 - omezit pohyb na veřejně dostupných místech na dobu nezbytně nutnou a pobývat v místě svého bydliště s výjimkou výše uvedených případů,
 - omezit kontakty s jinými osobami na nezbytně nutnou míru;
- od 19. března 2020 od 00:00 hod. se **zakazuje všem osobám pohyb a pobyt na všech místech mimo bydliště bez ochranných prostředků dýchacích cest** (nos, ústa);
 - k ochraně je možné využít respirátor, roušku, ústenku, šátek, šál nebo jiné prostředky, které brání šíření kapénkové infekce;
- na základě usnesení vlády ze dne 23. března 2020 se výjimka ze zákazu vycestovat z České republiky **pro přeshraniční pracovníky na hranicích s Rakouskou republikou a Spolkovou republikou Německo** týká pouze osob, které **vycestují na dobu delší než 21 kalendářních dní**;
 - všichni přeshraniční pracovníci pracující v Rakousku a Německu na základě této výjimky mají povinnost **bezprostředně po návratu** do ČR telefonicky nebo jiným vzdáleným přístupem **oznámit tuto skutečnost svému registrujícímu poskytovateli, zdravotních služeb** v oboru všeobecné praktické lékařství nebo praktické lékařství pro děti a dorost, nebo nemají-li registrujícího poskytovatele, pak jakémukoli poskytovateli v oboru všeobecné praktické lékařství nebo praktické lékařství pro děti a dorost,
 - dotčení lékaři mají povinnost nařídít této osobě **povinnou karanténu v délce 14 dnů**;
- osobám, které mají výjimku pro přeshraniční pracovníky, se nařizuje **strpět při přechodu státní hranice provedení kontroly příznaků infekčního onemocnění**
 - pokud u nich budou zjištěny příznaky infekčního onemocnění, nařizuje se poskytnutí potřebné součinnosti zdravotnickým pracovníkům při provedení odběru biologického vzorku za účelem zjištění přítomnosti onemocnění COVID-19
- osobám, které mají výjimku pro přeshraniční pracovníky, se s účinností od 21. března, 00:00 hodin **nařizuje předložit při přechodu státní hranice** kromě potvrzení pro přeshraniční pracovníky dále i „**knížku přeshraničního pracovníka**“ za účelem opatření razítkem Policie České republiky o přechodu státní hranice k prokazování pravidelnosti a četnosti překračování státní hranice;
 - příslušné formuláře jsou k dispozici [na webových stránkách Ministerstva vnitra](#) a také u příslušníků Policie ČR na státních hranicích;
- z důvodu omezení volného pohybu se **odkládá hlasování v doplňovacích volbách do Senátu Parlamentu České republiky** vyhlášených ve volebním obvodu č. 32 rozhodnutím prezidenta republiky č. 23/2020 Sb., o vyhlášení doplňovacích voleb do Senátu Parlamentu České republiky, které mělo proběhnout ve dnech 27. a 28. března 2020 a 3. a 4. dubna 2020.

Opatření v oblasti cest do a ze zahraničí

- od 14. března 2020 platí **zákaz vstupu na území České republiky pro všechny cizince** přicházející [z rizikových oblastí výskytu koronaviru](#) s výjimkou cizinců pobývajících s přechodným pobytem nad 90 dnů nebo trvalým pobytem v ČR a s výjimkou cizinců, jejichž vstup je v zájmu České republiky;
- byl zastaven **příjem žádostí o víza a přechodné a trvalé pobyty** na zastupitelských úřadech ČR s výjimkou osob, jejichž pobyt je v zájmu České republiky;
- byla **zastavena řízení v případech žádostí o krátkodobá víza**, o kterých dosud nebylo rozhodnuto, s výjimkou osob, jejichž pobyt je v zájmu České republiky;
- byla **přerušena všechna řízení o žádostech o oprávnění k pobytu nad 90 dnů** podaných na zastupitelských úřadech;

- od 16. března 2020 0.00 hodin platí **zákaz vstupu na území České republiky pro všechny cizince** s výjimkou cizinců pobývajících s přechodným pobytem nad 90 dnů nebo trvalým pobytem v ČR a s výjimkou cizinců, jejichž vstup je v zájmu České republiky;
- od 16. března 2020 0.00 hodin byl vyhlášen pro občany České republiky a cizince s trvalým nebo přechodným pobytem nad 90 dnů na území ČR **zákaz vycestovat z České republiky** s výjimkou osob, kterým byla udělena výjimka;
- překračovat hranice v rámci přeshraničního styku je povoleno pouze osobám, které prokáží, že jsou zaměstnány ve vzdálenosti do 100 km vzdušnou čarou od státní hranice;
- od 13. března od 12.00 hodin platí mimořádné opatření nařizující, že všichni občané České republiky a cizinci s trvalým nebo přechodným pobytem nad 90 dnů na území ČR až na [výjimky udělené ministrem vnitra](#), pokud se vracejí z pobytu na území rizikových oblastí, mají **povinnost tuto skutečnost nahlásit**, a to telefonicky nebo jiným vzdáleným přístupem, svému praktickému lékaři nebo lékaři pro děti a dorost **a strávit 14 dní v karanténě**;
- řidiči nákladních vozidel a autobusů, posádky dopravních letadel, strojvedoucí, posádky vlakových čtů a vozmistři, lodní kapitáni a členové posádek plavidel a posádky vozů správce komunikace, kteří přes riziková území tranzitují nebo zajišťují přepravu, pro které platí výjimka z nařízení o povinné karanténě, vláda doporučuje **chovat se v rizikových oblastech s maximální obezřetností** a na minimum omezit kontakt s místním personálem.

[Otázky a odpovědi Ministerstva zahraničních věcí k vyhlášení nouzového stavu v souvislosti s cestováním.](#)

[Pomoc občanům - mimořádná přeprava v Evropě.](#)

Opatření na státních hranicích

- od 14. března 2020 00.00 hodin byla až do odvolání **znovuzavedena vnitřní ochrana hranic s Německem a Rakouskem** a vzdušná vnitřní hranice;
- státní hranice se Slovenskem a s Polskem si chrání obě země z vlastní iniciativy;
- překročení státních hranic s Rakouskem a Německem je nově povoleno jen [na dvanácti vybraných hraničních přechodech](#) a na letištích v Praze-Ruzyni a Praze-Kbelích;
- pro osoby prokazatelně pravidelně překračující vnitřní hranice bude v době od 5.00 do 23.00 hodin otevřeno [dalších devíti hraničních přechodů](#) s Německem a Rakouskem;
- k těmto přechodům byl od 17. března 2020 nově přidán i **hraniční přechod Rumburk**;
- k plnění úkolů Policie ČR povolala vláda vojáky v činné službě a příslušníky Celní správy ČR
- **povolení k zaměstnání podle zákona o zaměstnanosti a krátkodobého schengenského víza za účelem zaměstnání**, které byly vydány přede dnem vyhlášení tohoto opatření a jejichž platnost uplyne maximálně 60 dnů ode dne skončení nouzového stavu, **se prodlužuje** tak, že skončí uplynutím doby 60 dnů ode dne skončení nouzového stavu;
 - toto opatření platí za podmínky, cizinec bude mít po dobu platnosti nařízení **platný pracovně-právní vztah** se zaměstnavatelem v ČR;
- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. se nařizuje, že platnost povolení k zaměstnání a povolení a víz k pobytu vydaných do dne vyhlášení tohoto opatření osobám v pracovněprávním vztahu k zaměstnavatelům, kteří poskytují služby na základě dohody dle § 308 zák. č. 262/2006 Sb., zákoník práce, v platném znění, nebo na základě jiné smlouvy, **se prodlužuje na dobu do 60 dnů po skončení**

[Informace Ministerstva vnitra k cestování a překračování hranic.](#)

