

Partnerem rubriky poradny je Českomoravská stavební spořitelna, nejčastější poskytovatel úvěrů na bydlení v České republice.

porac

BYDLENÍ

**JAK ŘEŠIT PROBLÉMY
PŘI STAVBĚ,
REKONSTRUKCI
A ÚPRAVÁCH
INTERIÉRU**

PRAVO

**ZORIENTUJTE SE S NÁMI
V NUTNÝCH POVOLENÍCH,
DETAILECH SMLUV,
PRONÁJMU I KOUPI**

JAK VYBRAT ŽIDLI

Pracuji z domova a tápu v tom, jakou židli si koupit a jak ji správně nastavit. STANISLAV NOVOTNÝ, PRAHA



**ING. DALIBOR
JAKUBEC**
managing
director značky
LD seating

Dobrá židle, která je správně nastavena, může významně pomoci eliminovat potíže se zády či potížím předcházet a v současné době pro ty, kdo pracují v kanceláři dlouhé hodiny u pracovního stolu, by měla být standardem. Na druhou stranu, sebelepší židle nemůže nahradit aktivní přístup člověka ve volném čase a pohybové aktivity, které jsou nezbytné alespoň v základním rozsahu, a to zejména pro ty, kteří vykonávají dlouhodobě práci v kanceláři v sedící poloze u pracovního stolu.

Židle dostupné na trhu mohou být vybaveny různými mechanismy a funkcemi, ne každá židle umožní nastavení, které je možné na židli jiné. Na druhou stranu je také potřeba zmínit, že není nutné vždy investovat do židle vybavené maximem funkcí a domnívat se, že jen ta nejdražší splní beze zbytku požadavky na správnou ergonomii sezení. Co je naprosto nezbytné, je židli správně nastavit a správně používat, jinak uživatel nevyužije to, co i sebedražší židle umožňuje.

Jednoduché základy nastavení jsou tyto: Nastavit výšku sedáku přibližně tak, aby úhel mezi stehnem a lýtkem byl 90°. Pak nastavit výšku opěradla, popřípadě bederní opěrky, do polohy, kdy klenutí opěradla podpírá záda v jeho esovitěm prohnutí. Jestliže je židle vybavena synchronním mechanismem, je dobré používat pouze nastavení mechanismu v jeho dynamickém módu, tedy neblokovat mechanismus v žádné pevné poloze, ale nastavit pozici, kdy se opěradlo i sedák dynamicky pohybuje se změnou pozice uživatele a zejména jeho zad.

Je-li židle vybavena výškově nastavitelnými područkami, měla by se jejich horní plocha nastavit tak, aby dobře podpírala lokty, což je většinou maximální výška, která ještě umožní, aby se při přisunutí k pracovnímu stolu horní část područky mohla pohybovat pod stolovou deskou. Toto je většinou nezbytné, pokud uživatel sedí ve správné poloze vůči pracovnímu stolu a jeho záda jsou v kontaktu s opěradlem židle.

Podstatnou součástí přístupu ke správnému sezení je návyk nesedět v jedné pozici dlouhé hodiny, ale po určitém časovém úseku alespoň vstát a protáhnout se.



RODINNÝ DŮM JAKO DAR

Od otce jsem dostala darem rodinný dům. V katastru nemovitostí jsem zapsána jako majitelka. Zajímalo by mě, zda z něj budu muset vyplatit manžela v případě rozvodu, když jsem ho získala již jako vdaná. RENATA K., E-MAIL



**JUDR. PETR
WÜNSCH**
advokát
Vejmělka &
Wünsch

Předmětem společného jmění manželů, tj. zvláštního majetkového režimu, který může vzniknout jen mezi manželi, nemohou být věci, které získal některý z manželů darem.

Jestliže jste obdarovaným podle darovací smlouvy, kterou jste uzavřela se svým otcem, tak jak je zapsáno v katastru nemovitostí, výlučně vy, jste i výlučným vlastníkem domu, a to i přesto, že k darování došlo během trvání manželství. Darováním by se nestal dům předmětem společného jmění manželů ani tehdy, pokud by byl darován oběma manželům. V takovém případě by se vlastnické podíly manželů na domě řídily obecnými předpisy o úpravě spoluvlastnictví.

Dům by zůstal ve vašem výlučném vlastnictví i tehdy, když by byl z prostředků, které do společného jmění manželů spadají (např. příjmy z výdělečné činnosti jednoho nebo obou manželů), zhodnocen provedením rekonstrukcí či úprav. Předmětem vašeho výlučného vlastnictví by se v daném případě stala i dostavba domu, pokud by ji nebylo možno považovat za samostatnou nemovitost, ale součást věci. To znamená, pokud by ji bylo možno považovat za součást domu, kterou nelze od domu oddělit, aniž by se tím samotná nemovitost znehodnotila.

Předmětem společného jmění manželů by však byly výnosy, které by z domu případně plynuly, např. nájemné z pronájmu domu. Obdobně, jestliže by z takových prostředků byla pořízena jiná majetková hodnota, stala by se již předmětem společného jmění manželů.

Rozsah společného jmění manželů může být dohodou manželů zúžen či rozšířen. Podmínkou platnosti takové dohody je její uzavření formou notářského zápisu. Je-li předmětem takové dohody nemovitost, musí být taková dohoda zapsána do katastru nemovitostí. V případě očekávání budoucích problémů při vypořádání společného jmění manželů lze v zájmu právní jistoty manželů uzavření takové dobře promyšlené dohody jen doporučit.

I přes výlučnost vašeho vlastnictví k domu by však při zániku společného jmění manželů rozvodem manželství mohl váš manžel při vypořádání společného jmění manželů požadovat, aby mu bylo přiměřeně uhrazeno to, co bylo vynaloženo na dům ze společného majetku. Nedošlo-li by mezi vámi k dohodě, provedl by na návrh některého z vás vypořádání soud. Vyčíslení vzájemných nároků manželů dokazováním jednotlivých položek však bývá v soudní praxi spojeno se značnými obtížemi.



[WWW.CMSS.CZ](http://www.cmss.cz)

Českomoravská
stavební spořitelna
Na těchto základech můžete stavět