

LEGRACE NA PLACE - MAXIMÁLNĚ PRÁČS...

Neděle, 17. září 2023

Dnes se na politiku raději vykašleme! Ono se i tak stalo plno velených jmen. Tak například podle zpravodajského webu CNN má Airbus A350 Delta Air Lines v ranních hodinách 1. září vzletnout z Atlanty s 366 pasažéry na palubě směřem do Barcelony. Nad Virginii ale došlo k toaletnímu incidentu, který piloty donutil k návratu zpět. Co tak závažného se stalo?

Jeden z pasažérů byl totiž postižen tak extrémně průjmem, že se nestihl a oprávkem na toaletu znečistil celou uličku letadla. A to opravdu hodná... A se posádka zjevně snažila jak mohla, dezinfekci sprej s vanilky byl na tento problém ošivdně krátká.

Let byl nakonec zpožděn o osm hodin, ale cestujícím si z něj nejspíše odnesou vzpomínky, které jen tak lehce nevyvanou. Nakonec muselo být letadlo nejen vydrženo, a byl v něm položen i nový koberec. Po půl hodinách intenzivní práce letištních pracovníků (musela to být vskutku těžká práce) se pasažéři mohli bezpečně vrátit do letadla a vyrazit do Barcelony.

Nedávno publikovaná studie provedená na běžných naznačuje, že gastrointestinální (aludní) problémy bývají hem trankových běžných a závodů v životě souvisely s rovným stresem a úzkostí. V této konkrétní studii byli běžící sledováni po dobu 30 dnů. To je po zohlednění dalších známých pářů aludních problémů, jako je kofein, látky, sacharidy spotřebované bývají, a intenzita tranku. ACEM rychleji (nebo pářů-padně dále) běžící, těm vce krve je doasné odvídně odjinud (například z oblasti travení) do běžících svalů.

V této studii běžící, kteří souasné uvídněli vce úzkosti a stresu ve svém každodenním životě, měli větší pravděpodobnost plynatosti, aludních potůřů a nutných zastávek v boxech uprostřed běžící. Je to hrozné, ale musíme souasné ocenit jeho vytrvalost a touhu dobřhnout! Na toto tak nepřejmně těma, které se - myslím - těžší věch, tedy nejen běžící, jsem našla káňek od Dominika Landsmanna, jinak známého FOTÁKA:

6
tipů, jak postupovat, když se na ulici podělíte

Stít se to má. Jsme jen lidé. Neně - to nic přejmněho, když se poserete na ulici, ale i za této situace si má zachovat dekrum i důstojnost. Nikdo neně - neomylně. Jdete do másta s těm, že se vjm nechce, když tu nřhle se vjm chtě-t zaone. Ādně veřejně záchody poblě a ani přěhlř restaurace s přěhodnou toaletou neně - se nic dřlat, prostě to tam přilete. Co teě? Mřim pro vřs nřkolik tipů.

1. Nenechte na sobě nic znřit

Nejhorřě, co v ten moment mářete udřlat, je zaě-t hystericky přřvat na celě kolo: řřř jsem se posral.řřř

Buěte diskřně. Pokraějte v chřzi a dřlejte jako by nic. Dobřě je se usmřvat a vztyěit palec smřrem nahoru, abyste dali lidem v okolě - na odiv, řřě je vřřchno v přřřdku.

2. Zamezte řřniku z kalhot

V tangřch a sukni se vřm bude vřř vřřkon jen těžko krotit, aby to z vřřs nepadalo na chodně-k. V tom přřř-padě jste uřř přřřem odsouzena k veřejněmu zostuzě.

Pro vřřs ostatně - je tu poměrně velř řřance na zachovřně - důstojnosti. Volně nohavice si rukama nenřpadně přřřřřřř. Odborněci doporuěřř, pokud mřřte potřřř se posrat uprostř ulice, abyste pro tuto přřř-leřřřitost zvolili upnutě kalhoty. Napřřř-klad legřřny.