Opatření o zákazu kulturních, sportovních a dalších akcí a o provozu maloobchodu

- od 13. března 2020 od 6.00 hodin byl rozšířen původní **zákaz pořádání akcí s účastí veřejnosti**;
- až do odvolání jsou zakázány divadelní, hudební, filmová a další umělecká představení, sportovní, kulturní, náboženské, spolkové, taneční, tradiční a jim podobné akce a jiná shromáždění, výstavy, slavnosti, poutě, přehlídky, ochutnávky, trhy a veletrhy, vzdělávací akce, a to jak veřejné, tak soukromé s účastí přesahující ve stejný čas 30 osob;
- k 13. březnu 2020 od 6.00 hodin je zakázána rovněž **přítomnost veřejnosti v provozovnách poskytovatelů některých služeb** – v posilovnách, na koupalištích, v soláriích, saunách a dalších wellnes službách, v hudebních a společenských klubech, zábavních zařízeních, veřejných knihovnách a galeriích;
- s účinností od 14. března 2020 06.00 se zákaz přítomnosti veřejnosti v provozovnách poskytovatelů služeb rozšiřuje i na bazény a turistická informační centra;
- s účinností od 14. března 2020 06.00 platí **zákaz maloobchodního prodeje na tržnicích a tržišťích**;
- s účinností od 14. března 2020 od 6.00 do dne 1. dubna 2020 do 6.00 se **zakazuje maloobchodní prodej a prodej služeb v provozovnách**, s výjimkou těchto prodejen:
 - potravin,
 - pohonných hmot,
 - paliv,
 - hygienického zboží, kosmetiky a jiného drogistického zboží,
 - v lékárnách a výdejnách zdravotnických prostředků,
 - malých domácích zvířat,
 - krmiva a dalších potřeb pro zvířata,
 - brýlí, kontaktních čoček a souvisejícího zboží,
 - novin, časopisů,
 - tabákových výrobků,
 - služeb prádelen a čistíren,
 - prodeje přes internet a dalšími vzdálenými prostředky, přičemž uvedené zboží a služby se převážně prodávají nebo nabízejí v dané provozovně;
- od 16. března 2020, 00.00 hod. se **zákaz maloobchodního prodeje zboží a služeb nevztahuje** také na:
 - opravy silničních vozidel, pokud v provozovně není současně více než 30 osob,
 - odtahy a odstraňování závad vozidel v provozu na pozemních komunikacích,
 - prodej náhradních dílů k dopravním prostředkům a výrobním technologiím,
 - provozovny umožňující vyzvednutí zboží a zásilky od třetí strany,
 - prodej zahrádkářských potřeb včetně osiva a sadby,
 - pokladní prodej jízdenek,
 - lázeňská zařízení, pokud v nich bude poskytována pouze lázeňská služba hrazená alespoň zčásti z veřejného zdravotního pojištění,
 - provozování pohřební služby,
 - květinářství,
 - provádění staveb a jejich odstraňování, projektovou činnost ve výstavbě, geologické práce, zeměměřičství, testování, měření a analýzu ve stavebnictví,
 - výdej a prodej zdravotnických prostředků,
 - prodej textilního materiálu a textilní galanterie,

- servis výpočetní a telekomunikační techniky, audio a video přijímačů, spotřební elektroniky, přístrojů a dalších výrobků pro domácnosti,
- pokud uvedené zboží nebo služba představuje **převážnou část činnosti dané provozovny;**
- zákaz maloobchodního prodeje a prodeje služeb v provozovnách se **nevztahuje na činnosti, které nejsou živností podle živnostenského zákona;**
- s účinností od 20. března se zákaz maloobchodního prodeje a prodeje služeb v provozovnách **nevztahuje rovněž na realitní zprostředkování a činnost účetních poradců, vedení účetnictví, vedení daňové evidence;**
- s účinností od 14. března 2020 od 6.00 do dne 1. dubna 2020 do 6:00 se **zakazuje přítomnost veřejnosti v provozovnách stravovacích služeb,** s výjimkou provozoven, které neslouží pro veřejnost (např. zaměstnanecké stravování, stravování poskytovatelů zdravotních služeb a sociálních služeb, vězeňských zařízení); tento zákaz se nevztahuje na prodej mimo provozovnu stravovacích služeb (např. provozovny rychlého občerstvení s výdejovým okénkem nebo prodej jídla s sebou bez vstupu do provozovny), který může probíhat bez časového omezení;
- s účinností od 14. března 2020 od 6.00 do dne 1. dubna 2020 do 6:00 se **zakazuje činnost provozoven stravovacích služeb, umístěných v rámci nákupních center s prodejní plochou přesahující 5 000 m²;**
- s účinností od 14. března 2020 od 6.00 hod. se zakazuje provoz heren a kasin podle zákona č. 186/2016 Sb., o hazardních hrách, ve znění pozdějších předpisů;
- s účinností od 16. března 2020 od 6.00 do dne 1. dubna 2020 se **zakazuje prodej ubytovacích služeb,** s výjimkou osob poskytujících ubytování v ubytovnách, ve školských ubytovacích zařízeních, ubytovacích služeb cizincům do doby opuštění území ČR a cizincům s pracovním povolením na území ČR;
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 se **zakazuje provoz autoškol;**
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 se **zakazuje provoz taxislužby,** s výjimkou taxislužby rozvážející potraviny nebo osob s oprávněním řidiče taxislužby;
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 v se **zakazuje provoz v provozovnách samoobslužných prádeln a čistíren;**
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 se **zakazuje přítomnost veřejnosti v prodejnách stavebnin, stavebních výrobků a hobby marketů;**
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 se **zakazuje přítomnost veřejnosti v provozovnách poskytovatelů služeb – vnitřní i venkovní sportoviště;**
- s účinností ode dne 16. března 2020 od 6:00 hod. do dne 1. dubna 2020 se **pozastavuje platnost nařízení,** kterým obec vymezuje oblasti obce, ve kterých lze místní komunikace nebo jejich určené úseky užít za cenu sjednanou v souladu s cenovými předpisy;
- k 16. březnu 2020, 00.00 hod. se **ruší původní povolení přítomnosti veřejnosti v prodejnách výpočetní a telekomunikační techniky, audio a video přijímačů, spotřební elektroniky, přístrojů a dalších výrobků pro domácnosti;**
- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. se nařizuje, že po dobu trvání nouzového stavu lze u zaměstnanců, jejichž pracovní právní vztah vznikne ode dne vyhlášení tohoto opatření, **nahradit čestným prohlášením**
 - zdravotní průkaz podle § 19 odst. 2 zák. č. 258/2000 Sb., ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů,
 - posouzení zdravotní způsobilosti osoby ucházející se o zaměstnání dle zákona č. 373/2011 Sb. o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů
- **nouzového stavu,** za předpokladu, že jsou ke dni vyhlášení tohoto opatření platné

- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. se nařizuje, že se **nemusí u zabalených potravin dodržovat další požadavky pro uvádění na trh stanovené prováděcím právním předpisem**
- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. se nařizuje, že **prodej nebaleného pečiva se povoluje pouze za splnění těchto podmínek:**
 - je zajištěno, že v místě odběru pečiva nedochází ke shlukování osob,
 - prodejní místo je vybaveno pomůckami osobní hygieny
- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. byl **pozastaven prodej jízdních dokladů průvodčími ve vlacích Českých drah**, cestující bez jízdních dokladů budou vyzváni k jejich zakoupení elektronickou cestou, a pokud to nebude možné, budou cestující přepraveni i bez jízdního dokladu;
- od 20. března 2020 od 00:00 hod. se **zakazuje všem osobám přítomnost v maloobchodních prodejnách potravin, hygienického zboží, kosmetiky a jiného drogistického zboží** v čase mezi 7:00 hod. a 9:00 hod. s **výjimkou osob starších 65 let věku** a jejich nezbytného doprovodu, **držitelů průkazu ZTP/P starších 50 let** a jejich nezbytného doprovodu **a majitelů a zaměstnanců provozovatele prodejny nebo osob v obdobném poměru;**
- od 25. března 2020 od 00:00 hod. se **zakazuje všem osobám přítomnost v maloobchodních prodejnách potravin, hygienického zboží, kosmetiky a jiného drogistického zboží s prodejní plochou větší než 500 m²** v čase mezi 8.00 hod. a 10:00 hod. s **výjimkou osob starších 65 let věku** a jejich nezbytného doprovodu, **držitelů průkazu ZTP/P starších 50 let** a jejich nezbytného doprovodu **a majitelů a zaměstnanců provozovatele prodejny nebo osob v obdobném poměru;**
- všem provozovatelům maloobchodních prodejen se **doporučuje dezinfikovat nákupní košíky a vozíky** po každém použití a **kliky nebo madla dveří alespoň jednou za hodinu;**
- všem provozovatelům maloobchodních prodejen s prodejní plochou nižší než 500 m² se od 25. března nařizuje senory nad 65 let a držitele průkazu ZTP/P nad 50 let **při prodeji upřednostnit.**

[Přehled omezení v jednotlivých sektorech](#) na stránkách Ministerstva průmyslu a obchodu.

