



TUČŇÁK



MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 4 • ROČNÍK XX • SRPEN 2010 • MILUJEME ČTYŘKU  4



Za cvičením do Podolí


**Příloha
TUČŇÁK SENIOR**
v informačních centrech!

ANKETA

Rozhodněte, kam umístit
nové odpadkové
koše

str. 4

OSOBNOSTI

Vizitky dalších oceněných
dětí z galavečera „Dělám víc,
než musím“

str. 10

VOLBY

Přehledné informace
o říjnových komunálních
volbách

str. 12–14

4-VOLNOČASOVÁ

Zajímavé kulturní
a společenské srpnové
tipy

str. 20–22

Aktuální informace z městské části na www.praha4.cz

Program psaný s občany Prahy 4



Vážení spoluobčané,

pokud patříte mezi lidi, kterým záleží na městě, ve kterém žijí, a chcete ovlivnit jeho budoucnost, máte nyní příležitost zapojit se do přípravy volebního programu ODS pro podzimní komunální volby. Jde o seriózní a otevřenou možnost přispět svými nápady a postřehy ke zlepšení života v Praze 4.

Přípravu programu jsme rozdělili podle skupin obyvatel, kterých se dotýká. Snažíme se tak mapovat problémy, které pálí mladé lidi, mladé rodiny, lidi v produktivním věku nebo aktivní seniory. Zvlášť nás zajímá, jak podpořit živnostníky a podnikání obecně.

Vaše podněty proto můžete poslat přímo na garanty pro jednotlivé oblasti:

Jan Schneider

garant programu pro mladé
jan.schneider@odspraha4.cz

Radek Lohynský

garant programu pro mladé rodiny s dětmi
radek.lohynsky@odspraha4.cz

Pavel Horálek

garant programu pro občany v produktivním věku
pavel.horalek@odspraha4.cz

Ivana Staňková

garantka programu pro aktivní seniory
ivana.stankova@odspraha4.cz

Milan Mikunda

garant programu pro živnostníky a podnikání
milan.mikunda@odspraha4.cz

Komunální politika je o tématech, o řešení konkrétních věcí v jedné ulici, jedné škole nebo dětském hřišti. Je nejbližší lidem.

Proto si dovoluji oslovit ty z Vás, které ODS v Praze 4 svými výsledky v minulém volebním období přesvědčila a kteří se ztotožňujete s tím, jak radnice pod naším vedením pracuje, abyste nám pomohli najít témata, jejichž řešení je pro Vás důležité.

Pokud se tedy budete chtít zapojit, pošlete nám jednoduše e-mailem, co by podle Vás nemělo v programu chybět.

Každý nápad nebo podnět k řešení bude nesmírně užitečný.

Příprava programu bude trvat až do konce prázdnin.

Těšíme se na Vaše náměty.



Za ODS v Praze 4

Pavel Horálek,
předseda oblastního sdružení

**ZLEPŠÍME
ŽIVOT
V PRAZE 4**

Pokud vaše podněty nespádají ani do jedné z výše uvedených oblastí, pošlete je jednoduše na adresu program@odspraha4.cz.

ODS 
řešení pro budoucnost



● **V červenci byl v Podolí, nedaleko tamější vodárny, otevřen první seniorský sportovní park. Jaké má MČ Praha 4 další plány s touto lokalitou?**

Celé území, od vodárny až po Podolský plavecký stadion, se snažíme řešit koncepčně, a to tak, aby si různé cílové skupiny našich občanů přišli na své. Vedle vodárny tak nově vznikl prostor pro volný výběh psů. Následuje Sport park pro seniory s 11 cvičebními stroji, u kterého chceme příští rok zřídit i petanquové hřiště. Zásadním způsobem rekonstruujeme sportovní plochu u sokolovny, kde v září slavnostně pokřtíme dvě multifunkční hřiště. Dopoledne je budou využívat školáci z nedaleké ZŠ Nedvědovo náměstí, odpoledne budou přístupná veřejnosti. A za sokolovnou je již nyní k dispozici dětské hřiště pro děti do 10 let.

● **V jaké fázi je příprava výstavby garážového domu v ulici Jílovská?**

Zastupitelstvo schválilo tento záměr za předpokladu, že v chystaném garážovém domě bude minimálně 60 % míst předem rezervováno. K dosažení tohoto limitu nám chybí ještě zhruba 26 přihlášek a zahájení výstavby se tím tak brzdí. Chápu i nářky již evidovaných motoristů z této oblasti, ale bez dostatečného počtu přihlášených nelze z finančních důvodů projekt spustit.

● **V posledním Tučňáku jste si posteskl, že majitelé bytových domů neprojeví zájem o finanční podporu radnice na odstranění graffiti z fasád. Čím si to vysvětlujete?**

Osobně se domnívám, že sprejství je velký nešvar a lidem určitě vadí pokreslené domy i lavičky. Proto jsme již dvakrát vyhlásili granty pro majitele soukromých domů a bytová družstva, kdy jsme avizovali finanční pomoc při odstranění maleb a následné aplikaci antigrafitového nátěru. Proč se majitelé nehlásili, to opravdu nevím, nicméně na podzim jim chceme dát do třetice šanci a grant znovu vyhlásíme.

● **Co vás v poslední době rozladilo?**

Rozladil mne zloděj, který mi již podruhé na mé vlastní zahradě vykopal a ukradl zakrslou borovici. Poprvé k tomu ještě přibral deset malých keřů, tentokrát se spokojil „pouze“ se stromem.

MARTIN DUDEK

Někdo by řekl – maličkosti

Vzpomínáte, jaké to bylo, když teploty v rozpálených ulicích atakovaly čtyřicítky a znenadání kolem projel kropicí vůz a vytvořil v parném dnu mlhovou clonu?



V tu chvíli se pár vodních kapiček stalo alespoň na moment tím nejcennějším a nejpočetnějším, čeho jste se mohli dočkat. A přitom – taková drobnost... Stačilo, aby kropicí vozy mezi desátou a sedmnáctou hodinou v pravidelných dvouhodinových cyklech projely ulicemi naší Prahy 4.

Někdo namítne, že jde o maličkost, ale podle mě právě podobné maličkosti dotvoří obraz místa, kde se dobře žije. Opravené chodníky, kvalitní silnice, bezpečné přechody, školy, školky, parky, dětská hřiště – to vše potřebuje každá moderní městská část a je třeba investovat miliony. Vedle toho je však celá řada projektů, kde náklady nehrají klíčovou roli, protože jsou postaveny na nápadu a úspěšné realizaci a které kvalitu života v daný moment či dokonce dlouhodobě významně ovlivní. Jistě i proto budeme pokračovat v rozšiřování městského

mobiliáře o nová pítka, ale třeba i o popelníky. Budou-li kuřáci – v místech, kde není kouření zakázáno – mít k dispozici své popelníky, budou spokojeni stejně jako nekuřáci, kteří nebudou muset překračovat hromádky nedopalků na chodníku.

Zmínil jsem, že u podobných projektů je na prvním místě nápad a pak pochopitelně finance a zdařilá realizace. Máte-li nápad na další zdánlivé maličkosti, jejichž úspěšná realizace naší městskou částí zpříjemní život vám i lidem ve vašem okolí, napište mi o nich. Rádi se necháme při přípravě našich projektů inspirovat.

RADEK LOHYNSKÝ (ODS),
ZASTUPITEL HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY
A MČ PRAHA 4,
radek.lohynsky@praha4.cz



Tak nevím...

...říkám si při pohledu na fotografie poničených mobilních toalet, které naše městská část nechala instalovat v areálech vybraných dětských hřišť, jichž je zřizovatelem. Co je asi obsahem hlavy jedince, který zapálí, povalí, rozkope, či jinak poničí něco, co užitečně slouží všem návštěvníkům hřišť? Pravda, očekávali jsme, že se tu a tam vyskytne problém, ale aktuální stav opravdu překonal naše nejčernější očekávání. Nicméně se vandalskými akty několika zoufalců nenecháme odradit od tohoto projektu, po kterém občané dlouho volali. Poničené toalety nahrazujeme

novými, posilujeme četnost dohledu na hřištích, a to z řad našich správců seniorů. Požádali jsme též o spolupráci městskou policii.

O pomoc bych si dovolil požádat i Vás. Pokud budete svědky jakékoliv formy vandalismu, informujte neprodleně městskou policii na lince 156, nebo na operační oddělení Městské policie Praha 4, tel. č.: 261 192 311.

VÁCLAV KŘIŠTOF (ODS), ZASTUPCE STAROSTY



Poplatky za recept

Poplatky ve zdravotnictví, neotřelé téma. Doufejme, že již nebude tématem dalších voleb. Rád bych se však zmínil o „poplatku za recept“, či jeho položky.

Jeho existenci bezpochyby nerozumí ani jeho autor. Patří mezi takzvané regulační poplatky, ale co reguluje? Recept píše a indikuje lékař, nikoliv pacient. Proč má tedy za něj platit? Dostáváme se pak k takovým absurditám, kdy za volně prodejný lék proti bolesti s doporučením užívání na receptu zaplatí pacient téměř dvojnásobek toho, co bez receptu. Že systém úhrady léků potřebuje další zdroje, je jasné.

Proč však vytvářet nesmyslné kontroverzní poplatky, které na svém konci zůstávají stejné v lékárnách? Nebylo by čistší pozměnit systém marží lékáren v jejich prospěch a dosáhnout stejného efektu bez stálého dráždění pacienta? Farmaceutické firmy mají pro ČR jedny z nejvyšších cen léků ve světě. Systémem výhod by

jistě šlo nalézt vhodné cenové řešení pro obě strany. Česká republika také patří ve financování zdravotnictví mezi hluboký podprůměr Unie. Zdravotnictví nelze financovat jen přímou daní občanů a podhodnocením práce zdravotníků. Kde však na to brát? Je mnoho zdrojů, kde čerpat.

Naši občané by jistě uvítali, kdyby místo modernizace tanků, či nákupu „Pandurů“ byly tyto peníze investovány smysluplněji pro zdraví občanů. Česká republika jako člen NATO nepotřebuje nafouklé zbrojní investice, jejichž vytváření je často pouze záminkou pro tučné provize zúčastněných. Zdraví si zkrátka musíme vážít, protože ho máme pouze doživotně.

KAREL HURT (ODS), ZASTUPITEL MČ PRAHA 4



Anketa pro obyvatele MČ Praha 4

Kam umístit další odpadkové koše?

Zakroužkujte vaše hodnocení:

1) POČET ODPADKOVÝCH KOŠŮ NA ULICÍCH	1	2	3	4	5
2) PRAVIDELNÉ VYPRAZDŇOVÁNÍ KOŠŮ	1	2	3	4	5
3) VZHLED ODPADKOVÝCH KOŠŮ (napište, co vám případně konkrétně vadí)	1	2	3	4	5
4) POČET KOŠŮ NA DĚTSKÝCH HŘIŠTÍCH A V PARCÍCH	1	2	3	4	5
5) KDE VÁM KOŠE NEJVÍCE CHYBÍ? (napište tiskacím písmem název místa, nebo ulice)					
6) VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY – ČETNOST A MÍSTO PŘISTAVENÍ (napište případně svou připomínku)	1	2	3	4	5

[1 znamená rozhodně spokojen(a), 2 spokojen(a), 3 ujde to, 4 nespokojen(a), 5 rozhodně nespokojen(a)].

Jméno a příjmení: Věk (číslovkou):

Čtvrť: E-mail:

Péči o životní prostředí věnuje radnice MČ Praha 4 velkou pozornost. Proto přichází po úspěšné anketě zaměřené na úklid, údržbu a rozvoj zeleně s další anketou určenou výhradně pro obyvatele MČ Praha 4.

„Chceme požádat naše občany, aby sami vytipovali místa, kde podle jejich názoru chybí odpadkové koše, či nám sdělili, kde jsou problémy s jejich vyprazdňováním. Navíc od srpna mají lidé možnost přesné místo pro nový odpadkový koš označit na mapách, které naleznou až do září v našich informačních centrech,“ sdělil zástupce starosty Václav Křištof (ODS).

Vyplněný anketní lístek stačí přinést do kterékoli informační kanceláře MČ Praha 4 (vyjma IC Kunratic). Po ověření osobních údajů budou jako odměna za čas strávený vyplňováním ankety vydány zdarma dva spreje proti roztočům značky Milbiol od společnosti Sandoz. (hg, md)

Dokouřil? Tak to típni sem...

Slogan, provázející kampaň na posílení čistoty a pořádku v okolí zastávek městské hromadné dopravy, je více než výstižný. V rámci projektu Čistá Praha 4 bude na území MČ Praha 4 instalováno 400 popelníků, a to především na místech, kde se se „špačky“ cigaretových nedopalků setkáváme nejčastěji.