3. ZkroÅžte zÅ¡pach

Hovno smrdÃ¡. To se nedÃ¡j nic dÃ¡vat. V pÃ¡tmÃ¡-padÃ¡, Å¾e se podÃ¡lÃ¡jte na ulici, pomÃ¡Å¾e napÃ¡tmÃ¡-klad postiÅ¾enÃ¡© partie pÃ¡tmestÃ¡tmÃ¡-kat deodorantem. NemÃ¡jte-li deodorant, tak se pokuste zÅ¡pach maskovat jinak. TÃ¡tmeba hlasitÃ¡½m zpÃ¡vem.

4. HoÅžte to na nÃ¡koho jinÃ¡©ho

Ne tedy vÃ¡j; vÃ¡½tvor, ale tu situaci. DÃ¡tmÃ¡-ve Å¡i pozdÃ¡ji se to stejnÃ¡ provalÃ¡, tak si na ulici vyhlÃ¡dnÃ¡te nÃ¡koho obÃ¡znÃ¡-ho. Je dÃ¡leÅ¾itÃ¡©, aby dotyÃ¡nÃ¡½ byl opravdu dÃ¡leÅ¾itÃ¡½, protoÅ¾e u tÃ¡chto lidÃ¡- poÃ¡tmÃ¡j d pÃ¡tm evlÃ¡j dajÃ¡- ve spoleÃ¡nosti pÃ¡tm edsudky. ZÅ¡pach a trousÃ¡-cÃ¡- vÃ¡½kaly pÃ¡tm i chÃ¡zi na chodnÃ¡-ku budou okolÃ¡-m pÃ¡tm isouzeny prÃ¡jvÃ¡ dotyÃ¡nÃ¡© obÃ¡znÃ¡- osobÃ¡.

5. DostaÅžte se z ulic

Asi nejdÃ¡leÅ¾itÃ¡j; jÃ¡jÃ¡- rada. Jdete-li na nÃ¡jkup a cestou se poserete, na nÃ¡jkup se uÅ¾ vykaÅžlete. Ten si uÅ¾ nevychnÃ¡jte. UÅ¾ jste donakupovali. RadÃ¡ji vyhodnoÅžte Å¡nikovÃ¡© cestiÃ¡ky a dostaÅžte se z ulic nÃ¡kam do Å¡stranÃ¡-.

NÃ¡kam se zaÅžijte, zahoÅžte spodnÃ¡- prÃ¡j dlo, vyhodnoÅžte situace moÅ¾nÃ¡©ho prÃ¡seru (tedy skrz spodnÃ¡- prÃ¡j dlo aÅ¾ na kalhoty) a podle situace buÅž zahoÅžte i kalhoty anebo, pokud nejsou zasaÅ¾eny, si tyto nasaÅžte a pokračÃ¡jte jiÅ¾ takzvanÃ¡ naostro.

6. Zatloukat, zatloukat, zatloukat

Pokud by vÃ¡js nÃ¡j hodou i pÃ¡tm es vÃ¡jechna opatÃ¡tm enÃ¡- nÃ¡kdo na ulici odhalil, leÅ¾itÃ¡©nÃ¡ se k vÃ¡jm naklonil a poloÅžeptem vÃ¡jm oznÃ¡j mil: â€žNechci budit rozruch ani vÃ¡js vydÃ¡sit, ale myslÃ¡-m, Å¾e jste se prÃ¡jvÃ¡ posral,â€œ vy musÃ¡te zatloukat.

RovnÃ¡Å¾ se vyplatÃ¡- pÃ¡tm ejÃ¡-t do protiÃ¡toku: â€žJÃ¡ se neposral. To vy jste se posral.â€œ

OK, tak dosti tohoto nevonnÃ¡©ho tÃ¡©ma â€œ asi by bylo zbyteÃ¡nÃ¡© se vÃ¡js ptÃ¡jt,

zda mÃ¡jte nÃ¡jakÃ¡½ podobnÃ¡½ Å¾ivotnÃ¡- zÃ¡j; Å¾itekâ€¡

d@niela