[Mimořádná opatření a doporučení na stránkách Ministerstva zdravotnictví.](#)

Opatření v oblasti školní docházky a vzdělávacích akcí

- od 13. března 2020 byla **zakázána osobní přítomnost žáků** na základním, středním a vyšším odborném vzdělávání ve školách a školských zařízeních a na hromadných formách výuky a zkoušek při studiu na vysoké škole a akcích pořádaných těmito školami;
- osobní přítomnost na klinické a praktické výuce a praxi vysokoškoláků je nadále povolena;
- zakázána je ke stejnému datu rovněž **osobní přítomnost žáků na základním uměleckém vzdělávání** v základní umělecké škole a jazykovém vzdělávání v jazykové škole s právem státní jazykové zkoušky a při akcích pořádaných těmito školami;
- k 13. březnu 2020 je zakázána také **osobní přítomnost osob na vzdělávání v jednoletých kurzech cizích jazyků s denní výukou** v institucích zapsaných v seznamu vzdělávacích institucí poskytujících jednoleté kurzy cizích jazyků s denní výukou podle zákona o státní sociální podpoře;
- zakázána je rovněž **osobní přítomnost dětí, žáků a studentů a jiných účastníků na zájmovém vzdělávání ve školských zařízeních** pro zájmové vzdělávání a na soutěžích a přehlídkách organizovaných pro děti, žáky a studenty škol a školských zařízení.
- Vláda **nařídila krajským hejtmanům a primátorovi hlavního města Prahy**, že musí v případě potřeby **zajistit školské zařízení**, které bude pečovat o děti ve věku od 3 do 10 let, jejichž zákonní zástupci pracují jako zaměstnanci bezpečnostních sborů, obecní policie, poskytovatelů zdravotních služeb, orgánů ochrany veřejného zdraví a příslušníci ozbrojených sil anebo pedagogickými nebo

nepedagogickými pracovníky určené školy nebo školského zařízení, přičemž v každé takové skupině může být nanejvýš 15 dětí;

- od 24. března 2020 se zajištění nezbytné péče o děti ve věku od 3 do 10 let vztahuje i na děti, jejichž zákonní zástupci jsou zaměstnanci obcí zařazení do obecních úřadů **k výkonu sociální práce**, krajů zařazení do krajských úřadů **k výkonu sociální práce a poskytovatelů sociálních služeb**;
- **státní maturitní zkoušky** se uskuteční nejdříve tři týdny po opětovném otevření škol, a to tak, že:
 - proběhne jen didaktická část bez písemné části z českého a cizího jazyka,
 - výsledky maturitních zkoušek se budou vyhodnocovat přímo na školách,
 - pokud by nedošlo k otevření škol do 1. června, bylo by maturitní vysvědčení stanoveno na základě známek posledních tří vysvědčení s možností komisionálního přezkoušení;
- **jednotné přijímací zkoušky na střední školy** proběhnou v nezměněné formě nejdříve za dva týdny po opětovném otevření škol,
 - uskuteční se pouze jediné kolo s možnými náhradními termíny;
- změna ve státních maturitách a v jednotných přijímacích zkouškách ještě **podléhá schválení Parlamentem ČR**

[Informace Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy](#)

Opatření v dopravě

- s účinností od 14. března 2020 00.00 hodin je **zakázáno všem dopravcům v mezinárodní silniční osobní dopravě zajišťované vozidly s obsaditelností nad 9 osob přepravovat cestující přes hranice České republiky**;
- od stejného data platí **stejný zákaz i pro dopravce v mezinárodní drážní osobní dopravě a pro dopravce v přeshraniční vnitrozemské vodní osobní dopravě**;
- v rámci obchodní letecké dopravy cestujících, při níž je překračována hranice České republiky, mají dopravci zakázáno využívat jiná letiště než **mezinárodní veřejné letiště Václava Havla v Praze-Ruzyni**;
- tato opatření neplatí pro návrat českých občanů a cizinců s trvalým nebo přechodným pobytem nad 90 dnů v České republice do České republiky, pro dopravu prázdných autobusů, prázdných vlakových souprav a prázdných plavidel bez cestujících zpět do ČR nebo zpět mimo ČR;
- výjimku z tohoto opatření může udělit ministr dopravy;
- až do odvolání se **ruší zákaz jízdy kamionů nad 7,5 tuny na českých silnicích a dálnicích v neděli** a ve státní svátky;
- všem provozovatelům veřejné dopravy se doporučuje dezinfikovat místa, kterých se lidé často dotýkají (zejména kliky, madla, ovládání dveří, držadla, opěrky sedadel), přinejmenším po každé jízdě.

[Podrobné informace Ministerstva dopravy](#)

Opatření v sociální oblasti

- po dobu platnosti nouzového stavu v souvislosti s výskytem epidemie koronaviru SARS CoV-2 byla **uložena pracovní povinnost** studentům v denní formě studia vyšších odborných a vysokých škol v oborech vzdělání zaměřených na sociální práci a sociální pedagogiku, sociální pedagogiku, sociální a humanitární práci, sociální práci, sociálně právní činnost, charitní a sociální činnost nebo v programu zaměřeném na sociální práci, sociální politiku, sociální pedagogiku, sociální péči, sociální patologii, právo nebo speciální pedagogiku s cílem zajistit poskytování péče v zařízeních sociálních služeb;
- konkrétní pracovní povinnost bude vláda ukládat v součinnosti s hejtmany a primátorem hlavního města Prahy;
- s platností od 16. března 2020 po dobu trvání nouzového stavu se všem poskytovatelům sociálních služeb, kteří provozují **denní stacionář**, nařizuje **pozastavit činnost těchto zařízení**; v nezbytně nutných případech a nezbytně nutné míře musí klientům zajistit ve spolupráci s obcemi poskytnutí jiné vhodné sociální služby;
- osoby, kterým jsou poskytovány sociální služby registrovanými poskytovateli sociálních služeb, mají **po dobu trvání nouzového stavu nařízen zákaz vycházet mimo objekt či areál zařízení**, v němž jsou tyto sociální služby (tj. domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem) poskytovány;
- od 18. března se nařizuje registrovaným poskytovatelům sociálních služeb podle zákona o sociálních služeb (centra denních služeb, týdenní stacionáře, nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, sociálně terapeutické dílny) **přerušit poskytování těchto služeb po dobu trvání nouzového stavu**;
- poskytovatelům sociálních služeb se nařizuje **přerušit poskytování sociálních služeb na základě uzavřené smlouvy s uživatelem** dle § 91 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, a zároveň přerušit poskytovat služby v režimu individuálního plánování, a to po dobu trvání nouzového stavu;
- poskytovatelům sociálních služeb se nařizuje **poskytnout služby v nezbytné míře s cílem zajištění ochrany života a zdraví osob**;
- hejtmanům a primátorovi hlavního města Prahy se nařizuje **zajistit poskytnutí jiné vhodné sociální služby**, popřípadě poskytování jiné formy péče v nezbytně nutné míře, a to pouze v případech bezprostředního ohrožení života a zdraví uživatelů sociální služby, a to ve spolupráci s obcemi, ve kterých mají tito uživatelé skutečný pobyt;
- **osobám starším 70 let se doporučuje nevycházet** po dobu trvání nouzového stavu mimo svá obydlí, s výjimkou návštěvy zdravotnického zařízení za účelem zajištění neodkladné zdravotní péče;
- starostům obcí se **nařizuje povinnost zajistit osobám starším 70 let pomoc** při zvládnutí základních životních potřeb, včetně nákupů potravin a léků;