Nejde však jen o zastávky. Popelníky se objeví v parcích, mikroparcích, před významnými budovami apod. „Chceme tímto způsobem eliminovat tuny nedopalků, které jsme každý rok nuceni uklízet,“ říká zástupce starosty pro životní prostředí Václav Křištof (ODS). „Změnou takzvaného protikuřáckého zákona se od 1. července 2010 omezuje zákaz kouření na zastávkách MHD pouze na přístřešky. Proto jsme se rozhodli instalovat v jejich okolí popelníky aby když občan „Dokouří, tak to típni do nich“, uzavírá Václav Křištof. (dz)

S popelníkem se setkáte například na náměstí Bratří Synků.



Zajímavá soutěž

Pod záštitou zástupce starosty Václava Křištofa (ODS) MČ Praha 4 a ve spolupráci s pelhřimovskou Agenturou Dobrý den organizuje společně s obalovou společností EKO-KOM, a. s., soutěž „Největší galerie městských znaků ČR vyrobených z odpadových materiálů“.

Jedná se o velice zajímavou soutěž, která mimo jiné připomene nutnost třídění odpadu a zároveň upevní návyky třídění odpadu. Principem je vytvoření znaku městské části Prahy 4 z odpadových materiálů, které budou vkusně a efektně poskládány tak, že nově vytvořený znak (zpracovaný podle předlohy) bude věrnou kopií originálu.

Soutěže se do konce září zúčastní 48 mateřských a základních škol, jejichž zřizovatelem je městská část Praha 4. Znak o šířce 1 m a o výšce 1,64 m a podklady pro zpracování znaku obdržely MŠ a ZŠ ještě před prázdninami. Znak budou vystaveny v průběhu měsíce října v OC Arkády. Další informace budou zveřejněny v následujícím čísle měsíčníku Tučňák. Všem zúčastněným držíme palce. (eš)

Plochy pro pejsky

S ohledem na požadavky občanů jsou na území městské části Praha 4 vyznačeny plochy speciálně určené pro volný pohyb psů a jejich venčení bez povinnosti mít psa na vodítku.

Z důvodu ochrany zeleně, stanovené obecně závaznou vyhláškou hlavního města Prahy č. 6/2001, je možnost venčení psů ve veřejné zeleni a zvláště na parkových plochách velmi omezena. Psi se zde mohou pohybovat pouze na vodítku a v historických parcích by neměli vstupovat na trávníky vůbec. „S ohledem na požadavky mnoha občanů jsou od února 2006 na území MČ Praha 4 vyznačeny plochy speciálně určené pro volný pohyb psů a jejich venčení bez povinnosti mít psa na vodítku. Jejich seznam najdete na www.cistapraha4.cz a plochu poznáte podle cedulek s pictogramy (grafickou značkou) psů bez vodítka umístěných u vstupu na takovou plochu,“ uvedl zástupce starosty Václav Křištof (ODS). Zde je tedy možné venčit psy bez obav z pokuty od městského strážníka. Nezbytnou samozřejmostí je po svém pejskovi uklidit jako na každém veřejném prostranství. „Nicméně

chci všechny pejskaře upozornit, že každý majitel odpovídá za chování vlastního psa a musí sám určit, jestli je zvíře nebezpečné svému okolí a tedy zda může být volně puštěno a třeba i bez náhubku. Pokud dojde k napadení psem, nastává odpovědnost vlastníka psa nebo chovatele, a to buď v oblasti veterinární, tedy správně-právní, nebo v rovině trestně-právní za ublížení na zdraví (podle trestního zákona),“ dodává Václav Křištof. (šp, md)



Opravdu parkujete správně?

Nedostatek míst na zaparkování automobilů trápí řidiče v celém hlavním městě, naši městskou část nevyjímaje. Představitelé radnice se proto intenzivně snaží nacházet nové možnosti, jak počet míst navyšovat. Jenže dobře míněný úmysl se někdy vinou neukázněných řidičů otočí proti chodcům...



Klasickým příkladem, kdy řidiči nedbají na nic jiného než na svůj čtyřkolový mikrosvět, je špatné parkování na nově vyznačených šikmých a kolmých stáních na širokých chodnících. „Motoristé často přesahují částí vozu vymezený prostor a dostávají tak do problémů maminky s kočárky, handicapované na vozících či ve dvojicích procházející předškolní děti,“ říká zástupce starosty Martin Hudec (ODS). „Proto jsme se rozhodli v průběhu prázdnin uskutečnit osvětovou akci s cílem špatně parkující upozornit na jejich nevhodné chování. Je to takové naše varování, protože pokud se situace nezlepší, požádáme o větší zapojení městskou policii.“

Řidičům jsou za stěrače rozdávány žluté a červené kartičky s nápisy „Prosíme, couvněte za bílou čáru na chodníku“ a „Prosíme, couvněte příště o půl metru“.

„Každé parkovací místo má specifické parametry a je určeno většinou pro osobní vozy. Není proto možné odstavit například dodávku na místo určené pro škodu favorit. Z logiky věci tedy vyplývá, že tam, kde jsou nakresleny bílé čáry, nesmí být vozem nikterak přesaženy. A je-li tomu tak, musí si řidič najít jiný prostor na zaparkování,“ dodává Martin Hudec. Městská část také plánuje osadit nízká zábradlí do míst, do kterých řidiči bezdůvodně najíždějí a ničí zeď – například v ulici Pujmanové. (md)



Prominutí poplatků podnikatelům

V rámci podpory podnikatelské činnosti na území MČ Praha 4 upozorňujeme podnikatele, kteří platí poplatek za zvláštní užívání veřejného prostranství, na možnost požádat správce poplatku o jeho částečné či celé prominutí.

Týká se to podnikatelů (plátců), kteří užívají veřejné prostranství pro poskytování prodeje a služeb. Své žádosti můžete adresovat na Úřad MČ Praha 4, odbor životního prostředí a dopravy, Táborská 350, 140 45 Praha 4, a to do konce roku. (pm)

Nezapomeňte na povinnost

Odbor finanční správy upozorňuje držitele psů, že splatnost poplatku za psa chovaného v bytě za II. pololetí je do 31. srpna každého běžného roku. Poplatek je splatný bez vyměření předem.

Pokud by držitel psa nezaplatil poplatek včas nebo ve správné výši, vyměří správce poplatku poplatek platebním výměrem a je oprávněn zvýšit včas nezaplacený poplatek až na trojnásobek. Poplatek lze platit bankovním převodem, v informačních centrech, nebo na poště složenkou typu A. V těchto případech platby je velice důležitý váš variabilní symbol, který je **desetimístný** a začíná **9004..... nebo 1341.....** (je uveden na dokladech o zaplacení z minulých let). **Nové číslo účtu od 1. ledna 2010: 19-2000832359/0800.**

Poplatek lze uhradit i přímo v pokladně ÚMČ Praha 4, Táborská 350. Pokud někdo neví svůj variabilní symbol, nebo bude-li potřebovat nějakou bližší informaci, či si není jistý výší letošního poplatku (sleva na čipování po dobu dvou let v max. výši 350 Kč), může kontaktovat správce poplatku na telefonních číslech: 261 192 488, 261 192 434 nebo na adrese: eva.sedlakova@praha4.cz a marketa.josefovicova@praha4.cz.

Každou skutečnost, která má vliv na výši poplatku, je poplatník, podle obecně závazné vyhlášky č. 23/2003 §4 odst.1), povinen oznámit do 15 dnů správci poplatku. (es)

Farmářské trhy na Pankráci

Pravidelně konané trhy v městské části Praha 4 budou od srpna rozšířeny o oblíbenou sezonní nabídku čerstvé zeleniny, ovoce, pečiva a dalších zemědělských produktů.



Podnikatelská komise MČ Praha 4 se rozhodla vytvořit novou tradici a nabídnout občanům „čtyřky“ produkty soukromých zemědělců a výrobců. „Záměrem trhů je obnova tradic zemědělských tržnic, umožnit lidem nákup čerstvých a kvalitních výrobků a současně v dnešní nelehké ekonomické situaci podpořit i tuzemské zemědělské malovýrobce,“ uvedla zastupitelka Dana Křivánková-Klisáková (ODS), která se na realizaci celého záměru nemalou měrou podílela.

Farmářské trhy odstartují 4. srpna před Obchodním centrem Arkády Pankrác a poté se budou konat pravidelně každou středu na stejném místě, a to až do konce září. „Srdečně zveme všechny zájemce o kvalitní české produkty k návštěvě farmářských trhů a zemědělským výrobcům nabízíme možnost prodeje. Informace o podmínkách získáte na e-mailu dana.klisakova@email.cz,“ uzavírá Dana Křivánková-Klisáková. (md)

Nabídka pronájmu

obecních bytů a nebytových prostor

„Záměr pronájmu volných nebytových prostor a obecních bytů formou výběrového řízení je od 2. do 31. 8. 2010 zveřejněn na úředních deskách Úřadu městské části Praha 4 a v informačních centrech,“ upozorňuje zástupce starosty Petr Staník (ODS, na snímku).



Tento záměr je současně v elektronické podobě na www.praha4.cz (odkaz Úřední deska – pronájem nebytových prostor a pronájem bytů).

Dále je možné tento seznam informací zakoupit v pokladně Úřadu městské části Praha 4 v Tábořské ul. 411/34 (pondělí a středa 8.00–18.00, úterý a čtvrtek

8.00–16.00, v pátek 8.00–13.00 hodin).

V záměru jsou uvedeny podrobné informace o nabízených nebytových prostorách a bytech včetně data prohlídky, aktuálních podmínek pro účast ve výběrovém řízení a způsobu podání žádosti. (rad)

MČ Praha 4 zveřejňuje záměr pronajmout nebytové prostory v 39. kole roku 2010 pořadové číslo nebytové prostory: ZP NP 108/10 – 113/10

Pořad. číslo výběrového řízení	Adresa nebytové prostory	Výměra, patro	Kolaudovaný stav
ZP NP 108/10	Na Bítevní pláni 1063/15, k. ú. Nusle	45,54 m ² , zadní vchod ze dvora objektu	sklad a zámečnická dílna
ZP NP 109/10	Nuselská 1496/66, k. ú. Nusle	34,03 m ² , přízemí	prodejna
ZP NP 110/10	Adamovská 727/5, k. ú. Michle	18 m ² , suterén	sklad
ZP NP 111/10	Nuselská 1496/66, k. ú. Nusle	152,16 m ² , přízemí, 1. a 2. suterén	prodejna s přípravnou lahůdek
ZP NP 112/10	Svatoslavova 27/227, k. ú. Nusle	64,37 m ² , suterén	dílna, šatna
ZP NP 113/10	Otakarova 9/219, k. ú. Nusle	30,25 m ² , 5. patro	kancelář

MČ Praha 4 zveřejňuje záměr pronajmout byty v 8. kole roku 2010 pořadové číslo bytu: VŘ 86/10 – VŘ 100/10

Pořad. číslo výběr. řízení	Adresa bytu	Velikost	Výměra	Patro	Privatizace
VŘ 86/10	třída 5. května 853/29, k. ú. Nusle	2+1	73,97 m ²	3.	4c) vlna
VŘ 87/10	Žateckých 761/8, k. ú. Nusle	1+1	56,17 m ²	2.	4c) vlna
VŘ 88/10	Na Bítevní pláni 1218/17, k. ú. Nusle	2+1	85,27 m ²	2.	ne
VŘ 89/10	Na Zámecké 408/4, k. ú. Nusle	3+1	83,70 m ²	2.	ne
VŘ 90/10	Otakarova 219/9, k. ú. Nusle	1+1	43,75 m ²	2.	ne
VŘ 91/10	Svatoslavova 227/27, k. ú. Nusle	1+1	67,03 m ²	2.	ne
VŘ 92/10	třída 5. května 1208/55, k. ú. Nusle	2+1	81,30 m ²	1.	ne
VŘ 93/10	Pikrtova 1316/11, k. ú. Nusle	0+1	37,86 m ²	3.	ne
VŘ 94/10	Boleslavova 41/13, k. ú. Nusle	1+1	54,17 m ²	3.	ne
VŘ 95/10	Nuselská 2/1, k. ú. Nusle	1+1	35,73 m ²	2.	ne
VŘ 96/10	Na Kolejním statku 386/3, k. ú. Michle	0+1	22,37 m ²	3.	ne
VŘ 97/10	Na Zámecké 409/6, k. ú. Nusle	1+1	51,81 m ²	1.	ne
VŘ 98/10	Nuselská 2/1, k. ú. Nusle	2+1	80,61 m ²	3.	ne
VŘ 99/10	Sezimova 459/4, k. ú. Nusle	1+1	50,04 m ²	1.	ne
VŘ 100/10	Dačického 1220/2, k. ú. Nusle	1+1	49,57 m ²	přízemí	4b) 2. vlna

Jak se vypořádat s autovrakem?



aktuálně

Prostřednictvím měsíčníku Tučňák, který zveřejňuje články o likvidaci autovraků, se je díky iniciativě občanů daří odstraňovat. I když některá vozidla nejsou po prověření techniky Správy služeb hl. m. Prahy vyhodnocena jako vrak, pracovníci radnice je i nadále sledují a vyhodnocují, zda nedošlo ke zhoršení jejich stavu.



