

KRAKOV.

**TĚŠÍME SE
NA VÁS
VE ZDRAVÍ
ZASE BRZY!**

**VAŠE CENTRUM
KRAKOV**

Asi nikdo nečekal, že zažijeme podobnou situaci a že se během několika hodin obrátí život některých z nás tak trochu naruby. V dubnovém čísle magazínu Centra Krakov najdete důležité informace ohledně otevírací doby centra a jednotlivých prodejen - tyto informace pro vás aktualizujeme především na webu centra. Dočtete se také, jak mluvit o současné situaci s dětmi a další užitečné rady.

**JSME V TOM
SPOLU**



Adam Petr
Ředitel obchodního centra

Vážení zákazníci a návštěvníci Centra Krakov,

když jsem před měsícem psal své úvodní slovo, nevěřil jsem, že opatření, která vláda zavedla, budou dnes již za námi, ale jak se zdá snad se začíná blýskat na lepší časy. Podle vyjádření vládních představitelů by mohlo průběžné uvolňování začít již po Velikonocích, které letos strávíme jinak, než jsme zvyklí. Je však potřeba vytrvat. Sebrat poslední síly, které Vám možná zbývají a žít budoucností! Budoucností, která možná pro řadu lidí nebude z nejrůznovějších, ale budoucností, která bude lepší než to, co zažíváme nyní. Čekají nás těžké časy. Část toho, co se děje teď v nás již neodmyslitelně zůstane na věky. Změníme své chování a já si jen troufám přát, aby to bylo k lepšímu, abychom se lépe starali o svoje blízké, abychom nebyli lhostejní ke svému okolí. Aby ta změna nevedla k tomu, že budeme žít ve strachu nebo nedej bože v nenávisti.

My totiž tu soudržnost, která český národ zdobí, budeme ještě potřebovat. S největší pravděpodobností nás čeká období, které některé společnosti nepřežijí, jiné budou „jen“ propouštět nebo snižovat mzdy. A nezbývá, než nám držet pěsti, aby se tyto negativní dopady projevily v ekonomice, co nejmeně. Nakonec je třeba si uvědomit, že my sami budeme do jisté míry rozhodovat o tom, jak velká krize bude. A to právě podle toho, jak moc své budoucí chování (jako spotřebitele) změníme, jak moc se budeme bát.

Ale zpátky do současnosti. Byť nejsem věřící, tak se nyní modlím, modlím se za naše rodiče a prarodiče, za ty, kterým vděčíme za to, že tu můžeme dnes být. Modlím se, aby byli zdraví a hlavně silní, aby příště, až je budeme chtít navštívit, to bylo i s objetím, bez toho, abychom na sebe museli mávat přes sklo. Modlete se se mnou, nebo si na ně alespoň vzpomeňte, a potěšte je svým telefonátem. Rádi Vás uslyší!

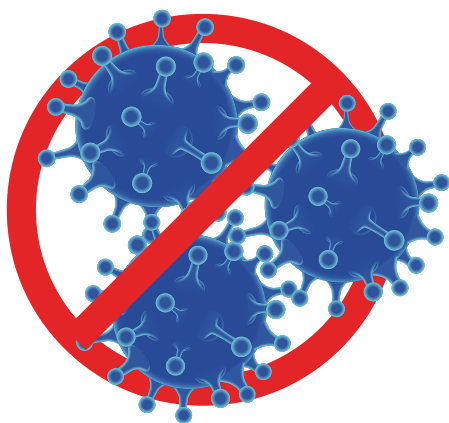
JAK MLUVIT O SOUČASNÉ SITUACI S DĚTMI

**KORONAVIRUS, KARANTÉNA,
UZAVŘENÍ HRANIC ...**



1) BÝT UPŘÍMNÍ

Snažte se s dětmi mluvit otevřeně. Je dobré přiznat, že nevíme, jak se současná situace bude vyvíjet a že jsme z toho všichni trochu nesví. Můžete se ale domluvit, že budete své děti informovat o nejdůležitějších změnách. Pozor: To však neznamená, že je žádoucí a vhodné dítěti sdělovat veškeré informace, např. informace o aktuálním počtu nakažených lidí či o počtu úmrtí.



2) VYSVĚTLIT PŘÍČINU ROZRUCHU

Citlivě vysvětlíte, co je to koronavirus a proč děti musí zůstat doma. Volte slova, kterým děti rozumí. Nezahlcujte děti podrobnostmi, ale ani jim nic nezatajujte.