- v **režimu legislativní nouze** vláda připravila **návrh mimořádného zákona**, který po dobu trvání nouzového stavu upravuje zákon o nemocenském pojištění, a to tak, že
 - **prodlužuje dobu vyplácení ošetrovného na dobu trvání mimořádného opatření vlády o zákazu školní docházky,**
 - **mění maximální věkovou hranici** pro přiznání nároku na ošetrovné tak, že se bude nově týkat dětí mladších 13 let,
 - **rozšiřuje vyplácení ošetrovného i na péči o zdravotně hendikepované osoby** ve společné domácnosti, a to bez věkového omezení, pokud došlo k uzavření zařízení určeného pro péči o ně
 - přičemž ošetrovné může být **vyplaceno i zpětně;**
- Stát vyplatí **finanční příspěvek za ušlý výdělek – ošetrovné – pro osoby samostatně výdělečně činné**, které po zavedení mimořádného opatření vlády **pečují o děti 6 až 13 let** za podmínky, že druhý člen rodiny již nečerpá ošetrovné, a to **424 korun za den**, tedy necelých 14 000 korun za měsíc

[Informace Ministerstva práce a sociálních věcí pro poskytovatele sociální služeb i k pracovněprávním vztahům.](#)

[Informace Ministerstva práce a sociálních věcí k poskytování sociálních služeb.](#)

Opatření v oblasti zdravotnictví

- s účinností od 24. března 2020, 00:00 hodin se **zakazuje všem zaměstnancům**, kteří vykonávají zdravotnické povolání podle zákona č. 95/2004 Sb., o podmínkách získávání a uznávání odborné způsobilosti a specializované způsobilosti k výkonu zdravotnického povolání lékaře, zubního lékaře a farmaceuta, ve znění pozdějších předpisů, a podle zákona č. 96/2004 Sb., o podmínkách získávání a uznávání způsobilosti k výkonu nelékařských zdravotnických povolání a k výkonu činností souvisejících s poskytováním zdravotní péče a o změně některých souvisejících zákonů (zákon o nelékařských zdravotnických povoláních), ve znění pozdějších předpisů, **čerpání dovolené po dobu nouzového stavu** s výjimkou osob, kterým byla nařízena karanténa;
- k zajištění poskytování zdravotních služeb poskytovateli zdravotních služeb a k zajištění činnosti orgánů ochrany veřejného zdraví po dobu platnosti nouzového stavu byla **uložena pracovní povinnost** žákům a studentům pátého a šestého ročníku prezenčního studia všeobecného lékařství lékařských fakult veřejných vysokých škol a posledních ročníků denní nebo prezenční formy studijních programů či oborů vzdělání připravující na profesi všeobecné sestry, dětské sestry, zdravotnického záchranáře, asistenta ochrany a podpory veřejného zdraví a praktické sestry;
- poskytovatelé akutní lůžkové péče mají nařízeno **omezit plánované operační výkony** na ty výkony, které nesnesou odkladu, aby maximum kapacit měli vyčleněno pro případné pacienty s nemocí COVID-19;
- s platností od 16. března 2020, 00.00 hod. se nařizuje, že **není u zaměstnanců potřeba provádět periodické lékařské prohlídky** ve smyslu ustanovení § 11 vyhlášky č. 79/2013 Sb., o provedení některých ustanovení zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů;
- od 17. března platí nařízení vlády o **zákazu distribuce léčiv** v souvislosti s epidemií koronaviru SARS-CoV-2, kterým se zakazuje u všech registrovaných léčivých přípravků, **které jsou určeny pro trh na území České republiky, jejich následný vývoz do členských států Evropské unie a vývoz do zemí mimo Evropskou unii;**

- s účinností od 18. března 2020 se všem poskytovatelům zdravotních služeb lůžkové péče a všem zařízením sociálních služeb v pobytové formě a všem odlehčovacími sociálními službami v pobytové formě nařizuje **zákaz návštěv pacientů a klientů**, s výjimkou
 - nezletilých pacientů a nezletilých uživatelů sociálních služeb,
 - pacientů a uživatelů sociálních služeb s omezenou svéprávností,
 - pacientů v hospicích a dalších pacientů a uživatelů sociálních služeb v terminálním stádiu nevyléčitelného onemocnění.
- s účinností od 19. března 2020 se **zakazuje všem poskytovatelům zdravotních služeb poskytujících lázeňskou léčebně rehabilitační péči přijímat nové pacienty** za účelem poskytování lázeňské léčebně rehabilitační péče;
- všem poskytovatelům zdravotních služeb poskytujících následnou lůžkovou léčebně rehabilitační péči se zakazuje přijímat nové pacienty **za účelem poskytování následné lůžkové léčebně rehabilitační péče**;
- všechna zařízení akutní lůžkové péče v České republice mají povinnost **vyčlenit kapacitu lůžek pro pacienty s nemocí COVID-19** včetně zabezpečení nezbytného personálu a zajištění odpovídajících bezpečnostních podmínek;
- s účinností od 22. března 2020, od 18: 00 hodin se lékařům až na výjimky a veterinárním lékařům **zakazuje předepisovat léčivý přípravek Plaquenil**, lékárníkům se až na výjimky zakazuje tento léčivý přípravek vydávat
 - výjimkou jsou předepsání na žádanku pro použití při poskytování lůžkové péče pacientům s nemocí COVID-19
- všichni lékaři, zubní lékaři a farmaceuti a všichni zaměstnanci spadající pod zákon o podmínkách získávání a uznávání způsobilosti k výkonu nelékařských zdravotnických povolání a k výkonu činností souvisejících mají povinnost v případě, že zjistí, že **byli v přímém kontaktu s osobou, u které bylo potvrzeno onemocnění COVID-19**, bez přiměřených osobních ochranných prostředků, mají povinnost o tomto rizikovém kontaktu **bezodkladně informovat svého zaměstnavatele** – poskytovatele zdravotních služeb
 - poskytovatel zdravotních služeb u zdravotnických pracovníků, jejichž výkon práce **není nezbytný** pro zajištění poskytování zdravotních služeb, **nařídí karanténu**,
 - poskytovatel zdravotních služeb u zdravotnických pracovníků, jejichž výkon práce **je nezbytný** pro zajištění poskytování zdravotních služeb a nemají klinické příznaky nemoci COVID-19, **zajistí těmto pracovníkům výkon povolání za přísných bezpečnostních opatření** stanovených nařízením ministra vnitra a tuto skutečnost oznámí místně příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví

Omezení v oblasti činnosti úřadů

- s účinností ode dne 16. března 2020 od 00:00 hod. do dne 1. dubna 2020 do 6:00 hod. se ukládá orgánům veřejné moci a správním orgánům, aby v rámci všech svých pracovišť **zahájily omezený provoz vyplývající z nouzového stavu**, spočívající v:
 - omezení práce, státní služby, zejména na ty agendy, jejichž výkon musí být bezpodmínečně kontinuálně zajišťován, a to zejména k zajištění chodu veřejné správy a služeb veřejné správy v nezbytně nutném rozsahu a plnění úkolů vlády České republiky směřujících k dosažení cílů nouzového stavu; ostatní agendy se vykonávají v rozsahu, který neohrozí níže uvedená opatření nutná k ochraně zdraví státních zaměstnanců, zaměstnanců a dalších úředních osob (dále jen „zaměstnanci“),
 - **omezení osobního kontaktu zaměstnanců s adresáty veřejné správy** (s žadateli, s jinými účastníky správních řízení) a dalšími externími osobami (dále jen „klienti/veřejnost“) na nezbytně nutnou úroveň
 - omezení rozsahu úředních hodin orgánů **na pondělí a středu v maximálním rozsahu tří hodin v daném dni**; o změně úředních hodin orgány vhodným způsobem informují a zveřejní je na svých úředních deskách,
 - zajišťování chodu jednotlivých útvarů orgánu vždy nejnižším možným počtem zaměstnanců přítomných na pracovišti, který je nutno zachovat pro činnost správního orgánu,
 - zajištění činnosti orgánu tak, aby případné karanténní opatření vůči části zaměstnanců neohrozilo akceschopnost orgánu (např. střídání oddělených skupin zaměstnanců orgánu, práce na dálku).
- **omezení kontaktů** se provede zejména takto:
 - omezením či pozastavením výkonu příslušných agend, které nespadají pod vymezení podle bodu I/1 tohoto usnesení, pokud by jejich výkon ohrozil opatření k ochraně zdraví zaměstnanců,
 - nahrazením osobního kontaktu písemným, elektronickým či telefonickým kontaktem ve všech případech, kdy je to možné, a to včetně kontaktu s ostatními zaměstnanci,
 - příjmem veškerých dokumentů od klientů/veřejnosti pouze prostřednictvím pracoviště podatelny, jsou-li zřízeny; vždy, kdy je to možné, se upřednostní elektronická komunikace,
 - dochází-li ke kontaktům se zaměstnanci jiných orgánů a institucí, přijetím opatření zabraňujících přímému kontaktu; jednání se provádí za zvýšených hygienických opatření,
 - výše uvedená opatření se přiměřeně použijí i pro vnitřní styk zaměstnanců v rámci orgánu;
- s účinností ode dne 24. března 2020 od 00:00 hod. po dobu trvání nouzového stavu se územním samosprávným celkům ukládá z důvodu omezení svobody pohybu na území České republiky **konat zasedání zastupitelstev, pouze pokud je to nezbytné** k přijetí opatření souvisejících s řešením nouzového stavu nebo ke schválení právních jednání nezbytných k dodržení termínů nebo zabránění bezprostředně hrozícím škodám;
 - zasedání musí být vedeno **prostředky komunikace na dálku** umožňujícími účast členů zastupitelstva na zasedání zastupitelstva v reálném čase bez jejich osobní přítomnosti,
 - **osobní účast veřejnosti je vyloučena.**