„Musím znovu občanům poděkovat za zájem o tuto problematiku a věřím, že ve svých podnětech nepolevím. Veškeré informace shromažďuje referentka odboru životního prostředí a dopravy Hana Ramíková na telefonním čísle 261 192 437,“ říká zástupce starosty Martin Hudec (ODS, na snímku). „Nejjednodušší je informaci zaslat e-mailem na adresu: vraky@praha4.cz, na ni lze rovněž zaslat MMS zprávu s fotografií vraku a s informací, kde se nachází. Pro lepší identifikaci místa může-

te uvést číslo nejbližší lampy pouličního osvětlení,“ radí Martin Hudec.

Přesto se stává, že na některé autovraky je – lidově řečeno – radnice krátká. Jde o „vozidla“ na soukromých pozemcích a je jedno, zda jde o vnitroblok obytného domu, nebo o parkoviště u supermarketu. V tomto případě je odstranění vraku na majiteli pozemku. Jako pomoc uvádíme krátký návod, jak na to.

Vlastník komunikace (tzn. parkoviště, vnitrobloku atd.) je ze zákona povinen učinit maximum pro to, aby se prokazatelným způsobem pokusil zjistit totožnost majitele vozidla a následně ho vyzval k odstranění „vozidla“. V případě, že se přes veškeré snahy nepodaří zjistit

majitele, nebo tento na výzvy majitele komunikace nereaguje, obrátí se vlastník komunikace na Odbor dopravy Magistrátu hl. m. Prahy (konkrétně paní Andrea Hájková, tel. č.: 236 004 300), kam předá veškerý písemný materiál k posouzení. V případě kladného rozhodnutí si „vozidlo“ převezmou zaměstnanci pražského magistrátu a na náklady vlastníka komunikace jej odtáhnou. Tento postup lze praktikovat i v případě, že se nejedná o parkoviště, ale například o přístupovou komunikaci, nebo zmíněný vnitroblok.

„Každopádně doporučuji vždy před zahájením jakýchkoliv kroků obrátit se přímo na paní Hájkovou a konkrétní problém s ní zkontrolovat a zvolit nejvhodnější postup. Také se dozvíte, jak postupovat při lustraci vozidla, neboť některé kroky musí provést Policie ČR, jiné Registr motorových vozidel a podobně. Tento postup se nevztahuje jen na vraky, ale také na dlouhodobě odstavená vozidla,“ uzavírá Martin Hudec.

(md)

Návrat do práce bude snazší

Nově zrozená koaliční vláda se rozhodla omezit porodné, ale ponechala vyšší mateřskou. Především však slíbila podporu rozvoji služeb péče o děti. „Je to dobře nastoupená cesta,“ myslí si ředitel Zdravotnického zařízení MČ Praha 4 a zastupitel Jan Schneider (ODS).

Většina rodin sice přijde od příštího roku o jednorázovou dávku 13 tisíc při narození potomka (nárok budou mít jen rodiče, jejichž čistý příjem je menší než 2,4násobek životního minima a pouze na první dítě), na druhou stranu ale nedojde k plošnému snížení mateřské. „Problém rodinné politiky není v tom, že by stát nabízel málo dávek finanční pomoci. Spíše nebyly do této doby dobře nastaveny, a proto byly i často zneužívány,“ myslí si Jan Schneider. „Zásadním problémem je nedostatečná podpora služeb péče o děti, a to jak finanční, tak legislativní.“

Dalším vládním krokem je redukce rodičovského příspěvku při čtyřleté variantě. „Dnes si většinou ženy mohou při nástupu na mateřskou vybrat, jak dlouho chtějí zůstat s dítětem doma. Jsou tři varianty – dva, tři a čtyři roky – a podle toho se odvíjí i výše rodičovského příspěvku. Podle předběžných plánů by lidé, pobírající rodičovský příspěvek po dobu čtyř let, měli dostat maximálně stejně

jako při dvouleté variantě. Měsíční podpora se při této variantě tak oproti současnému stavu sníží.“

Hodně matek by se proto rádo vrátilo do zaměstnání již po dvou letech, ale většinou řeší ono nerudovské – kam s ním? „O tomto problému víme, také proto jsme zažádali o finance na projekt ‚Podpora zaměstnatelnosti rodičů při péči o děti do tří let‘. Z fondů Evropské unie jsme peníze obdrželi a od září nastartujeme projekt, který rodičům usnadní návrat na trh práce. Kromě rozšíření kapacity jeslí o 10 nových míst nabídneme i krátkodobé hlídání dětí v domácím prostředí. Připravujeme i další alternativní možnosti hlídání a nebojím se říci, že naše městská část Praha 4 je v tomto ohledu celorepublikovým průkopníkem,“ uzavírá Jan Schneider.

(md)



Kinobus zdarma

Již druhou sezonu budou moci zájemci o letní kino zdarma zhlédnout zajímavé filmy na parkovišti OC Novodvorská Plaza.

Letos chystá obchodní centrum v rámci promítání Kinobusu také zábavná odpoledne pro děti i jejich rodiče. Pro děti budou připravené atrakce a soutěže o krásné ceny po celém centru. Kinobus bude promítat na parkovišti OC Novodvorská Plaza od neděle 22. do středy 25. srpna.

Diváci si mohou vybrat z českých filmů Protektor, 3 sezony v pekle, Bobule 2 nebo Pelíšky. Začátky představení jsou ve 20.30 hod., info na www.plazanovodvorska.cz. (dr)

Letní deratizace

■ **16. srpna až 10. září:** Podolí, Braník, Hodkovičky, Podolské nábřeží, Nedvědovo náměstí, Podolská, Jeremenkova, Na Dolínách, Sinkulova, Na Hřebenkách I, II, Dvorecké náměstí, Ke Krči, Vrbova, Branické náměstí, Branická + konečná tramvaje, břehy Vltavy – kemp + okolí, Zelený pruh + okolí, V Hodkovičkách, Údolní, Vavřínova, sídliště Hodkovičky, Na Lysinách.

Součástí postupné obnovy Roztylského náměstí na Spořilově bude i úprava pietního místa, kterou připravil Ateliér zahradní a krajinářské architektury Sessler – Babka.

Cílem navrhovaného řešení je kultivované připomenutí zásadních dějinných událostí se zaměřením na I. odboj – bitvu u Zborova, dále na důležité události spojené s II. nebo III. odbojem. Základní motiv sdělení spočívá v „cestě“, která je vyjádřena kovovým pruhem, umístěným ve středu přístupového chodníku, na kterém jsou jednotlivé události znázorněny formou textu, čísel nebo graficky. Centrální plocha je řešena z velkoplošných kamenných desek, do kterých jsou zakomponovány stávající hroby i nový symbol památníku Zborova. Tento je navržen v kombinaci kamenného kvádrů a bronzové desky (viz obrázek).

„Městská část téměř tři a půl roku jedná s potomky legionářů o podobě zborovského památníku. Uskutečnila se tři veřejná projednávání s občany a byla založena odborná komise, jejíž většina členů jednomyslně dospěla k závěru, že

Úprava pietního místa na Spořilově



nebude podporovat obnovení památníku v původní velikosti a na původním místě,“ říká zástupce starosty Václav Křištof (ODS). „Ní méně těmto snahám nebráníme. Jako problematickou záležitost ale vidím prostor, na kterém by případná socha měla stát. Žadatelé by museli od magistrátu získat vhodný pozemek, ten je totiž svěřen naší městské

části. K případné stavbě by se určitě také vyjadřoval stavební úřad a Rada MČ Praha 4. A domnívám se, že po volbách obměněné zastupitelstvo bude ke snahám obnovit památník v původní velikosti nakloněno ještě méně než to současné,“ uzavírá Václav Křištof.

(md)

Vizualizace: AZAKA Sessler – Babka

Nové vysílače spuštěny

Praha 4 Bezdrátová pokračuje ve výstavbě nových hotspotů, které umožní bezplatné bezdrátové připojení dalším obyvatelům městské části Praha 4.

Z této řady nových hotspotů byly v průběhu minulého měsíce spuštěny následující:

R28 – V Zápolské 1252/27 Michle, R29 – Gymnázium Na Vítězné pláni 1160/14 Nusle, R30 – Jihovýchodní II 752/17 Záběhlice, R31 – Zelený pruh 1560/99 Braník, R32 – Za obecní úřadem 357/7 Krč, R33 – Paprsková 330/15 Krč, R34 – Na Strži 1837/9 Krč, R35 – Kloboučnická 1438/18 Nusle.

Praha 4 Bezdrátová se pro zkvalitnění poskytovaných služeb rozhodla také navýšit konektivitu a zrychlit tak bezdrátové připojení. Konektivita se zvýšila z původních 25 mbit/s na 50 mbit/s.

16. 7. byl spuštěn další z řady e-kurzů vytvořených v rámci projektu Praha 4 Bezdrátová. Hlavním cílem kurzu je zbavit uživatele-začátečníky případných obav

z práce na počítači a s internetem.

Zároveň kurz nabízí informace, které usnadní vyhledávání i uživatelům pokročilejším. V první části se seznámíte s jednotlivými prohlížeči. Jedním z důvodů, proč jsme se jimi podrobně zabývali, bylo, že je to první věc, kterou při spuštění internetu vidíte. Abychom odstranili prvotní obavy z neznalosti, přidali jsme seznam popisující jednotlivé ikony ze čtyř různých prohlížečů a jejich funkce. Na internetu existuje nepřeberné množství informací, které každým dnem narůstá. Proto je důležité správně zadat dotaz na hledané informace, a tím maximalizovat selekci nevhodných informací. Druhá část se zaměřuje čistě na prvky usnadňující proces vyhledávání neboli operátory. Třetí část obsahuje jednotlivé katalogy a specifické in-



formace vybrané dle četnosti vyhledávání a užitečnosti. Naučíte se pracovat s internetovou mapou, vyhledávat dopravní spoje či aktuální informace z domova i ze světa. Poslední tři části shrnují informace o prohlížení výsledků a bezpečnostním upozornění. Na závěr vás čeká závěrečný test, který ověří nově nabyté znalosti. Tímto kurzem bychom rádi ukázali všem začínajícím PC uživatelům, že se skutečně nemusí obávat „každého kliknutí“. Internet je v dnešní době obrovským zdrojem informací, jež můžete mít k dispozici za pár vteřin. Stačí se jen naučit v něm orientovat a hledat na správných místech.

Bezdrátový internet Prahy 4 se těší stále větší oblibě našich občanů. V současnosti je zaregistrováno více než 8500 uživatelů. Na přání občanů Prahy 4 byla zřízena nová infolinka (pevná linka), na kterou se můžete obracet s případnými dotazy: 270 005 156. Dále můžete využít i původní číslo 605 989 667. Infolinku lze využívat v pracovních dnech od 9 do 17 hodin. Všechny potřebné informace naleznete na www.praha4net.cz.

MARTIN PLÍŠEK (TOP 09),
RADNÍ PRAHY 4 PRO INFORMATIKU

Chcete parkovat v garážovém domě v ulici Jílovská?

Průběžně vás informujeme o společném záměru MČ Praha 4 a společnosti 4-Majetková, a. s., týkající se projektu garážového domu v ulici Jílovská.



Vizualizace garážového domu.

U zástupce společnosti 4-Majetková, a. s., je možné učinit rezervace parkovacích míst a zájemcům o členství umožnit nahlédnutí do projektové dokumentace. Objekt má pět nadzemních a jedno podzemní podlaží, přičemž páté nadzemní podlaží je pojízdnou střechou určenou taktéž k parkování.

Objekt je rozdělen podélnou osou na dvě části a je částečně podsklepen (pro-

stor opět určen k parkování). Pro pěší je samostatný vstup mimo vjezd do objektu a je kombinací schodiště a výtahu. V 1. NP je připraven prostor pro 24hodinovou ostrahu. Počet stání na podlaží 12–20, celkový počet všech parkovacích stání 108. V současné době se intenzivně pracuje na založení družstva a na projektových dokumentacích.