„Co je to koronavirus? Je to taková nová nemoc, u které má člověk obvykle horečku, kašel a hůř se mu dýchá. I když ale nemá kašel ani horečku, pořád může tu nemoc přenášet. Musíme ostatní chránit, i když vypadáme zdraví, protože starým a nemocným by koronavirus mohl ublížit.“

„Školy musí být zavřené a musíme být doma kvůli tomu, abychom si mezi sebou nepřenášeli tu novou nemoc.“

„Nevíme, jak dlouho budou zavřené školy, ale pomůže nám to zastavit šíření této nemoci. Pořád se hledá nový lék, který by tu nemoc léčil. Ale všichni lékaři se moc snaží, aby to bylo co nejdřív.“



3) VYSVĚTLIT, JAK CHRÁNIT SEBE A OSTATNÍ

Vysvětlíte dětem, proč se rouška má nosit. Ukažte dětem, jak s ní manipulovat a jak si správně umývat ruce. Vysvětlíte jim, proč je tak důležité zůstat doma a nechodit například na hřiště.

„Já vím, že je nepříjemné být pořád doma a nechodit na hřiště, ale ta nová nemoc se šíří hodně rychle a doktoři se ji snaží zastavit. Pokud teď budeme všichni doma, budeme si správně umývat ruce a nosit zakrytou pusku a nos, tak budeme moc snadno brzy dělat vše jako dřív. To chvilku přece vydržíme, co myslíš?“



4) TRPĚLIVĚ ODPOVÍDAT NA OTÁZKY

Podporujte děti v tom, aby se ptaly, a odpovídejte jim tak, abyste je příliš nezakládali. Vyjádřete pochopení pro jejich případnou frustraci.

„Já chápu, že tě štve nechodit za kamarády, já už se taky těším, až budeme

moc zase dělat, co nás baví. Tím, že budeme doma, ostatním lidem ale moc pomůžeme.“

Rozumím, že jsi z toho smutný/á a trápí tě to. Ale ještě to doma vydržíme, můžeme si zahrát nějakou hru spolu/podívat se spolu na pohádku, co máš rád/a. Nebo se můžeme s tvými kamarády vidět přes internet, co ty na to?“



5) NEZAPOMEŇTE MYSLET I NA SEBE

Relaxujte, udržujte telefonický kontakt s kamarády a příbuznými. Dopřejte si čas i sami na sebe – dejte si horkou koupel, šálek kávy nebo čaje, přečtěte si dobrou knihu nebo jednoduše dělejte cokoli, co Vám pomůže.

INFORMAČNÍ LINKA V SOUVISLOSTI S KORONAVIREM: 1212

Tento leták vznikl v rámci výuky na Katedře psychologie FSS MU pod vedením Mgr. Zuzany Masopustové, Ph.D. a je určen k volnému šíření. Autoři: Mgr. Bc. Lukáš Michele, Bc. Andrea Sandanusová, Bc. Pavla Sedláčková

OBEČNÁ DOPORUČENÍ NA ZÁVĚR

- ujistěte dítě, že jeho pocity jsou v pořádku, že rozumíte, že má pořád strach
- mluve s dítětem o jeho strachu, aby nemělo pocit, že je v tom samo nebo že je divné
- poskytněte dítěti přesné informace o jeho strachu (často může být iracionální a založený na dezinterpretaci nebo dezinformaci)
- podpořte snahu dítěte pracovat se svým strachem
- oceňte i ten nejmenší důkaz odvahy

DOPŘEJTE VOZU PÉČI V MYČCE DRIVE WASH

Umytý auto není jenom estetická záležitost, je to i ochrana pro váš vůz. Především po zimě je vhodné dopřát vozu kompletní očistu. V Centru Krakov můžete svému vozu dopřát komplexní péči v automyčce Drive Wash, kterou najdete přímo v podzemním parkovišti.

Minimálně jednou ročně by do myčky měl zamířit každý majitel vozu. Důvo-



dy nejsou ale pouze estetické, usazená mastná špína totiž karoserii vozu škodí – přispívá ke vzniku koroze a ztrátě lesku laku. Důkladným umytím auta tak prospějete nejenom jeho vzhledu, ale prodloužíte i životnost jeho karoserie.