Opatření v oblasti daní a podpory zaměstnavatelů

- Ministerstvo financí připravilo pro fyzické a právnické osoby balíček daňových úlev, jejich [přehled naleznete v tiskové zprávě](#);
- Ministerstvo financí vydalo nařízení, které umožní **plošné prominutí příslušenství daně a poplatků**;
- v souladu s § 260 odst. 1 písm. b) daňového řádu byl vydán tzv. generální pardon ministryně financí, kterým dojde k **prominutí příslušenství daně a správních poplatků**;
 - prominutí pokuty za opožděné tvrzení daně ve všech případech, kde došlo na žádost daňového subjektu k individuálnímu prominutí úroku z prodlení nebo posečkaní úhrady daně z důvodů souvisejících s koronavirem,
 - prominutí příslušenství daně z příjmů tak, aby byla zajištěna tolerance pozdního podání daňových přiznání a úhrady daně až do 1. července 2020,
 - prominutí pokut za opožděné podání kontrolního hlášení ve výši 1 000 Kč, které vznikly mezi 1. březnem a 31. červencem 2020,
 - prominutí správního poplatku za podání žádosti o posečkaní nebo splátkování daně, žádosti o prominutí úroku z prodlení, resp. z posečkané částky, a žádosti o prominutí pokuty za nepodání kontrolního hlášení, a to plošně pro žádosti podané mezi dnem účinnosti generálního pardonu a 31. červencem 2020,
- Ministerstvo financí rovněž rozhodlo o **úpravě metodiky**;
- ze strany Generálního finančního ředitelství dojde k vydání metodického pokynu zohledňujícího možnost individuálního prominutí úroku z prodlení, úroku z posečkané částky a pokuty za nepodání kontrolního hlášení z důvodů souvisejících s mimořádnou událostí způsobenou šířením viru SARS-CoV-2;
 - metodicky řízené úřady budou vedeny k uplatňování maximální vstřícnosti a tolerance ve vztahu k daňovým subjektům a jejich individuální situaci, a to zejména tam, kde jde o vynucování plnění povinností a ukládání sankcí umožňujících správní uvážení (pokuty na úseku evidence tržeb, pokuty za nesplnění oznamovací povinnosti atd.)
- více informací k daňovým opatřením v **tiskové zprávě** a **průvodci Ministerstva financí**.
- **podnikatelé budou moci využít zejména tyto instituty**:
 - možnost požádat o posečkaní úhrady daně
 - možnost požádat o úpravu výše záloh nebo o výjimku z povinnosti daň zálohovat
 - možnost požádat o prominutí úroků a pokut za nepodání kontrolního hlášení
 - možnost požádat o prodloužení lhůty pro podání daňového tvrzení (a tím i úhrady daně)
- osobám samostatně výdělečně činným se v době **od března do srpna 2020 odpouští minimální povinné platby na sociální zabezpečení a příspěvek na státní politiku zaměstnanosti a důchodové pojištění a veřejné zdravotní pojištění**
- pro podnikatele spadající do závěrečné fáze (3. a 4. vlny) elektronické evidence tržeb se **odkládá povinnost používat EET** do doby uplynutí tří měsíců od ukončení stavu nouze
- pro podnikatele, kteří už EET používají, se do doby uplynutí tří měsíců od ukončení stavu nouze **zavádí výjimka z jeho používání** kromě povinnosti zacházet s autentizačními údaji, certifikátem pro evidenci tržeb a blokem účtenek tak, aby předešli jejich zneužití
- s ohledem na předpokládaný výpadek příjmů a vzhledem k nutnosti zafinancovat nezbytná opatření na ochranu zdraví obyvatelstva a na podporu české ekonomiky byla připravena **úprava státního rozpočtu nově se schodkem 200 miliard korun**
- [Ministerstvo financí sděluje](#), že v souladu s usnesením vlády České republiky ze dne 15. března 2020 o přijetí krizového opatření **mohou banky včetně stavebních spořitelů, pojišťovny, obchodníci s**

cennými papíry a další poskytovatelé a zákonem regulovaní zprostředkovatelé finančních služeb **nadále obsluhovat klienty**;

- Tyto subjekty mohou dle svého rozhodnutí omezit provozní dobu svých poboček, obchodních míst a provozoven.
- [Ministerstvo financí dále sděluje](#), že **daňoví poradci, účetní a auditoři mohou poskytovat klientům své služby i během nouzového stavu**.
- na podporu podnikatelů a k eliminaci dopadů epidemie koronaviru na zaměstnavatele a OSVČ zřídilo Ministerstvo průmyslu a obchodu ve spolupráce s Českomoravskou záruční a rozvojovou bankou **úvěrový program COVID**;
 - [podmínky programu](#) zveřejnila Českomoravská záruční a rozvojová banka;
- vzhledem k velkému zájmu podnikatelů o program COVID vypsalo Ministerstvo průmyslu a obchodu podpůrný **úvěrový program COVID2**, který žadatelům umožní čerpat státem zaručený a dotovaný úvěr i od komerčních bank za obdobných podmínek jako v případě programu COVID;
- Ministerstvo zahraničních věcí vyhlásilo [nouzový balíček naléhavé pomoci pro české vývozce na zahraničních trzích](#);
- byl schválen **cílený program podpory zaměstnanosti**, který bude kompenzovat mzdové náklady či jejich části formou náhrad mezd nebo platů náležejících zaměstnancům za dobu překážek v práci vyvolaných karanténou či mimořádnými opatřeními souvisejícími se šířením nemoci COVID-19;
 - z programu lze hradit příspěvek na náhradu ustatelných nákladů zaměstnavatelů vzniklých **po 1. březnu 2020**,
 - zaměstnanci, kterým byla nařízena karanténa, budou po celou dobu její platnosti **pobírat 60 procent mzdy a stát zaměstnavatelům uhradí mzdové náklady v plné výši**;
 - zaměstnanci, kterým vznikla překážka v práci na straně zaměstnavatele z důvodu nařízeného uzavření či omezení provozu v důsledku vládou nařízených krizových opatření, budou pobírat **100 procent mzdy a stát zaměstnavatelům uhradí 80 procent mzdových nákladů**;
 - zaměstnanci, kterým vznikla překážka v práci na straně zaměstnavatele z důvodu nařízení karantény či péče o dítě u významné části zaměstnanců (30 procent), budou pobírat **100 procent platu a stát zaměstnavatelům uhradí 80 procent z vyplacené mzdy**
 - zaměstnanci, kterým vznikla překážka v práci na straně zaměstnavatele z důvodu omezení dostupnosti vstupů nezbytných k činnosti firmy, budou pobírat **80 procent mzdy a stát zaměstnavatelům uhradí 50 procent z vyplacené mzdy**
 - zaměstnanci, kterým vznikla překážka v práci na straně zaměstnavatele z důvodu omezení poptávky po službách, výrobcích a jiných produktech firmy, budou pobírat **60 procent mzdy a stát zaměstnavatelům uhradí 50 procent z vyplacené mzdy**
- na podporu bezkontaktního styku s úřady a institucemi je s účinností ode dne 24. března 2020 od 00:00 hod. po dobu trvání nouzového stavu zavedeno **bezplatné využívání datových schránek**
- opatření pro pandemií postižené **zemědělce, potravináře a lesníky**:
 - bude povoleno odložení splátek u komerčních úvěrů poskytnutých Podpůrným a garančním rolnickým a lesnickým fondem
 - bude jim poskytnuta garantovaná podpora i na provozní financování
 - budou navýšeny národní zdroje v Programu rozvoje venkova
 - na zmírňování dopadů budou maximálně využity finanční prostředky z evropských zdrojů
- pro podniky nad 250 zaměstnanců bude připraven **program záruk Exportní a garanční pojišťovny**, a to až do úhrnné výše (včetně stávajících produktů) pojistné kapacity 330 miliard korun