V případě, že bude zájem o parkovací místa (počet přijatých přihlášek do družstva) vyšší než 60 % všech parkovacích stání, bude stavba zahájena. Více informací najdete na webových stránkách společnosti 4-Majetková, a. s.: www.4-majetkova.cz nebo na telefonním čísle: 261 192 413, paní Julie Bubínková (4-Majetková, a. s.), e-mail: julie.bubinkova@4-majetkova.cz (jb)

Strážci přechodů se osvědčili

Téměř tři měsíce jste je mohli potkávat každé ráno u školních přechodů. Společně se strážníky městské policie pomáhali usměrňovat dopravu a chránili tak to nejcennější – životy našich dětí.

Dobrovolní strážci přechodů, kteří reagovali na výzvu MČ Praha 4, mají za sebou zkušební období a na závěr školního roku nastal čas zhodnotit jejich působení. „Bezúplatná dobrovolná výpomoc občanů je velkým přínosem pro zajišťování přechodů v ranních hodinách. Jejich přítomnost umožňuje obsadit více přechodů, než kdyby je zajišťovali pouze strážníci. Tím se zvyšuje bezpečnost dětí v dalších lokalitách,“ říká ředitel MP Praha 4 René Štýbr.

Zástupce starosty Martin Hudec (ODS) k tomu dodává: „I podle našich zkušeností dopadla spolupráce na jedničku. Rád bych všem dobrovolníkům touto cestou poděkoval za jejich obětavý přístup a zodpovědnost, kterou při výkonu této činnosti projevili. A těším se opět na viděnou prvního září u školních přechodů.“

Tučňák se zeptal dvou strážkyň, Ivany Zábajové a Dagmar Slavíkové, co jim práce přinesla, popřípadě zda si vzpomenu

na nejzajímavější okamžiky jejich dobrovolné mise. „Poznala jsem blíže činnost strážníků, kterou pokládám za velmi užitečnou a korektní. Pokud se jedná o strážení přechodů, srovnávám to s řízením automobilu. Je nutno být stále ve střehu a sledovat, dění na chodníku i na silnici. Důležité je správně vyhodnotit situaci, aby byla nejbezpečnější pro děti. Baví mě to a jsem přesvědčená, že tato práce je potřebná!“ sdělila paní Ivana.

„Jednou jsem stála v dešti u přechodu, když ke mně přišla paní s otázkou, zda nechci něco koupit v pekárně. Poděkovala jsem, že ne, že bych jí nemohla hned zaplatit, protože nemůžu opustit stanoviště. Za 15 minut byla paní zpátky a mně i strážníkovi gratis věnovala koláčky. Jak je vidět, existují ještě hodní a slušní lidé,“ pochválila spoluobčany paní Dagmar, která je rovněž se svou službou dětem velice spokojená. (md)

aktuálně/inzerce

Jak to bylo s Mojžíšem?

Možná jste už někdy přemýšleli nad tím, jak seznámit své malé ratolesti se základními biblickými příběhy. Jak to vlastně bylo s Adamem a Evou, Mojžíšem či Davidem a Goliášem?

Třeba jste už delší dobu na mateřské dovolené a rádi se setkáte s dalšími rodiči a vaše děti najdou nové kamarády. Příležitost k takovým setkáním nabízí sbor Českobratrské církve evangelické v Praze 4-Braníku, Modřanská 118, zastávka Přístaviště. Vyprávění, hry a další zajímavé aktivity se konají každou středu od 16.30 do 17.30 hod. na uvedené adrese. Více informací najdete na <http://branik.evangelnet.cz>. (lp)



INZERCE

KOUPELNOVÉ STUDIO

ul. Na Pankráci 53

Tel.: 261 223 509 a 721 234 262



OTEVÍRACÍ DOBA

PO-PÁ: 9.00–18.00 hod.

SRPEN: SOBOTA ZAVŘENO

TĚŠÍME SE NA VÁS



www.elmatsuper.cz

SC-301057/1

Dělám víc, než musím

Dvacet dětí z dvaceti základních škol městské části Praha 4 bylo na nuselské radnici MČ Praha 4 slavnostně oceněno pro svůj talent, píli, diplomacii či sílu rvát se se životem. Přinášíme charakteristiky dalších pěti mimořádných žáků a žaček.

JAN TALAGA

Nejtěžší je koordinace rukou a udržování tlaku. Nemluvíme o zdravotnictví, ale o hlavních úkolech správného dudáka. A tím patnáctiletý Honza ze školy Filosofská jednoznačně je. Jako malý slyšel na vánočním trhu dudáckou muziku a zněla mu v uších tak dlouho, až se v 11 letech do hraní na dudy pustil sám. Ač rodilý Pražák, můžete ho občas vidět v chodském kroji. Pochopitelně jen při vystoupeních.



ZŠ Sdružení nominovala patnáctiletou Kristýnu pro její empatii a ochotu pomáhat ostatním. Často se prý zastává slabších a je diplomatkou při nejednodušších sporech a vždy zastáncem rozumných řešení. Devět let hrála na flétnu a teď se dva roky učí na saxofon. Je to prý nádherný nástroj. Kristýna hraje loutkové divadlo a také ráda zahradničí. Jediné, co prý nemůže vystát, je lidská hloupost.

KRISTÝNA RYŠAVÁ

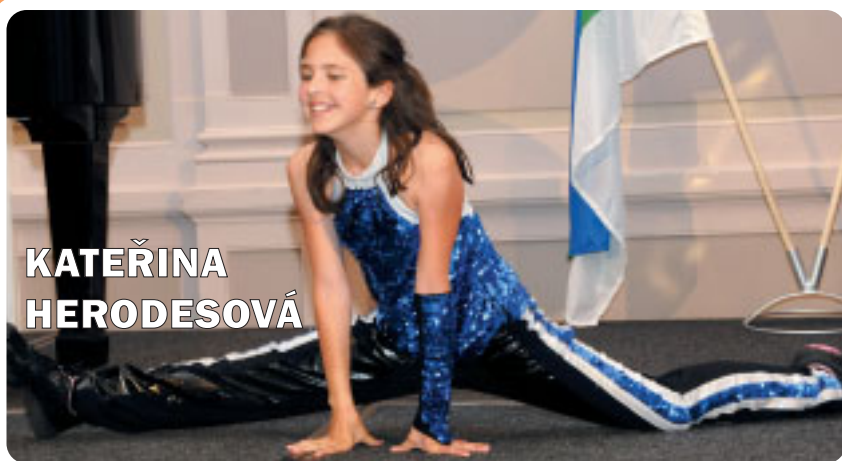


KAROLÍNA SOUKUPOVÁ

Karolíně je 12 let a za její bojovnost ji vybrala ZŠ Jeremenkova. Lásku ke koním jí bohužel do života zasáhla víc, než by si přála. V říjnu minulého roku nešťastně spadla ze sedla a úraz měl vážné následky. Týden byla v umělém spánku. Nemohla se hýbat ani mluvit. Karolína se nevzdávala a díky trpělivosti a životnímu optimismu je na tom stále lépe. Hraje na flétnu a doma ráda tančí. Podle maminky dokáže být tak jako každá holka pořádně prostořeká.



KATEŘINA HERODESOVÁ



Dvanáctiletá Katka od tří let tančí a jen málokdo má prý tak dobrý mluvený projev. Dost dobré důvody k tomu, aby byla vhodnou kandidátkou ZŠ Plamínkové. Její život je, zdá se, jeden velký disco příběh. Díky disco tanci dosáhla i se svou skupinou mnoha ocenění na mistrovstvích Prahy i České republiky. Společně s kamarádkou napsala scénář k pohádce, kterou pak jejich třída hrála dětem z mateřských škol. Katka nesnáší, když jí někdo rozkazuje.

ROBIN KRYŠTŮFEK

Robinovi je 15 let a navrhla ho ZŠ Jílovská, protože je skutečným mistrem v matematice a v přírodních vědách – fyzice, chemii i biologii. Už od 6. třídy sbírá ocenění na nejednodušších soutěžích a olympiádách. Má dosti netradiční koníčky – pyrotechniku a patologii. (Jak sám říká, ideálně se doplňují...) Rád studuje medicínské knihy a lituje, že ještě nebyl na pitvě. Přiznává, že je neuvěřitelně „líný“. Zaručeně ho ale potěšíte vysokoškolskou učebnicí matematiky.



Nová služba pro krizovou situaci

servis/historie

Městská část Praha 4 ve spolupráci se společností Telefonica 02 Czech Republic, a. s., přichází s nabídkou nové služby poskytované seniorům nad 65 let a zdravotně znevýhodněným spoluobčanům s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4, pro tyto občany neplatí hranice 65 let.

Pro tísňové volání můžete využít mobilní telefon ALIGATOR A290 Senior, který je přizpůsoben právě starší generaci svými velkými klávesami a vyniká předností jednoduchého volání. Velmi důležitou součástí tohoto přístroje je tlačítko „SOS“ umístěné na zadní straně přístroje.

Právě to umožní komukoliv, kdo jej stiskne, spojit se s dispečinkem „Tísňové péče“, který bude v provozu nepřetržitě 24 hodin denně, 7 dnů v týdnu. Okamžitě dostanete radu ohledně svého zdravotního stavu, bude k vám zavolán lékař nebo Policie ČR, pokud by se jednalo o napadení vaší osoby.

Co Vám umožní MČ Praha 4:

- Poskytne bezplatně mobilní telefon ALIGATOR A290 Senior,
- poskytne na dobu 3 měsíců úhradu poplatku za užívání linky „Tísňové péče“, a to ve výši 285 Kč bez DPH měsíčně.

Co musíte udělat pro získání napojení na tento nový systém tísňové péče?

- Vyplňte příložený anketní lístek,

- vyplněný anketní lístek zašlete poštou na adresu Úřad MČ Praha 4, odbor školství a kultury, 140 00 Tábořská 350, nebo zanechte na informačních centrech MČ Praha 4 v obálce s nadpisem: Anketa pro odbor školství a kultury.

Datum uzávěrky přihlášek je 30. 8. 2010! Za seniory MČ Praha 4 mohou tu-



to službu objednat i zakoupit členové rodiny, kteří nejsou občany MČ Praha 4. Uživatel této služby však musí mít trvalé bydliště na území MČ Praha 4.

ANKETNÍ LÍSTEK

JMÉNO A PŘÍJMENÍ:

ADRESA TRVALÉHO POBYTU:

TELEFONNÍ SPOJENÍ:

Pevná linka Mobil

Potvzuji svým podpisem zájem o nabídku mobilního telefonního přístroje ALIGATOR A290 Senior vč. napojení na linku „Tísňové péče“.

V Praze dne Podpis:

Proč je náměstí Nedvědovo?

V nedávném vydání Tučňáka jsme připomněli 100. výročí školy Nedvědovo náměstí. Pozornou čtenářku, paní Miladu Velichovou, článek zaujal, a proto se spojila s naší redakcí. Podělila se s námi o několik vzpomínek na MUDr. Miloše Nedvěda (1908–1943), k jehož poctě je náměstí od roku 1948 pojmenováno, a jeho ženu, dětskou lékařku MUDr. Zdenou Nedvědovou-Nejedlou, se kterou se přátelila.

„Doktorka Nedvědová byla vysoká, důstojná žena, kterou znala většina obyvatel Podolí a především maminky, je-

jichž děti léčila. Lidé ji zastavovali na ulici a každý s ní chtěl prohodit pár slov.

To pro její laskavou povahu. Byla to neuvěřitelná a statečná osobnost, která přežila koncentrační tábor Ravensbrück,“ vzpomíná paní Velichová, která žije v Praze 4 přes půl století a Zdenou Nedvědovou znala mnoho let.