Kvalitní umytí exteriéru i interiéru auta nezabere pár minut a určitě je lepší přenechat ho alespoň jednou za čas profesionálům. V ruční myčce Drive Wash vám nabídnou kompletní péči o karosérii a interiér aut. Ruční mytí má velké výhody v účinnosti a zároveň šetrnosti za využití moderní technologie a prostředků. Je nepoměrně pečlivější – ruce jednoduše dosáhnou i tam, kam se klasický kartáč nedostane. Problémem řady mycích boxů je to, že kartáče v běžných myčkách jsou nastaveny univerzálně a nepřizpůsobí se tak přesným tvarům auta, tlak kartáčů je nerovnoměrný a kartáče často způsobují malé trhlinky či odřeníny v laku, to u ručního mytí nehrozí. Péči potřebuje po zimě i motor auta, kde se zadržuje sůl. I o ten se v Drive Wash postarají.



CO VÁM V DRIVE WASH NABÍDNOU

- Ruční mytí karoserie
- Čištění a ošetření pneu
- Důkladné vyčištění oken
- Ošetření plastů interiéru
- Ošetření plastových dílů karoserie
- Luxování a suché čištění interiéru
- Tepování interiéru
- Mytí a ošetření litých kol, poklic
- Mytí motoru
- Ošetření chromových dílů karoserie
- Ošetření kožených sedadel
- Renovace laku karoserie
- Leštění a ošetření starých laků
- Dlouhodobá (čtyřměsíční) ochrana laku Long Life

UVAŘTE SI S DELMARTEM

V bistrech DELMART znají tajemství, jak burgerem potěšit vegetariány i masožravce. To tajemství se jmenuje Halloumi Burger. Vyzkoušejte originální recept.

Nákupní seznam (1 porce):

- 1x burger bulka z naší pekárny
- 100g tzatziki DELMART
- 100g sýra halloumi Kolios
- 40g na plátky nakrájené okurky
- Salát dle chuti

Příprava:

Halloumi sýr opečeme na grilovací pánvi z obou stran dozlatova. Bulky rozpůlíme, pokud preferujete, můžete zlehka opéct, potřeme tzatziki, vložíme na plátky nakrájenou okurku, sýr a salát. Servírovat můžete s opečenými bramborami odrůdy Grenaille. Všechny ingredience seženete v supermarketech DELMART, které jsou pro vás nadále otevřené.



V CENTRU KRAKOV SE MŮŽETE CÍTIT BEZPEČNĚ

Vážení zákazníci, víme, že poslední týdný nebyly jednoduché pro nikoho z vás. Proto se z Centra Krakov snažíme vytvořit místo, kde se můžete cítit bezpečně. Zavedli jsme řadu opatření, která pomohou zamezit šíření viru v prostředí, kde by se potenciálně mohli vyskytnout nakažené osoby. Odpovědi na otázky, které by vás s ohledem na nastalou situaci mohli zajímat, vám přinášíme v rozhovoru s ředitelem obchodního centra Adamem Petrem.

Jaká opatření jste museli kvůli vyhlášenému nouzovému stavu zavést?

Vládní opatření míří na nájemce, jím zakazuje, aby svou činnost provozovali. My jako obchodní centrum musíme toto pouze respektovat. Nicméně, jsme přijali řadu opatření, abychom zajistili našim zákazníkům, co největší míru bezpečí. Změnili jsme například způsob fungování vzduchotechniky, kde je nyní do objektu vháněn výhradně čerstvý venkovní vzduch, zatímco za normálního provozu dochází k jeho míšení s odsávaným vzduchem. Dále

j jsme odebrali veškeré sezení z prostor pasáže, aby se zde neshlukovali zákazníci a v neposlední řadě celé centrum pravidelně uklízíme prostředky s vysokou koncentrací dezinfekčních látek. Každý den se rovněž snažíme všechny návštěvníky poučit o pravidlech nakupování během virové epidemie a to jak prostřednictvím radiových spotů, tak plakátů na vchodech do centra. Každý den naše ostraha kontroluje používání ochranných pomůcek u zaměstnanců prodejen centra, kterým případně jednorázové roušky ze zásob obchodního centra rozdává. Chtěl bych zde poděkovat paní Lin, majitelce provozů Červený Korál a Running Sushi, která nám v prvních dnech po vyhlášení karantény zajistila několik desítek roušek, v době, kdy jediný způsob, jak roušku získat bylo si ji vyrobit.

Kolik obchodů muselo v polovině března zavřít?