Opatření v oblasti zajišťování bezpečnosti

- s účinností ode dne 18. března 2020 od 00:00 hodin po dobu trvání nouzového stavu se **zakazuje příslušníkům bezpečnostních sborů vykonávat jinou výdělečnou činnost**, kterou vykonávají podle zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů.

Opatření v oblasti vězeňské služby

- s účinností od 14. března 2020 od 00.00 hodin jsou po dobu vyhlášení nouzového stavu **zakázány návštěvy obviněných ve vazební věznici, odsouzených ve výkonu trestu ve věznicích a chovanců v ústavech pro výkon zabezpečovací detence.**

[Ministerstvo spravedlnosti zavedlo řadu další řadu opatření týkajících se rezortu justice.](#)

Zařazení koronaviru na seznam nakažlivých nemocí

- vláda schválila novelu nařízení vlády, kterým se pro účely trestního zákoníku stanoví, co se považuje za nakažlivé lidské nemoci, nakažlivé nemoci zvířat, nakažlivé nemoci rostlin a škůdce užitkových rostlin s tím, že **na seznam nakažlivých lidských nemocí byl nově doplněn koronavirus SARS-CoV-2;**
- to znamená, že úmyslné šíření nového koronaviru **bude nově trestným činem.**

Dne 12.3.2020

Dobrá rada nad zlato:

Když nechceš kýchnout – zkus se nosem nadechnout !

KORONAVIROVÉ VERŠE

Opatření proti viru

Opatření proti viru,
občas na ně není čas,
někdo dělá si z nich psinu,
jiný zvedá pro ně hlas

Malý Churchill

Kdybych byl jak Churchill
a v garanci měl Čechy,
sotva bych vir zmerčil,
byl bych rudý vzteky

Uzavřel bych hranice,
a chránil tak občany,
nutno přece bránit se -
to je projev odvahy !

Korvirové prázdniny

Zavřeme školy
a bude klid,
koho to bolí?
Kdo chce dál jít ?

Odhaduji směle -
štve to učitele

Virus

Není radno chytit virus -
nemá plus, má jenom mínus

Ulice bez lidí

Ulice bez lidí -
zdá se to přísné,
cizí nám závidí
že korvir kysne

Karanténa

Žiji si teď v karanténě,
no, a co mi chybí ?
Starostí mám o dost méně,
v bytě rádí tývý

Štěstí a smůla

Nemůžeš mí stále štěstí,
přijde také smůla,
osud dá ti ránu pěstí,
pes na nohu čůrá

Na zlepšení imunity

Jednou týdně v klidu spím,
až dokud se nevzbudím

Pro lahváče denně běžím,
dodržuji pitný režim

Pokud je venku hezky,
tak proč bych nešel ven,
až budou létat blesky,
tak bude konec her

Bud'me kámoši

Bud'me všichni kámoši,
podporujme druhé,
klid budem mít na duši,
líp vše potom půjde !

Václav Klaus ml.

Pár slov k dnešní situaci. (15.3.2020)

Někoho kritizovat či vystresovat umí každý. Uklidnit, podpořit či zlepšit náladu ostatním je obtížnější.

V dnešní dny mi velmi chybí nějaké státnické vystoupení (třeba prezidenta) k situaci – slova uklidnění, povzbuzení, naděje a síly.

Zkusím to tedy sám.

Vždycky pomáhá obrátit se k moudrostem našich prarodičům, jejich paměti, k tradicím a hodnotám, které přetrvají. Mnohé generace před námi čelily větším katastrofám, přiváděly děti do daleko nebezpečnějšího, stokrát chudšího světa. Dnes máme třeba 15. března. Před osmdesáti jedna lety – jsme tu měli příjezd Němců, jejichž vrcholní představitelé se netajili s plány na zničení Čechů v tomto prostoru. 300 tisíc našich spoluobčanů okamžitě ztratili střechu nad hlavou a jakoukoli existenci (vyhnání Čechů ze Sudet) a spali po tělocvičnách a po příbuzných. Stovky českých firem bylo zabaveno či potichu zkrachovalo. Můj dědeček Václav Klaus (dělal účetního v české stavební firmě na Zakarpatské Ukrajině, která stavěla školy a železnice a tak), byl na hodinu propuštěn – dostal výborné hodnocení (schovávám ho), ale „důvodem propuštění je, že po anexi území maďarskou armádou, je další činnost firmy nemožná“. Popravy, vypalování vesnic. Na statisíce našich spoluobčanů, se chystaly plynové komory ...

Ale máme také Libušino proroctví: „Můj drahý národ český neskoná, on pekla hrůzy slavně překoná!“ Toto proroctví platí po staletí. Bude platit i nadále. Hlavu vzhůru!!!

Navykli jsme si žít v blahobytu a bezpečí a mysleli si, že to tak bude napořád – že smyslem života je mít modernější aplikaci v telefonu, zábava a cestování. Není tomu tak.

Jsmeme ve válce. Sice s neviditelným nepřítelem, ale je jasné že útočí na naše zdraví, životy i majetek. Chovejme se podle toho. Buďme semknutí, zodpovědní, odvážní – nenechme se. Každý dejme podle svých možností s pokorou do služby naší zemi, našemu okolí a našim rodinám své schopnosti, znalosti, sílu, ale také svou trpělivost, humor a nadhled.

Jak napsala přesně ekonomka Hana Lipovská:

„Ne každý má dar podílet se na vývoji léku, ne každý dokáže sloužit u nemocných, ne každý se může dopouštět heroických činů, ale každý může v této chvíli "něco dělat". Třeba jen tím, že bude bránit nejen šíření koronaviru, ale také šíření napětí, naštvanosti, podrážděnosti, Čeká nás pár týdnů, kdy vše, na čem jsme si zvykli "mít nárok", zkrátka není a nebude. Najednou máme prázdné díře, najednou neplatí žádné "mám přece právo na". Zbývá právo na život. Vím, že mnozí přijdou či právě přicházejí o velké obchody, o velké příležitosti, leckomu právě praská pod botou příčka kariérního žebříčku, ale život člověka je nad krátkodobým prospěchem.“

A vidíme i pozitiva. Je jí vitalita a lidská soudržnost. Třeba když majitel nemovitosti sníží nebo odpustí podnikateli nájem, protože je mu jasné, že ze zavřeného krámu asi těžko něco vydělá. Když dobrovolníci jdou nakoupit starým lidem, aby nemuseli chodit ven. ...

Každý má jít příkladem – hned jak po epidemii zasedne parlament, navrhnou, ať poslanci rok nedostávají žádnou mzdu a jde to na sanaci škod. Jsou to většinou dobře situovaní lidé – normální občané musí cítit solidaritu. Senát a kraje se mohou zrušit bez náhrady z podobných důvodů.

Dokud byl luxus – mohli jsme dělat (já to tedy stejně nikdy nechtěl) genderové audity a GDPR a sebevražednou likvidaci energetiky a průmyslu v zelené režii. V době, která přijde – pro to snad nebude místo a ocení se reálná práce, hodnoty a zdravý rozum.