Doktor Miloš Nedvěd byl docentem Karlovy univerzity a za druhé světové války spolupracoval s domácím odbojem, za což byl později zatčen a odvezen do kon-

Komenského, Podolské, Nedvědovo náměstí

Dnešní Nedvědovo náměstí dostalo první pojmenování v roce 1906, a to podle biskupa jednoty bratrské a učitele národů Jana Amose Komenského. V letech 1934–1948 bylo náměstí známo jako Podolské, v upomínku na dříve samostatnou obec Podolí, která byla připojena k Praze v roce 1922. Z roku 1948 je pak jeho současný název.

centračního tábora, kde v roce 1943 zemřel. V tehdejší Československé rozhlasové doktorka Nedvědová v únoru 1952 vzpomínala: „V roce 1933 se rozmnožila naše rodina mým mužem, třetím dítětem. Těch nezapomenutelných rozhovorů i nočních, když jsme se navštěvovali z pokoje do pokoje přesto, že jsme si již mnohokrát popřáli dobrou noc, naplnění hlubokými zážitky.“ (zk)



Volby do Zastupitelstva městské části Praha 4 a do Zastupitelstva hlavního města Prahy

Prezident republiky vyhlásil **volby do zastupitelstev obcí na 15. a 16. října 2010**. Rozhodnutí ze dne 18. června 2010 bylo publikováno ve Sbírce zákonů v částce 70, pod č. 207/2010 Sb., která byla rozeslána dne 25. června 2010, což je den, který je považován za den vyhlášení voleb. **Volby do zastupitelstev obcí se konají ve dvou dnech, v pátek 15. října 2010 se bude hlasovat od 14.00 hodin do 22.00 hodin a v sobotu 16. října 2010 od 8.00 hodin do 14.00 hodin.**

Zákon upravující volby

Řádné volby do zastupitelstev obcí upravuje zákon č. 491/2001 Sb., o volbách do zastupitelstev obcí a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o volbách“), prováděcím předpisem je vyhláška č. 59/2002 Sb., o provedení některých ustanovení zákona č. 491/2001 Sb., o volbách do zastupitelstev obcí a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

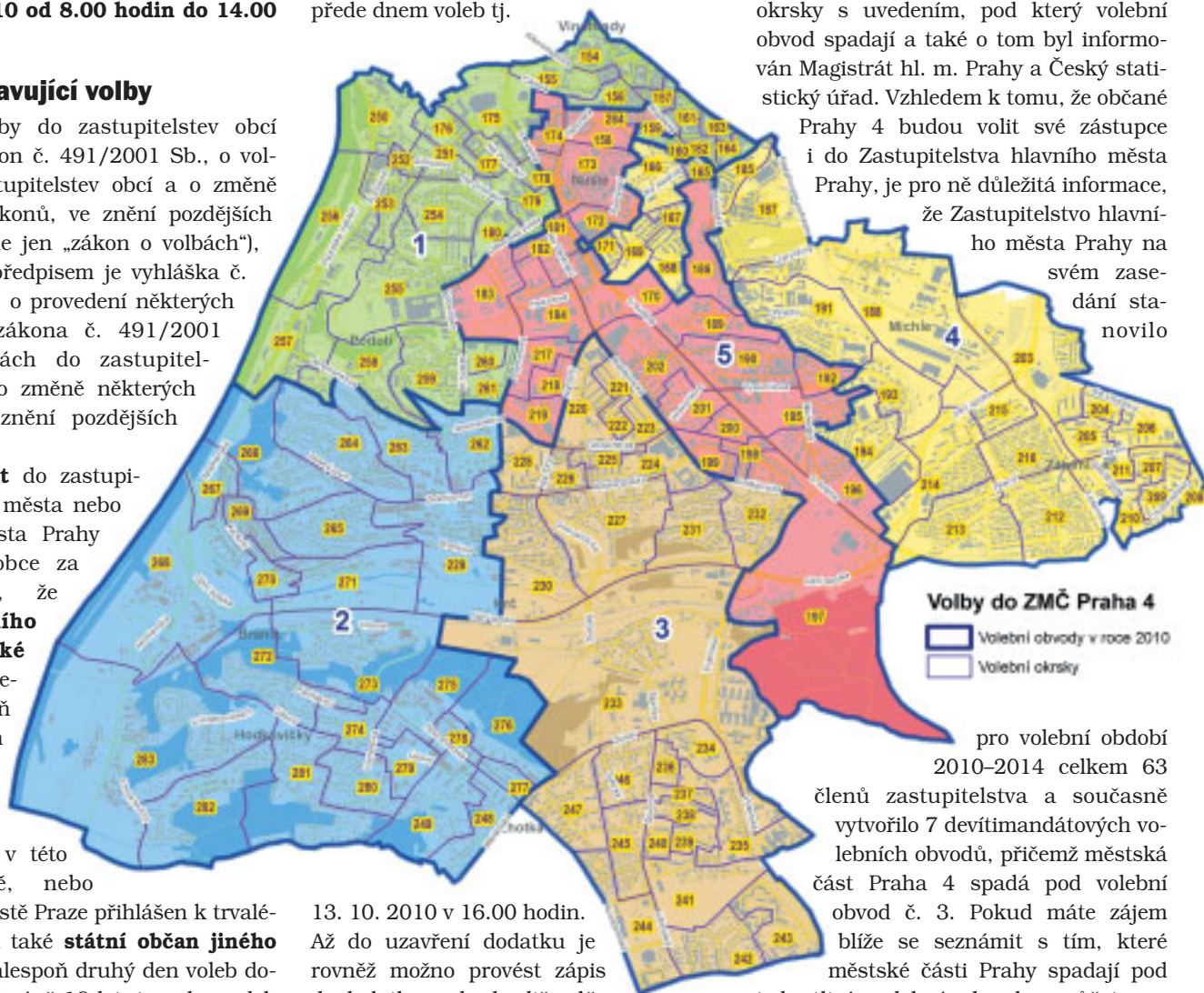
Právo volit do zastupitelstva obce, města nebo hlavního města Prahy má občan obce za předpokladu, že jde **o státního občana České republiky**, který alespoň druhý den voleb dosáhl věku nejméně 18 let, je v den voleb v této obci, městě, nebo v hlavním městě Praze přihlášen k trvalému pobytu a také **státní občan jiného státu**, který alespoň druhý den voleb dosáhl věku nejméně 18 let, je v den voleb v této obci, městě nebo hlavním městě Praze přihlášen k trvalému pobytu a je mu právo volit přiznává mezinárodní úmluva, kterou je Česká republika vázána a která byla vyhlášena ve Sbírce mezinárodních smluv (dále jen „volič“). To se týká občanů členských států Evropské unie, kteří splňují podmínky pro přiznání volebního práva, a proto mají právo, **pokud požádají o zápis do dodatku stále-**

ho seznamu voličů, hlasovat ve volbách do zastupitelstva obce.

Dodatek vede Úřad městské části Praha 4 (dále jen ÚMČ P 4) pouze pro účely voleb do Zastupitelstva městské části Praha 4 (dále jen ZMČ P4). Do dodatku zapíše ÚMČ Praha 4 tohoto voliče pouze na základě jeho vlastní žádosti. Žádost o zápis do dodatku může volič – občan jiného státu – podat kdykoli do jeho uzavření, ke kterému dochází 2 dny přede dnem voleb tj.

tel. 261 192 686, příp. D. Militká, tel. 261 192 675.

Pro informaci připomínáme, že ZMČ P4 na svém 23. zasedání 4. června 2010 stanovilo pro volební období 2010–2014 celkem 45 členů ZMČ P4 a současně vytvořilo 5 devítimandátových volebních obvodů, do kterých spadají níže uvedené volební okrsky, což bylo zveřejněno jak na úřední desce, tak na webových stránkách MČ Praha 4, kde jsou uvedeny i volební okrsky s uvedením, pod který volební obvod spadají a také o tom byl informován Magistrát hl. m. Prahy a Český statistický úřad. Vzhledem k tomu, že občané Prahy 4 budou volit své zástupce i do Zastupitelstva hlavního města Prahy, je pro ně důležitá informace, že Zastupitelstvo hlavního města Prahy na svém zasedání stanovilo



Volby do ZMČ Praha 4

— Volební obvody v roce 2010
— Volební okrsky

pro volební období 2010–2014 celkem 63 členů zastupitelstva a současně vytvořilo 7 devítimandátových volebních obvodů, přičemž městská část Praha 4 spadá pod volební obvod č. 3. Pokud máte zájem blíže se seznámit s tím, které městské části Prahy spadají pod jednotlivé volební obvody, můžete se podívat na webové stránky Magistrátu hlavního města Prahy.

13. 10. 2010 v 16.00 hodin. Až do uzavření dodatku je rovněž možno provést zápis do dodatku, pokud volič splňuje všechny zákonem o volbách do zastupitelstev obcí stanovené podmínky pro tento zápis.

Formu ani náležitosti žádosti o zápis do dodatku zákon o volbách do zastupitelstev obcí neupravuje. Žádost může být podána písemně nebo osobně a musí z ní být patrné, že se žadatel domáhá zápisu do dodatku. Bližší informace pro občany Evropské unie poskytne Ing. M. Anděra,

Zastupitelstvo městské části Praha 4 na volební období 2010–2014 vytvořilo 5 devítimandátových volebních obvodů pro volby do ZMČ P4, do kterých jsou přiřazeny následující volební okrsky:

Volební obvod číslo 1 (9 mandátů) je

tvořen volebními okrsky: 154, 155, 156, 157, 160, 161, 162, 163, 164, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261.

Volební obvod číslo 2 (9 mandátů) je tvořen volebními okrsky: 229, 248, 249, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283.

Volební obvod číslo 3 (9 mandátů) je tvořen volebními okrsky: 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247.

Volební obvod číslo 4 (9 mandátů) je tvořen volebními okrsky: 165, 166, 167, 168, 169, 171, 185, 187, 188, 191, 193, 194, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216.

Volební obvod číslo 5 (9 mandátů) je tvořen volebními okrsky: 158, 159, 170, 172, 173, 174, 181, 182, 183, 184, 186, 189, 190, 192, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 217, 218, 219, 284.

Úřad městské části Praha 4 je „registračním úřadem“ pro volby do Zastupitelstva MČ Praha 4, znamená to mimo jiné, že bude přebírat kandidátní listiny od volebních stran, přezkoumávat kandidátní listiny, předávat kopie kandidátních listin ČSÚ, vyzývat zmocněnce volebních stran k odstranění závad na kandidátních listinách, rozhodovat o škrtnutí kandidáta na kandidátní listině, rozhodovat o registraci a odmítnutí kandidátních listin. **Znovu upozorňujeme volební strany**, že kandidátní listiny předají registračnímu úřadu, tj. **Úřadu městské části Praha 4, odboru správních agend, pracoviště Praha 4-Braník, Jílovská 1148/14** (kde se vydávají OP a CD) nejpozději 66 dnů přede dnem voleb do zastupitelstva ZMČ P4, tj. **do 10. srpna 2010 do 16.00 hodin**. V uvedené lhůtě je třeba, aby byla kandidátní listina již registračnímu úřadu doručena, nestačí tedy například její předání k poštovní přepravě. Lhůty podle zákona o volbách nelze prodloužit, ani prominout jejich zmeškání. Tvoří-li volební stranu nezávislý kandidát nebo sdružení nezávislých kandidátů, je třeba připojit ke kandidátní listině petici podepsanou voliči podporujícími kandidaturu této volební strany. Starosta na úřední desce zveřejnil množství podpisů potřebné na petici pro nezávislého kandidáta a pro sdružení nezávislých kandidátů v jednotlivých volebních obvodech, což je uvedeno v následující tabulce:

volební obvod	počet obyvatel	počet podpisů pro nezávislé kandidáty	počet podpisů pro sdružení nezávislých kandidátů
1	27 469	600	1923
2	27 067	600	1895
3	27 550	600	1929
4	26 099	600	1827
5	25 483	600	1784

Na území městské části Praha 4 pro volby do ZMČ P4 a pro volby do ZHMP je vytvořeno 131 volebních okrsků, které, jak již bylo uvedeno, jsou začleněny do 5 volebních obvodů. Hlasování ve dnech voleb pak bude probíhat ve volebních místnostech, jejichž sídla jsou stejná jako při volbách do Poslanecké sněmovny PČR, viz níže uvedený seznam.