V pátek 13. března musely své provozovny uzavřít všechny restaurace ve druhém patře, saunový svět Saunia a fitness centrum fit2b. Hned další den se k nim přidaly i všechny ostatní prodejny kromě potravin Delmart, Bily, lékárny, HappyZoo a České pošty. Naštěstí jsme nyní ve fázi, kdy vláda postupně uvolňuje restriktce týkající se uzavření maloobchodních prodejen.

Máme tak otevřenou například galanterii E.L., aby si zákazníci mohli nakoupit látkové roušky nebo látku pro šití. Dále máme otevřené domácí potřeby Orion, čistírnu 5ásec, myčku aut nebo prodejnu s čajem a kávou Oxalis. Bohužel v tom není žádný řád, spolu s nájemci se přizpůsobujeme situaci, jak přichází dle nařízení vlády, a tak doporučuji sledovat naše webové stránky, nebo facebook, kde se snažíme zákazníky o aktuálním stavu informovat.

Jak klesl počet návštěvníků obchodního centra?

Momentálně centrum navštěvuje o dvě třetiny méně zákazníků oproti standardnímu stavu.

Kdy bude podle vašeho odhadu centrum opět plně v chodu?

Netroufám si odhadovat, kdy se dostaneme do normálního režimu. Rád bych byl optimistický a řekl, že v průběhu května, ale obávám se, že to může trvat i déle. Měli jsme pro dětské i dospělé návštěvníky připravené zábavné akce, na které jsme se těšili, ale bohužel jsme museli všechny tyto aktivity do odvolání zrušit. Nyní pracujeme na přípravách letních akcí, které budou probíhat uvnitř centra, ale i venku v přilehlém parku a doufám, že si je poté všichni užijeme o to více.

SAUNIA: PRODLOUŽENÍ AKCE I POUKAZŮ

Z důvodu vyhlášení nouzového stavu jsou od 13. března saunové světy SAUNIA do odvolání uzavřeny. Členství SAUNIA a platnost akce „Vstup za 0 Kč“ budou automaticky prodlouženy o dobu trvání nouzového stavu. Platby za členství se během nouzového stavu nestrhnou. O své peníze tedy nepřijedete. Platnost dárkových voucherů bude také automaticky prodloužena o dobu trvání nouzového stavu. „Ačkoliv provozovny jsou uzavřeny, pracujeme dál. Stále je možné si zřídit věrnostní kartu a registrovat se do akce „Vstup za 0 Kč“ nebo si zřídit členství Saunia. Během uzavření poboček budeme naše provozovny důkladně připravovat na znovuotevření,“ uvádí tým SAUNIA. O aktuálním dění se můžete informovat na Facebooku, na webových stránkách a prostřednictvím newsletterů, ke kterému se můžete přihlásit na www.saunia.cz.

POSTUPNÉ OTEVÍRÁNÍ PRODEJEN

Jsmo velmi rádi, že se některá opatření vlády zmírňují a řada prodejen mohla zase otevřít. Momentálně tak můžete opět doplnit zásoby veselého jarního nádobí v domácích potřebách Orion nebo si po zimě nechat profesionálně vyčistit bundy, kabáty a lyžařské oděvy v čistírně 5ásec. Když si zde navíc založíte klubovou kartičku, čeká na vás spousta výhod v podobě velkých slev na služby čistírny. Pokud byste dostali chuť na kvalitní kávu nebo sypaný čaj, tak prodejna Oxalis už má také opět otevřeno. Některé provozovny mohou prozatím fungovat v omezeném provozu, proto sledujte naše webové stránky, kde najdete vždy aktuální informace.

KONTAKTY

Adresa: Lodžská 850/6, 181 00, Praha 8
Infolinka: +420 272 048 950 (9-17 hod.)
E-mail: info@centrumkrakov.cz

		
OBCHODY	BILLA	FITNESS
PO - SO 9:00-21:00 NE 9:00-21:00	PO - SO 7:00-22:00 NE 8:00-22:00	PO - PÁ 7:00-22:00 SO - NE 9:00-21:00
		
SAUNIA	POŠTA	AKTUÁLNÍ OTEVÍRACÍ DOBA PRODEJEN SE ŘÍDÍ NAŘÍZENÍM VLÁDY ČR
PO - PÁ 9:00-23:00 SO - NE 9:00-23:00	PO - PÁ 9:00-20:00 SO - NE 9:00-14:00	

KOBYLISY
7 minut od stanice metra

KRAKOV
102, 177, 202, 236, 905
MAZURSKÁ
144, 177, 202
NA PAZDERCE
102, 144, 505