Vidíme i pozitiva. Evropská unie je v kómatu. Žvatlání a výzvy bruselských eurokratů už nikdo nebere vážně. Každý vidí, že tváří v tvář hrozbě nedělali nic. Že veškerá zodpovědnost leží na národních vládách, které se chovají zcela „národně“ – Češi chrání Čechy, Poláci Poláky ...

EU je v kómatu – nedovolme nějaké zombie zmrtvýchvstání.

Vidíme i pozitiva, zmiňoval jsem rok 1939. Po válce se narodilo obrovské množství dětí. Doufám, že současné uzavření rodin doma – přinese i koncem tohoto roku spoustu dětí. A v dalším roce také, že lidé budou mít změněné hodnoty. Že vitalita lidstva i nás Čechů je nezničitelná.

Ted' jsme ve válce, bude hodně bolesti, smutku i beznaděje. Uvidíme lidské hyeny a šmelináře a spoustu zla. Řada lidí ztrácí svou ekonomickou existenci. Nebude to v historii našich zemí poprvé a ani naposledy.

Ale život půjde dál a my to zvládneme.

Opatrujte se

Je to nevidaná zkouška, odpusťte chyby a komplikace v životě, řekl Babiš národu

23. března 2020 14:02, aktualizováno 20:34

Premiér Andrej Babiš poděkoval lidem, že chápou a respektují nutnost mimořádných opatření vlády, která se snaží zabránit rozšíření infekce koronaviru. „Odvaha nás provázela v těžkých dobách a posilovala naše národní sebevědomí. Našeho ducha. Odvaha, ohleduplnost a vzájemná pomoc, to je to, co vidím dnes,“ řekl v televizním projevu Babiš.

J

Za dobu své existence neprošla podle něj Česká republika podobnou zkouškou. „Uvědomuji si, že lidem komplikujeme život,“ řekl Babiš.

„Prosím vás, odpusťte dílčí chyby nebo problémy. Je jich spousta. Aby ne. Je to krizová situace, na kterou nebyla připravena jediná země v Evropě. Věřte, že mi teď nejvíc ze všeho záleží na životech a zdraví našich občanů a na budoucnosti naší země,“ uvedl předseda vlády ve vystoupení, které odvysílaly současně Česká televize, Nova i Prima.

Celá vláda pracuje podle něj nonstop a snažím se co nejlépe informovat občany. „A nepochybuji, že to zvládneme. Zvládneme to, když se všichni spojíme a pomůžeme si,“ řekl premiér.

Podivil se velmi počínání těch, kteří se svým chováním vysmívají opatřením, které mají ochránit zdraví i životy lidí. „Frajírci, co mají být v karanténě a klidně si dají společně pivo u dveří hospod, to fakt nejsou žádní hrdinové. Spíš zbabělci, kteří si neumí nic odříct. Ani na pár dnů. I když dobře vědí, že touhle svojí frajeřinou můžou nakazit své děti, ženu nebo staré rodiče nebo prarodiče, které koronavirus ohrožuje nejvíc. Vůbec nechápu, jak si takovou nezodpovědnost nejen ke své rodině, ale i zbytku všech našich občanů můžou dovolit,“ uvedl Babiš.

Omluvil se za nedostatek ochranných pomůcek - respirátorů a roušek. „Jak víte, tak se nám bohužel zpozdíly dodávky roušek a respirátorů. Je to celosvětově nedostatkové zboží a Čína pokrývá drtivou většinu celosvětové produkce ochranných prostředků. Roušky ani respirátory nejsou na celosvětovém trhu dostupné už od přelomu ledna a února tohoto roku. Prostě, nejsou,“ řekl premiér. Poděkoval ministroví vnitra a předsedovi ČSSD i prezidentu Miloši Zemanovi, že je dokázali sehnat v Číně.

Poděkoval také ženám za to, že šíjí roušky. „Chci upozornit, že látková rouška je mnohem lepší než jednorázová. Doporučuju nosit vždy látkovou a pečlivě se o ni starat,“ řekl Babiš.

Při poděkováních nevynechal ani ty odpůrce současné vlády, kteří alespoň dočasně zakopali válečnou sekýru.

„Děkuju vám všem, kdo jste se rozhodli, i když mě nebo naši vládu zrovna nemusíte, že si necháte politický boj na potom. Děkuji i našim umělcům, kteří nemohou pracovat a snaží se pomáhat, ať už koncertem přes Facebook, nebo šitím roušek. Jakkoliv,“ řekl Babiš.

Zdroj: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/babis-koronavirus-projev-ct-nova-prima.A200323_133201_domaci_kop

POLITIKA: Senát zasedal



[Lukáš Jelínek](#)

Význam ústavních institucí neochabuje ani ve chvílích krize

Do našich životů se vrací politika. Ve středu se sešel Senát a vedle běžného projednávání zákonů se věnoval také koronavirové krizi. Ve svém usnesení ocenil obětavou práci zdravotníků a záchranářů, ale i solidaritu mezi občany, což takto kolektivně a oficiálně zaznělo skoro poprvé.

Je správné, když politici pouze nenařizují, ale také chválí. Vládu však senátoři nepochválili. Podle nich nevyužila všechny prostředky ke zvládnutí situace, podcenila komunikaci a tím podryla důvěru v instituce státu a jejich schopnost obstát v náročných situacích.

Schytal to i předseda vlády, jemuž Senát vyčetl, že v rozporu se zákonem oddaloval nasazení standardních mechanismů krizového řízení. Od jednotlivých senátorů zazněla i hodně ostrá slova, například když lidovec Petr Šilar označil Andreje Babiše za psychopata, jehož sebestřednost potlačuje fakta podobně, jako to činila ideologie komunistické nadvlády před rokem 1989.

Tento výrok už hraničí se zbytečnou exhibicí. Ovšem jinak je naprosto logické, když je i v krizových podmínkách vláda podrobována legitimní kritice. Není tomu tak, že když udeří pohroma, ať už v podobě živlu nebo nemoci, získává kabinet imunitu a může si dovolit vedle správných kroků i sekat chyby, nad nimiž by ostatní měli mlčet.

Marná sláva, premiérova komunikace je nepřesná a chaotická, s rouškami a respirátory vláda zaspala a ani otálení se zřízením krizového štábu, do jehož čela byl nakonec pro jistotu postaven úředník bez politického mandátu a hlavně bez bezpečnostní prověrky, si osazenstvo Strakovky za rámeček nedá. Jeho velkým štěstím je, že voliči budou vše u voleb hodnotit až s odstupem a na základě toho, jestli vláda pomohla epidemii zkrotit, nebo prodloužit.

Ještě důležitější než zpětná vazba je ale samotný fakt, že funguje ústavní systém a jeho instituce. Vláda jedná prakticky denně. Sněmovna sice nedávno svoji schůzi v obavě z koronaviru předčasně ukončila, ale v dubnu se sejít bude muset, zvláště kdyby vláda žádala prodloužení nouzového stavu, který sama může bez parlamentu vyhlásit jen na 30 dnů.

Senát se zase aspoň v redukované sestavě sešel především proto, aby se stihl do 30 dnů vyjádřit k zákonům schváleným sněmovnou, zejména k těm, ke kterým měl výhrady.

Máme sice dnes větší starosti, ale nesmíme zapomínat, že jsme zastupitelskou demokracií. Mimořádný stav může některé jedince ponouknout k myšlence, že autokratické, ba monokratické řízení je jednodušší a efektivnější na celostátní i lokální úrovni. Redukuje diskusi a vede k rychlým, konkrétním krokům.

Ty ale mohou být stejně tak správné a užitečné jako chybné a škodlivé. Záleží na tom, kdo a s jakými úmysly je činí. Netřeba dodávat, že zájem diktátorů a zájem demokratů je i v takové situaci odlišný.

Už proto by měl Andrej Babiš coby demokratický politik přijmout kritiku a nestěžovat si na opozici, že mu v těžkých chvílích hází klacky pod nohy. Pohled do zrcadla neuškodí nikomu a každý dobrý nápad se hodí. Podstatné je, aby cílem obou táborů bylo pomoci lidem, ne jen laciné předvádění se. Kdy jindy, než když jde o zdraví a životy, se nejvýrazněji formuje vztah občanů ke státu a jeho reprezentantům?