Informace o počtu a sídle volebních okrsků v MČ Praha 4 pro volby do Zastupitelstva městské části Praha 4 a pro volby do Zastupitelstva hlavního města Prahy konané dne 15. a 16. října 2010

Sídlo volebního okrsku	Číslo volebního okrsku	Počet volebních okrsků
Základní škola, Nusle, Tábořská 421/45	154, 155, 156, 158, 159	5
Obchodní akademie, Nusle, Svatoslavova 333/4	157, 160, 161	3
Obchodní akademie, Nusle, Svatoslavova 333/6	162, 163, 164	3
Základní škola, Michle, Mendíků 1000/2	165, 185, 186, 187	4
Základní škola, Nusle, Sdružení 1080/2A	166, 167, 168, 169, 170, 171, 172,	7
Gymnázium, Nusle, Na Vítězné pláni 1160/1	173, 174, 175	3
Literární akademie, Nusle, Na Pankráci 420/54	176, 177, 178, 179, 180	5
Základní škola, Nusle, Plamínkové 1593/2	181, 182, 183, 184	4
Základní škola, Michle, Ohradní 1366/49	188, 189, 190, 191, 192	5
Základní škola, Michle, Na Líše 936/16	193, 194, 195, 196	4
Gymnázium, Michle, Budějovická 680/17	197, 198, 199, 231, 232	5
Základní škola, Michle, Bítovská 1246/1	200, 201, 202	3
Základní škola, Záběhlice, Na Chodovci 2700/54	203, 204, 205, 206	4
Gymnázium, Záběhlice, Postupická 3150/4	207, 208, 209, 210, 211	5
Základní škola, Záběhlice, Jižní IV 1750/10	212, 213, 214, 215, 216	5
První jazyková základní škola, Krč, Horáčkova 1100/14	217, 218, 219, 220, 221	5
Základní škola, Krč, Poláčkova 1067/3	222, 223, 224, 225, 226, 227	6
Základní škola, Krč, Na Planině 1393/13	228, 229, 230	3
Fakultní Thomayerova nemocnice, pavilon A1, Krč, Vídeňská 800	233	1
Základní škola U Krčského lesa, Krč, Jánošíkova 1320/2	234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243	10
Kulturní dům TEMPO, Lhotka, Vzdušná 564/8	244, 245, 246, 247	4
Základní škola, Braník, Filosofská 1166/3	248, 249, 281	3
Základní škola, Podolí, Nedvědovo náměstí 140/13	250, 251, 252, 253, 254, 255, 256	7
Základní škola Jeremenkova, Braník, Gončarenkova 1003/29	257, 258, 262, 263	4
Škola Kavčí hory, Podolí, K Sídlišťi 840/2	259, 260, 261	3
Střední škola technická, Krč, Zelený pruh 1294/52	264, 265	2
Základní škola, Braník, Školní 700/5	266, 267, 268, 269, 270, 271	6
Základní škola, Hodkovičky, Jitřní 185/6	272, 274, 282, 283	4
Základní škola, Braník, Jílovská 1100/16	273, 275, 276, 277, 278, 279, 280	7
Úřad městské části Praha 4, Nusle, Tábořská 350/32	284	1

Práce v okrskových volebních komisích v MČ Praha 4

Členem okrskové volební komise může být **státní občan České republiky** a **státní občan jiného státu**, jemuž právo volit přiznává mezinárodní úmluva, kterou je Česká republika vázána a která byla vyhlášena ve Sbírce mezinárodních smluv, je přihlášen k trvalému pobytu v obci na území České republiky a

- který alespoň v den složení slibu dosáhl věku nejméně 18 let,
- u něhož nenastala překážka výkonu volebního práva,
- který není kandidátem pro volby do zastupitelstva obce, pro které je okrsková volební komise vytvořena.

Každá volební strana, jejíž kandidátní listina byla zaregistrována pro volby do

ZMČ P4 a do ZHMP, může delegovat nejpozději do 30 dnů před dnem voleb, tj. do **15. září 2010 (středa)** jednoho člena a jednoho náhradníka do okrskové volební komise v každém volebním okrsku, ve kterém se do příslušného zastupitelstva volí. Delegováním členů a náhradníků se rozumí doručení jejich seznamu starostovi.

Termín 1. zasedání okrskových volebních komisí je stanoven na **21. září 2010 a 23. září 2010** v KC Novodvorská, Praha 4.

Okrsková volební komise

- dbá o pořádek ve volební místnosti,
- zajišťuje a dozírá na průběh hlasování,
- sčítá hlasy a vyhotovuje zápis o průběhu a výsledku hlasování,

- odevzdává volební dokumentaci do úschovy obecnímu úřadu (v daném případě MČ P4) s výjimkou jednoho stejnopisu o průběhu a výsledku hlasování.

Pro ty, kteří se tedy chtějí aktivně zapojit do náročné práce v okrskové volební komisi (dále jen „OVK“), kterých je na MČ Praha 4 vytvořeno celkem 131, chtějí pomoci při organizačně-technickém zabezpečení voleb do ZMČ P4 a do ZHMP a vědí o tom, že nebudou delegováni do okrskové volební komise volební stranou, otiskujeme přihlášku, kterou je třeba vyplnit a s označením „VOLBY“:

- osobně předat pracovníkům kanceláře č. 173 na Úřadu městské části Praha 4 (dále jen „ÚMČ P4“), Tábořská 350/32, tel. kontakt č. 261 192 411, 261 192 148, nebo
- odeslat na e-mail: volby@praha4.cz, nebo
- osobně předat v jednotlivých informačních kancelářích MČ Praha 4, nebo
- osobně odevzdat na detašovaném pracovišti odboru správních agend ÚMČ P4, Jílovská 1148/14, kde se vydávají OP a CP (přepážka „INFORMACE“), nebo
- odeslat na adresu: Úřad městské části Praha 4, odbor správních agend, Tábořská 350/32, 140 45 Praha 4.

Pro informaci uvádíme, že členovi OVK přísluší za výkon funkce při volbách do Zastupitelstva MČ Praha 4 a Zastupitelstva hl. m. Prahy zvláštní odměna ve výši 1300 Kč, zapisovateli OVK ve výši 1500 Kč a předsedovi OVK ve výši 1600 Kč.

Připravuje se návrh na mimořádné navýšení této odměny, o její výši rozhodne Rada MČ Praha 4.

Za Váš zájem předem děkujeme a těšíme se na spolupráci.

Pro informaci uvádíme, že formulář „Přihláška za člena okrskové volební komise pro volby do ZMČ P4 a ZHMP, které se budou konat ve dnech 15. a 16. října 2010“ je k dispozici na webu MČ Praha 4 www.praha4.cz, odkud lze tento formulář i vytisknout.

ING. TOMÁŠ SMRČEK, DAGMAR MILITKÁ,
ODBOR SPRÁVNÍCH AGEND

www.praha4.cz

PŘIHLÁŠKA

za člena okrskové volební komise pro volby do Zastupitelstva městské části Praha 4 a ZHMP, které se budou konat 15. a 16. října 2010

Příjmení Jméno (popř. jména) Titul

Datum a místo narození Zdravotní pojišťovna

Adresa trvalého pobytu PSČ

Adresa pro doručování písemností v případě, že není shodná s adresou trvalého pobytu

Mobil Pevný telefon E-mail

V současné době jsem:

Student OSVČ Zaměstnanec Důchodce jiné

Oblast, ve které byste chtěli pracovat, označte:

Braník, Krč, Novodvorská, Nusle, Pankrác, Michle, Podolí, Spořilov, Lhotka, Hodkovičky, Záběhlice (příp. dopište název školy).

V Praze dne Podpis:

PODÁNÍ PŘIHLÁŠKY NEZNAMENÁ AUTOMATICKÉ ZAŘAZENÍ DO KOMISÍ. NA ZÁKLADĚ VOLEBNÍHO ZÁKONA MUSÍ BÝT ZOHLEDNĚNY DELEGÁTNÍ LISTINY POLITICKÝCH STRAN.

Přílohy: kopie OP
kopie průkazu zdravotní pojišťovny
kopie prvního rozhodnutí o přiznání důchodu – pokud pobíráte
potvrzení o studiu – pokud jste student

Přihlášku za člena okrskové volební komise vyplňte čitelně hůlkovým písmem!

Olomoucká **VETERAN ARENA** představuje unikátní vozy

inzerce

Více než stovka historických vozidel láká návštěvníky do jedinečného soukromého muzea v Olomouci. Kromě unikátních automobilů nabízí muzeum ve svých prostorách i světytnou galerii umění a kuriozit se vztahem nejen k motorismu a regionu. Součástí muzea je i příjemná kavárna či prodejna suvenýrů, v rámci doprovodného programu je možné zde pořádat noční prohlídky i soukromé akce a nabízí tak zajímavý program pro celou rodinu.

Hlavním lákadlem jsou pro návštěvníky VETERAN ARENY především historické automobily značky TATRA, tuzemské motocykly a stabilní motory. Na ploše více než dva tisíce metrů čtverečních se představují unikátní vozy, často poslední dochované exempláře v bezvadném stavu s veškerým příslušenstvím. K nejzajímavějším kouskům patří například automobil **Tatra 75 Sport**, který byl vyroben v počtu pouze tří kusů, dnes však patrně existuje v jediném exempláři. Traduje se, že tento vůz měl k dispozici oblíbený filmový herec a režisér, hvězda českého, ale i hollywoodského stříbrného plátna – Hugo Haas. K dalším motoristickým lahůdkám patří i Tatra 11 nebo Tatra 700, kterou užíval ministr zemědělství Josef Lux, aerodynamické verze i tatrovka, kterou proslavili cestovatelé Zikmund a Hanzelka.

Kromě osobních automobilů je ale ve VETERAN ARENĚ k vidění i desítky historických

motocyklů, nákladní auta, stabilní motory, řezy a podvozky automobilů, původní benzinové stanice a výdejny oleje. Do budoucna se sbírka rozroste o vozy prostějovské firmy Wichterle – Kovařík, WIKOV. Společnost byla znárodněna v roce 1948 a jejich vozy byly ve své době označovány za český „Rolls-Royce“. K vidění bude celkem 8 vozů, počínaje modelem 28 až po model 40. Na světě se dochovalo jen do 30 kusů automobilů této značky.

Cílem muzea VETERAN ARENA je upozornit na technickou vyspělost českých konstruktérů, na eleganci tzv. prvorepublikové éry a na výjimečné vozy doby poválečné. To vše spolu se zájmem o prezentaci kvalitního českého umění a designu. Provozovatelem muzea je společnost T. S. Bohemia, která patří už 16 let mezi nejvýznamnější obchodníky v ob-



lasti prodeje výpočetní techniky a spotřební elektroniky. V loňském roce přesáhly tržby společnosti 1,4 miliardy Kč a její virtuální i kamenné obchody navštívilo 398 677 zákazníků. T. S. Bohemia vlastní mezi internetovými obchody jeden z největších logistických areálů v České republice s rozlohou skladu přes 5000 m², provozuje kamenné prodejny v jedenácti městech České republiky a v Olomouci je zákazníkům k dispozici showroom o velikosti 800 m².

T. S. Bohemia je partnerem VETERAN ARENY, největšího soukromého muzea automobilových veteránů u nás.

T.S. BOHEMIA
VÁS OSOBNĚ ELEKTROMARKET

INZERCE

MASÁŽE OD 450 Kč
SAUNY OD 125 Kč OSOBA

NOVÉ WELLNESS CENTRUM NA CHODOVĚ.

SOUL SPA

RELAXAČNÍ, SPORTOVNÍ, LÉČEBNÉ MASÁŽE,
FYZIOTERAPIE, LYMFATICKÉ MASÁŽE, BAŇKOVÁNÍ,
AYURVÉDA, CVIČENÍ, KOSMETIKA, SAUNY, PÁRA
DĚTSKÝ KLUB ZDARMA

Holušická 2, Praha 4 - Chodov, REZERVACE: +420 725 377 602, www.soulspa.cz

SC-300875/2

Jak prožít bezpečně léto?

Každý má naplánovanou dovolenou a možná právě v srpnu budete určitý čas trávit mimo svůj domov. Aby vás při návratu zpět nečekalo nepříjemné překvapení, využijte rad Městské policie hlavního města Prahy:

- Zajistěte si vybírání pošty ze schránky známým či sousedem, nebo ji nechte ukládat po dobu nepřítomnosti do pronajaté schránky na poště.
- Nezatahujte rolety a žaluzie, snažte se vytvořit zdání, že je v bytě někdo přítomen, k tomuto účelu poslouží denní časový spínač, který se v určitých časových intervalech spíná nezávisle na vaší přítomnosti.
- Cennější věci si uschovejte v bankovních bezpečnostních schránkách.
- Vlastníte-li telefon se záznamníkem, nechte na něm vzkaz o svém odjezdu.

- Nezveřejňujte svůj odjezd před neznámými osobami.
- Je dobré po dobu vaší nepřítomnosti sdělit na vás kontakt někomu ve vašem okolí, aby v případě havárie, nebo spáchání trestného činu, jste mohli být včas informováni.
- Zdokumentujte své cenné věci, případně sepište výrobní čísla přístrojů. Tyto informace pomohou policii v pátrání a pojišťovnám při likvidaci pojistné události.
- Bydlíte-li v rodinném domku, neponechávejte v jeho okolí volně přístupné nářadí a žebříky. (pol)

Taneční pro dříve narozené

Během našich společných setkání v Kulturním centru Novodvorská jsme se my všichni, kdo pro vás akce zajišťujeme, v čele se zástupkyní starosty Ivanou Staňkovou (ODS), pod jejíž záštitou jsou akce pořádány, přesvědčili, jak rádi a dobře tančíte.

Proto jsme se rozhodli připravit pro vás taneční kurzy s názvem „**Taneční pro dříve narozené**“, kde si můžete své znalosti takzvaně „oprášit“ a naučit se i něco nového. Naše kurzy povede Ing. Pavel Kojetín ze Základní umělecké školy Music Art v Modřanech. Ti z vás, kteří se zúčastnili tanečního odpoledne ve stylu Latinské Ameriky, umění pana Kojetína již viděli a jistě s námi budou souhlasit, že lepšího lektora jsme si nemohli přát.

Jednotlivé lekce proběhnou ve dnech

5. 10., 12. 10., 26. 10. a 2. 11. 2010 vždy od 14.30 do 16.30 hodin v Kulturním centru Novodvorská.

V případě zájmu vyplňte přihlášku, (viz níže) vystříhnete ji a **19. 8. nebo 16. 9. 2010** ji mezi **8.30 až 11.00 hodinou** přineste na Úřad městské části Praha 4, odbor školství a kultury, **3. patro, číslo dveří 313**. Zde přihlášku přijmeme a přiřadíme jí pořadové číslo dle jejího doručení.

Upozorňujeme, že kapacita kurzů je 20 tanečních párů! (mle)

„TANEČNÍ PRO DŘÍVE NAROZENÉ“ Přihláška pro taneční pár

Jméno a příjmení:

.....

Datum narození:

.....

Adresa trvalého pobytu:

.....

Podpis:

„TANEČNÍ PRO DŘÍVE NAROZENÉ“ Přihláška pro taneční pár

Jméno a příjmení:

.....

Datum narození:

.....

Adresa trvalého pobytu:

.....

Podpis:

Dopis měsíce: „O cvičení Tai-ji“



Vážení zastupitelé,

chceme Vás informovat o odevzvě na probíhající akci v Centrálním parku na Pankráci „Cvičení v přírodě pro všechny generace“, které probíhá zdarma každé úterý v dopoledních hodinách již od 8. června 2010. Od počátku je tato nápaditá akce navštěvována více než třiceti účastníky – dnes již spíše k padesátce cvičenců všech věkových kategorií, převážně však seniorů.

Toto méně obvyklé cvičení s prvky Tai-ji je nepochybně prospěšné a přináší nám vždy potřebnou „porci životní energie“, které není nikdy dost. Jsme vděční za Vámi vytvořenou příležitost pro všechny občany Prahy 4 – scházíme se zde z různých končin naší čtyřky. Všem Pražanům bychom takovou možnost též přáli.

Je nám však líto, že toto společné cvičení v přírodě 14. září 2010 bude končit. Jednak proto, že naše cvičitelka MgA. Vlasta Pechová – velice skromná, obětavá a odborně fundovaná žena (zkrátka též milý člověk) – se musí věnovat zajištění vlastní obživy a dalším zásadním problémem je počasí, které již ve druhé polovině září zřejmě nedovolí provozovat toto cvičení v přírodě. Sami nejsme schopni tuto situaci vyřešit.

Obracíme se proto na Vás s podnětem a důvěrou v možnost úspěšného splnění tohoto našeho „rozumného“ přání pokračovat ve všestranně prospěšném cvičení „pod střešou“. Domníváme se, že vynaložené úsilí a náklady by byly velmi dobrou investicí, která přispěje ke spokojenosti občanů.

S přáním stálého zdraví

Cvičenci v přírodě

„Zájem seniorů o toto cvičení nás velmi potěšil a určitě se budeme snažit o to, abychom od října zajištěním volných prostor na cvičení umožnili seniorům splnit přání pokračovat v dalším získávání kondice. Tai-ji na Pankráci pokračuje až do 14. 9. 2010 a další informace o cvičení Vám přineseme v zářijovém čísle Tučňáka.“

Ivana Staňková (ODS),

ZÁSTUPKYNĚ STAROSTY

PRO SOCIÁLNÍ OBLAST A ŠKOLSTVÍ

Znáte výjimečnou osobnost?

„Při častých setkáních s vámi jsme si uvědomili, kolik je mezi vámi osobností, které se mohou podělit o své znalosti a životní zkušenosti. Byla by velká škoda nepředstavit tyto výjimečné lidi i ostatním seniorům naší městské části,“ říká Ivana Staňková (ODS), zástupkyně starosty.



Proto se zástupci MČ Praha 4 rozhodli připravit novou aktivitu, a to pořad „Křeslo pro hosta“. „Budeme se pravidelně setkávat s osobnostmi žijícími na území městské části Praha 4, s rodáky, kteří nám jistě sdělí spoustu zajímavého z historie městské části Praha 4, a se spoluobčany, kteří se zabývají zvláštními koníčky, či dokázali o něco více než my ostatní,“ upřesňuje Ivana Staňková.

Pokud tedy víte o osobnosti ze svého okolí, kterou by měli poznat i ostatní seniori, zašlete její stručnou písemnou charakteristikou na adresu: Úřad městské části Praha 4, odbor školství a kultury, Tábořská 350, Praha 4, nebo předejte do podatelny úřadu.

Děkujeme předem za pomoc při realizaci této aktivity.

(mle)

ÚSTAV SOCIÁLNÍCH SLUŽEB v Praze 4, příspěvková organizace Podolská 31, 147 00 Praha 4
Srdečně zveme všechny seniory i ostatní zájemce na jednodenní výlety a týdenní pobytové zájezdy

ZÁMEK VRCHOŤOVY JANOVIČE, RYBNÍK JORDÁN, MĚSTO TÁBOR, MOŽNOST NÁVŠTĚVY HUSITSKÉHO MUZEA

TERMÍN: 21. září 2010 (úterý)

CENA: 300 Kč včetně průvodce a vstupného

ZOOLOGICKÁ ZAHRADA CHOMUTOV, MĚSTO MOST, KOSTEL NANEBEVZETÍ PANNY MARIE

TERMÍN: 13. října 2010 (středa)

CENA: 400 Kč včetně průvodce a vstupného

Týdenní podzimní rekreace HOTEL PANORAMA – TEPLICE

Ubytování je zajištěno v hotelu ve dvoulůžkových pokojích s vlastním příslušenstvím a balkonem.

Možnost procházek v lese i v lázeňském centru. Výborné léčivé prameny.

Doprava a plná penze je v ceně, možnost výletů (nabídne CK).

TERMÍN: 27. 9.–4. 10. 2010

CENA: 4300 Kč

Pro velký zájem se prosím ihned hlase u paní Radky Novákové, ÚSS-4, Podolská 31, kde obdržíte další informace a plán zájezdu, nebo na tel.: 241 430 640, 241 434 160.

senioři

Výlet parníkem pro zdravotně postižené občany



Ilustrační foto: archiv

„Po velkém úspěchu jarní seniorské plavby parníkem jsme se rozhodli tuto akci zopakovat, tentokrát pro zdravotně postižené občany naší městské části,“ informuje zástupkyně starosty Ivana Staňková (ODS).

Plavba se uskuteční 14. září od 14 hodin, společně strávíme dvě hodiny při pohledu na historické centrum Prahy a při dobré hudbě a šálku kávy.

Spoluobčany, kteří jsou držitelé průkazů ZTP nebo ZTP/P a mají zájem se plavby zúčastnit, prosíme, aby se přihlašovali na bezplatné informační lince pro seniory Úřadu městské části Praha 4. Telefonní číslo linky je **800 100 128**.

Upozorňujeme, že kapacita lodě je 90 osob!

(mle)

V rámci kurzu se dozvíte, jak zajistit své osobní bezpečí, jak si ochránit domov a majetek, jak postupovat při řešení mimořádných událostí, jak se bránit domácímu násilí a další informace potřebné v každodenním životě.

Cyklus bude zahájen 4. 10. a slavnostně zakončen 20. 12. 2010. Setkávat se budeme každé pondělí od 14 hodin ve slavnostním sále nuselské radnice.

A to nejdůležitější – jak se přihlásit?

Vyplňte přihlášku, vystříhnete a osobně doneste na Úřad městské části Praha 4, odbor školství a kultury, 3. patro, číslo dveří 313, dne 7. 9. nebo 9. 9. 2010 od 8.30 do 10.30 hodin. Zde přihlášku odevzdáte a vaše přihláška dostane pořadové číslo.

UPOZORNĚNÍ! Kapacita kurzu je 70 osob, po naplnění již nebudeme přijímat další přihlášky. Těšíme se na vaši účast v našem novém projektu.

Projekt „Senior akademie“

Úřad městské části Praha 4 připravil ve spolupráci s Městskou policií hl. m. Prahy projekt „SENIOR AKADEMIE“. Jedná se o cyklus 10 přednášek se zaměřením na prevenci kriminality páchané na seniorech a zdravotně postižených osobách.

Přihláška k účasti v projektu „SENIOR AKADEMIE“

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Adresa trvalého pobytu:

Podpis:

je zdravé řemeslo!



V Podolí žije dlouhá léta významná osobnost hudebního světa, sbormistr, dirigent a pedagog doc. Mgr. JAN MARIA DOBRODINSKÝ (85). Hudbě zasvětil celý svůj umělecky plodný život, dlouhá léta působil ve funkci hlavního sbormistra Slovenského filharmonického zboru, Pěveckého sboru Československého rozhlasu v Praze a hlavního dirigenta Středočeského symfonického orchestru v Poděbradech.



Jak jste se k profesi dirigenta vlastně dostal?

Muzikantské základy jsem měl z rodiny, otec byl dlouholetým významným členem České filharmonie a maminka výbornou cellistkou. Bydleli jsme v Nuslích a po roce 1945 nebylo obsazeno místo ředitele kůru v kostele svatého Václava. Byli jsme tehdy studentská muzikantská parta a převzali jsme tam péči o chráněnou hudbu. Tehdy jsem začal dirigovat.

Jen tak, bez přípravy?

To samozřejmě ne. Tehdy jsem končil gymnázium a studoval zároveň na konzervatoři hru na lesní roh. Měl jsem již i značnou praxi jak v amatérských, tak i v profesionálních orchestrech. Asi nejdůležitější chvílí v mém životě bylo, když mne přijal prof. Václav Talich do svého Českého komorního orchestru, kde jsem zažíval práci skutečného mistra v tomto oboru.

Profesor Talich nesměl tehdy z politických důvodů působit v Čechách, a proto přesídlil na Slovensko. Vy jste ho tam následoval dobrovolně?

Ano, když se stal profesorem dirigování na Vysoké škole múzického umenia a zároveň i šéfem Slovenské filharmonie.

Přihlásil jsem se k němu na dirigentské studium, ale po jeho ukončení jsem se marně snažil najít místo v Čechách. Můj kádrový posudek mi to vždy znemožnil – nezapíral jsem, že jsem věřící člověk. Byl jsem však na základě konkurzu přijat za hlavního sbormistra Slovenského filharmonického zboru, kde jsem potom působil 23 let.

Jak moc je fyzicky náročné dirigovat?

Záleží na technice. Je nutné, aby veškerá energie proudila z rukou a z očí. Když se to naučíte a máte na to nadání, je možné říci, že dirigování je zdravé řemeslo. Zkouška profesionálního hudebního tělesa trvá 4 až 5 hodin – a někdy jsou i dvě denně – máte tedy každý den několik hodin „prostrných“. K tomu přistupuje i práce duševní, s přemýšlením o hudbě vstáváte i leháte.

Laikům připadá, že způsob dirigování se desítky let nemění. Nastal i v této oblasti nějaký vývoj?

Dirigování jako profese se prosadila někdy koncem 19. století. Takže logicky i v této oblasti k nějaké změně muselo dojít. Domnívám se, že dochází ke globalizaci dirigentské práce, a to hlavně zásluhou trhu s hudebními nosiči.

Každý si může poslechnout i několik nahrávek jedné skladby, kdežto v době mých studií možnost poslechnout si v Divadle hudby například provedení Beethovenových symfonií od A. Toscaniniho působilo jako zjevení.

Ale rukama se „máchá“ pořád stejně?

Nemáchá. Jsou sice určitá gesta, která jsou mezinárodní a označují hlavně druh taktu a tempo. Tuto práci by ovšem mohl dělat i robot. Ale každá skladba má nějakou výpověď, něco, co je

„za notama“. Podobně jako v knize či v novinách něco čtete „mezi řádky“. Například v symfoniích Beethovena můžeme vysledovat jeho filozofický pohled na svět. Umění dirigenta je právě v tom toto přetlumočit – nejdříve orchestru a následně publiku.

Z čeho je vyrobená dirigentská taktovka?

Bývala ze dřeva a měla různé formy. Ale víte, jak zemřel jeden z prvních dirigentů Jean Baptista Lulli? Jeho taktovka se podobala dlouhé holi, s níž „tloukl“ první dobu taktovou. Jednou se v rozčilení udeřil do nohy, dostal sněh a zemřel. Dirigovalo se zpočátku i svítkem not, nebo smyčcem. Teď se taktovky vyrábějí z umělé hmoty, aby byly co nejlhčí.

Co považujete za svůj největší profesní úspěch?

Se Středočeským symfonickým orchestrem a hlavně se Slovenským filharmonickým zborom jsem projel celou Evropu a s ním jsem získal i mnoho mezinárodních ocenění (například ocenění francouzské akademie Prix du disque). Vrcholem spolupráce s tímto tělesem bylo účinkování na mezinárodním festivalu ve Štrasburku v roce 1976. O výkonech sboru – účinkovali jsme nejen na koncertním pódiu, ale i v proslulé katedrále a v opeře – napsali v místním tisku: „Je-li zvykem za nějaký povedený výkon smeknout klobouk, pak v případě Dobrodinského družiny by bylo nutné smeknout celé kloboučnictví.“ Za mimoprofesionální úspěch považuji svou práci poradce ministra kultury v letech 1992–96 a v téže době funkci předsedy Asociace hudebních umělců a vědců. Tenkrát měla na 1400 členů a sdružovala 11 profesních organizací. „Kočírovat“ umělce je náročné, ale myslím, že i to jsem úspěšně zvládl.