Autor působí na Masarykově demokratické akademii

Vysíláno na ČRo Plus, publikováno na www.rozhlas.cz/plus

Příjemný život.

Příjemno je stav, kdy má člověk příjemné pocity. Pro něj někteří lidé žijí a někteří umírají. Pro příjemno, bez negativních účinků, stojí za to žít (třeba na vozičku). Ale naopak příjemno s negativními účinky na zdraví může vést až k předčasné smrti.

Již staří Řekové (Aristippos) v první polovině 4. století před naším letopočtem začali holdovat hédonismu. Jedná se o filozofický směr, který spatřuje cíl života a nejvyšší štěstí v duševních a tělesných slastech a požitcích, kterých jednotlivec rozumně užívá, aniž však touží po bohatství, slávě a moci.

Bohatství, sláva a moc sice také vedou k příjemným pocitům, ale zároveň při jejich dosažení vzniká velké nebezpečí onemocnění "nemocí z moci". Ta se projevuje pýchou, arogantním chováním, snahou o diktaturu, ztrátou soudnosti a podobně. Bohatství, sláva a moc s sebou přinášejí též strach o jejich udržení. Potíž je v tom, že málokdo, kdo poznal jejich pozlátka, je dokáže opustit. Proto také zřejmě sokolové dospěli ke svému heslu "Ni zisk, ni slávu".

Jak tedy příjemně žít?

Celá "stavba" je postavena na třech pilířích: 1) snaha 2) ohleduplnost k okolí 3) ohleduplnost k sobě.

ad 1. Kdo i jen krátce podnikal, jistě pochopil, že chci-li něco získat, musím něco obětovat (peníze, čas, námahu....). Pokud mám totiž zájem žít příjemněji, musím pro to něco udělat. To něco sice snižuje hodnotu příjemna, ale je-li i pak celkový výsledek kladný, stojí za to to zkusit.

ad 2. Naše příjemné prožitky by neměly vznikat na úkor spoluobčanů, našich potomků a ani na úkor přírody.

ad 3. Příjemno by nemělo být v rozporu s našimi životními hodnotami.

Příklady životních hodnot: (nikoliv podle důležitosti)

dobré mezilidské vztahy, sociální jistoty, osobní bezpečnost, zdraví a zachování života, dobré životní prostředí, mír, demokracie, čisté svědomí, dostatek přátel, peníze, zajímavé povolání, obecně prospěšné zaměstnání, dostatek volného času, vlastní byt, zařízení bytu, možnost kulturního vyžití, hezké oblečení, láska, děti, rodina, sex, rekreace, nerušené soukromí, záliby, mít užitečné přátele, vzrušující život, významné postavení ve společnosti, pomáhat těm, kteří

pomoc ocení, jídlo a pití, zajištěný slušný život svých dětí, klidný spánek, naděje na posmrtný život,

Příklady příjemných prožitků: (nikoliv podle důležitosti)

Zrakové:

východ a západ slunce, moře a poletující rackové, botanická zahrada, oči milovaného partnera, roubená chalupa s muškáty v oknech, útulný byt, paprsky slunce mezi stromy, příroda obecně, zahradní skalky, květiny, hezké ženy, ikebana, ledové obrazy na okně, hory, pohled z vrcholu hory, práce šikovných lidí, manekýnky, pasoucí se koně, srnčí a jelení zvěř, jez, voda v potocích a řekách, tanec, gymnastika, krasobruslení, akvabely, skoky na trampolině, striptýz, módní přehlídky, promítání diapozitivů a filmů z přírody, hrady a zámky, smějící se lidé, hrající si děti, táborák, velké parky, národní parky, akvarijské rybičky, ohňostroj, výstavy (obrazy, fotografie, sochy, plastiky, keramika...),

hezká a zajímavá místa.....

Sluchové:

zpěv ptáků, příjemný hlas člověka, libozvučná řeč (anglicky hovořící muž, francouzsky hovořící žena...), něžná hudba a zpěv, izotérická indická hudba, bublající potůček v lese, déšť, vodopád, moře, jezero, splav, praskot hořícího dřeva, ticho, hudba starých mistrů, vlastní (byť neumělecký) zpěv, hra na hudební nástroj, šum větru, šum lesa, vichřice a liják (je-li ovšem člověk v suchu a teple), kočičí vrnění, padající malé kousky ledu se stromů při oblevě, dětský zpěv, zvony a zvonky, dusot koní,

hudba = písničky ze Semaforu, Beatles, swing, jazz, country, lidové písně, Jožka Černý, Šuláková, písničky od Ježka, Carmen, Nabuco (sbor otroků), Madam Butterfly, arie z operet, Jitka Vrbová,

Čichové:

květiny obecně, seno, čerstvě upečený chléb, mletá káva, voňavky, kadidlo v kostele, fialky, konvalinky, jasmín, růže, šeřík, rozmačkané jahody, jahody zahradní, mořský vzduch, příroda v létě po dešti, čerstvě posekaná tráva, čerstvě nařezané piliny, ambra, květiny na louce, vyprané prádlo, kvetoucí stromy (lípy), čerstvé pečivo, vánoční cukroví, mýdlo (jablkové), ozón po bouřce, vonné tyčinky, víno ve skleničce, nedělní oběd, purpura, kominíček, tabák amfora,

Chut'ové:

čokoláda, bonbony, topinky, zákusky, pečené maso, smažené žampiony a květák, chlebičky, kivi, kaviár, koňak, hroznové víno, cola, fanta sprite, čaj, juice, jablka, jahody borůvky, víno, hemenex, zmrzlinový pohár, šlehačka, pečený pstruh, smažené brambůrky, šunka, šampaňské, ořechová jádra, čerstvý chléb, ovocné a zeleninové šťávy, ovocné a zeleninové saláty, pizza, mléčné polévky, kyselo,

Hmatové:

samet, plyš, kočka, pes, kůň, hedvábí, hladké a zaoblené dřevo, hladký kámen (oblázek), hladké a zaoblené sklo, tělo muže-ženy, kožešina, zrní v dlani, kůže, teplý hrnek s nápojem v dlaních v zimě, bosé nohy v písku nebo v trávě, nohy v teplé vodě,

příjemný vánek, vznášení se ve vodě, koupání v přírodě, koupel ve vaně, sprchování (v zimě teplou a v létě studenou vodou), slunění, masáž, pohlazení od milovaného člověka,

Ostatní:

snění, nirvána, smích, radost z dobrého skutku, uspokojení z obecně prospěšné činnosti, radost z radosti druhých (blízkých), divadlo, kino, balet, radost z tvořivé činnosti, radost ze života, alotropní dýchání, plavání v kruhu, hovory při svíčke, uspokojení po ukončení nepříjemného pocitu (napití na žízeň, najedení na hlad, odpočinek po únavě), tanec, radost z pohybu, radost z vítězství, cvičení jógy, úspěch v práci, poezie,

Do nabídky příjemností není úmyslně zařazen sex, neboť se jedná o samostatnou a odlišnou část našeho života. Jestliže si partneri celkově rozumí, pak je sex příjemný téměř vždy.

Nabídka příjemností umožňuje vybrat si dle svých finančních možností. Méně nákladný prožitek může být příjemnější než ten dražší. Například může být příjemnější jízda na vypůjčené kánoí než plavba na vlastní jachtě. Je krásné umět se radovat z maličkostí (i zdánlivých).

Zkusme si zaznamenat, kolik času prožijeme denně příjemně. Ten, kdo dosáhne více jak hodiny, může se považovat za spokojeného člověka. Právě hodina příjemna denně by měla být naším cílem. Ale dosáhnout toho není vůbec jednoduché! Mimo výše uvedených pilířů je vhodné též nenechat si den kazit malými neúspěchy a nepříjemnostmi, na které v první chvíli většinou reagujeme jako na velké. Když nejde o život a o čest.....

Přeji příjemnější život.

Neděľme dneska lidi podle stran -
podle sebe ať každý činí sám

I když jsme každý jiný -
všichni své spojme síly !

Vydal: Zdeněk Joukl – EKOL Desná, Poštovní 621

Desná 2020 © Zdeněk Joukl 2020