MARTIN DUDEK

Foto: archiv J. M. D.





Ptačí trylky

Již potřeťí mohou nejen děti a rodiče, ale i ostatní příznivci přírody či výtvarného tvoření navštívit otevřené výtvarné a přírodovědné dílny v Kunratickém lese.

Po celý týden od 12. do 18. září zde budou probíhat výtvarné dílničky pod vedením malířky Marie Brožové, známé svou originální pastelkovou technikou, a další drobné tvoření z přírodních materiálů.

Zároveň tu Lesy hl. m. Prahy ve spolupráci s Českou ornitologickou společností připravují lesní stezku tentokrát na téma „Ptačí svět a duše kamenů“. Nahlédneme tak do života ptačích obyvatel, poznáme jejich přibytky a některé si dokonce prohlédneme zblízka. A protože je pro mnohé z nás neživá část přírody velkou neznámou, připravujeme zde i stanoviště o horninách a nerostech nejen Kunratického lesa.

Celá akce „Ptačí trylky“ bude zahájena v neděli 12. 9. od 10 hod. u chaty Gizela. Tento den se mohou návštěvníci navíc těšit i na letové ukázky dravců a sov, netopýry a možná bude i další překvapení.

(uj)

FOTO: ARCHIV LESY HL. M. PRAHY

Setkání přátel Hodkoviček

V sobotu 18. září se uskuteční již šestnácté „Setkání přátel Hodkoviček“ na hřišti v ulici Nad Údolím.

Akce se koná s finančním příspěvkem městské části Praha 4 (grant). Začátek je v 15 hodin pro děti, pro dospělé od 18 hodin. Občerstvení, hudba a tanec. Vyhlašujeme soutěž o nejlepší Hodkovičský koláč, proto prosíme o přinesení koláčů do soutěže.

ING. FRANTIŠEK KOLÍN

Bibliobus jinak

Od září dojde ke změně jízdního řádu pojízdné knihovny, a to následovně:

Michle, Jihlavská: od 1. 9.

– liché týdny ve středu 14–18 hod.,

Podolí, Podolská: od 2. 9.

– liché týdny ve čtvrtek 14–18 hod.,

Braník, Na Mlejnu: od 10. 9.

– sudé týdny v pátek 9–13 hod.

(jh)

Přijďte se podívat do školky

Jazyková mateřská škola rodinného typu Cubbyland nabízí dětem od 2 do 7 let celodenní česko-anglický program. Výuka probíhá hravou formou s českými a rodilými mluvčími a na jednoho učitele připadá maximálně 5 dětí. Samozřejmostí je celoroční bohatý tematický program s outdoorovými aktivitami, výlety a návštěvami sportovišť. Do školky, jejíž patronkou je herečka Zdeňka Žádníková Volencová, se můžete přijít podívat celé léto (7.00–17.30 hod.), najdete ji na Novodvorské 288/75. Info na www.cubbyland.cz.

(md)

Vzpomínka na herce

Ve Filmové galerii v Branické č. 71 probíhá výstava plakátů a fotografií herečky Adiny Mandlové a herce Raoula Schránila. Každou středu od 10 do 18 hod. je možné v galerii zakoupit nejen plakáty, fotografie a knihy o filmech, ale i filmové promítačky, kamery a fotoaparáty. Informace na tel. č.: 606 112 000.

(md)



Projekce filmových dokumentů

Filmoví labužníci si přijdou na své v úterý 17. srpna od 19 hodin v Domově Sue Ryder – v rámci cyklu filmových projekcí, které zde rozběhly od letošního května, můžete každý měsíc zhlédnout kvalitní český či zahraniční dokument. Srpnová projekce bude věnována **restaurovaným filmům klasika českého dokumentu Jana Špáty.**

Z unikátního projektu digitálního restaurování filmů, který je v českých podmínkách dosud nejrozsáhlejším, je pro filmovou distribuci vybráno pásmo pěti z nich:

Respice Finem (1967, 15 min.) – slavný filmový esej o venkovských stařenkách s pokorou očekávajících konec života; Hallo Satchmo (1966, 26 min.) – reportáž z pražské návštěvy legendárního Luise Armstronga; Variace na téma Gustava Mahlera (1981, 13 min.); Mezi světlem a tmou (1990, 24 min.) – záznam hrdinů fotografií Jindřicha Štreita z pohraničí; Atletické variace (1982, 28 min.) – esej o vítězstvích a prohrách člověka při sportovním klání na mistrovství Evropy v Athénách v roce 1982.

(ša)

FESTIVAL EXTRÉMNÍCH SPORTŮ JOYRIDE V BRANÍKU

Starosta městské části Praha 4 Ing. Pavel Horálek (ODS) a zastupitelé Prahy 4 (ODS) opět po roce podpořili konání jedinečného festivalu extrémních sportů JoyRide, který se v minulém roce setkal s obrovským zájmem diváků (návštěvnost v roce 2009 byla 15000 osob).

„Podporou tohoto festivalu chceme vyjádřit náš zájem o rozvíjení mimoškolních aktivit a smysluplné trávení volného času dětí a mládeže. Realizace těchto akcí a rekonstrukce dětských a sportovních hřišť jsou našimi prioritami, kterým se chceme věnovat i v budoucnu,“ říká starosta MČ Praha 4 Ing. Pavel Horálek (ODS).



Letošní ročník festivalu JoyRide.cz opět představí několik stovek sportovců, včetně mistrů republiky, ale i mistrů Evropy a světa. Na všechny návštěvníky tak čeká na Císařské louce v pátek od 15.00 hodin wakeboarding v podání například Miloše Veselého nebo Zdeňka Šefčíka nebo freestyle exhibice na vodním skútru dvojnásobného mistra Evropy Václava Iocmana Žáčka. Zároveň proběhnou na Císařské louce turnaje v paintballu a airsoftu (japonská obdoba paintballu).

V sobotu se pak Joyride od 10.00 hodin přesune do Braníka, kde je připraven freestyle motocross společně s Petrem Pilátem a dalšími, freestyle BMX, kde se předvede profi freestyle BMX rider Jeny Valenta a aktuálně třetí jezdec největšího BMX závodu v Evropě BMX Masters Cologne Michael Beran, mezinárodní open breakdance battle a street dance a další. I zde si budou moci návštěvníci festivalu

vyzkoušet za symbolickou cenu paintball a airsoft. Navíc je připraven již tradiční COOL stan s bohatým programem, dětská zóna se soutěžemi a nafukovacími atrakcemi nebo bungee trampolíny. Po oba dny vás již tradičně čeká spousta hudby a spousta



zajímavých kapel jakou jsou SKYLINE, PSH, Clou nebo Niceland. Podrobné informace k letošnímu festivalu a kompletní program naleznete na internetové adrese www.joyride.cz v sekci festival.



PROGRAM - JOYRIDE

Sobota 4. 9. 2010, Praha 4 - Braník

FMX ARENA

13.00 Trénink FMX contest
14.30 FMX contest I.
17.00 FMX contest II
19.00 FINALE FMX contest

BMX & MTB ARENA

10.00 – 13.30 Volný trénink BMX + MTB
13.00 – 13.50 Registrace jezdců
14.00 Zahájení závodu
14.10 – 15.10 Kvalifikace MTB jezdců
15.40 – 16.40 Kvalifikace BMX
16.45 – 16.55 Trénink MTB jezdců
17.00 – 17.35 Finále MTB
17.55 – 18.05 Trénink BMX jezdců
18.10 – 18.45 FINALE BMX
20.00 Vyhlášení výsledků závodu na hlavním pódiu

BIKETRIAL, TRIAL & POWERISER ARENA

13.00 Start závodu biketriálu
17.00 FINALE biketriál contest

joyride.cz stage

13.00 – 13.45 Rara Avis
14.00 – 14.45 Voltavox
15.15 – 16.00 River Jordan
16.30 – 17.15 Mr. Loop
17.45 – 18.30 Niceland
19.00 – 20.00 Eddie Stoilow
20.00 – 20.30 Vyhlášení vítězů
21.00 – 22.00 PSH
22.30 – 23.30 SKYLINE

www.joyride.cz

KURZY V KULTURNÍM CENTRU NOVODVORSKÁ OPĚT STARTUJÍ

V prvním pololetí školního roku 2010/11 připravilo Kulturní centrum Novodvorská novou širokou nabídku jednorázových i dlouhodobých kurzů jako je například salsa, zumba, kurz efektivního rodičovství, kurz pro nastávající matky. Chybět nebudou ani velice oblíbené taneční kurzy, které se konají na radnici městské části Praha 4. Bližší informace o všech připravovaných kurzech naleznete na www.kulturanactryce.cz

Kurzy pro maminky s miminky a batolaty

Hudební školička Yamaha

Pro 8–12 dětí v doprovodu jednoho z rodičů. Přihlášky na www.yamahakurzy.cz
Každé pondělí 9.00 – 11.45 a 16.00 – 17.45 – začínáme 6. září 2010

Cvičení na míčích s Radkou Vlachynskou

Maximálně pro 13 dětí. Přihlášky přijímáme od 9. srpna 2010.

Cena kurzu 1760 Kč/16 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každá středa 09.30 – 11.30 – začínáme 8. září 2010

Každý pátek 10.00 – 11.00 – začínáme 10. září 2010

Angličtina pro maminky s hřídkáním dětí

Kurz otevřeme při minimálním počtu 6 maminek. Hřídkání zajišťuje kvalifikovaný personál. Přihlášky přijímáme od 9. srpna 2010. Cena kurzu je 3500 Kč/10 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každý čtvrtek 09.30 – 11.30 – začínáme od 30. září 2010

Maminkohrani

Veselé inspirace pro hrátky s dětmi s Hankou Strejčkovou. Přihlášky přijímáme od 9. srpna 2010. Cena kurzu je 1100 Kč/11 lekcí

(1 lekce = 45 minut).

Každé úterý 10.00 – 11.00 – začínáme 21. září 2010

Kurz pro nastávající maminky

Kurz otevřeme při minimálním počtu 4 maminek. Náplň kurzu je těhotenské cvičení a teoretická příprava k porodu.

Každé pondělí 17.00 – 19.00

Kurzy pro děti předškolního věku (3–7 let)

Hudební školička Yamaha

Pro 8–12 dětí v doprovodu jednoho z rodičů. Přihlášky na www.yamahakurzy.cz

Každé pondělí 14.00 – 17.45 – začínáme 6. září 2010

Cvičení na míčích s Radkou Vlachynskou

Maximálně pro 10 dětí. Přihlášky přijímáme od 9. srpna 2010. Cena kurzu je 1200 Kč/8 lekcí a 2240 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každé pondělí 16.00 – 16.45 – začínáme 13. září 2010

Bohoušova divadelní školka

Tvořivá dramatika s Hankou Strejčkovou – zahrajeme si divadlo, oživíme loutky,

vyzkoušíme různé role a mnoho dalšího. Přihlášky přijímáme od 9. srpna 2010.

Cena kurzu je 1100 Kč/11 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každé úterý 16.00 – 17.45 – začínáme 21. září 2010

Obrázková angličtina pro děti

Maximálně pro 6 dětí ve věku od 4 do 6 let.

Cena kurzu je 1200 Kč/10 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každý čtvrtek 16.00 – 16.45 – začínáme 23. září 2010

Aerobic

Maximálně pro 13 dětí ve věku od 4 do 6 let.

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každou středu 16.00 – 17.00 – začínáme 15. září 2010

Kurzy pro děti školního věku

Street dance & R'n'B

Maximálně pro 13 dětí.

Cena kurzu je 1900 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každé úterý 18.00 – 20.00 – začínáme 14. září 2010

HIP HOP

Maximálně pro 13 dětí.

Cena kurzu je 1900 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každou středu 15.00 – 18.00 – začínáme 15. září 2010

Rock and Roll

Maximálně pro 13 dětí.

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každou středu 17.00 – 19.00 – začínáme 15. září 2010

Moderní tanec

Maximálně pro 13 dětí ve věku od 5 do 8 let.

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každý čtvrtek 17.00 – 18.00 – začínáme 16. září 2010

Sebeobrana

Maximálně pro 13 dětí.

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každou středu 17.30 – 19.30 – začínáme 15. září 2010

Flétna

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 30 minut).

Každý čtvrtek 15.00 – 17.30

Klavír

Cena kurzu je 2400 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každé pondělí a čtvrtek 14.00 – 17.30

Každé úterý 13.00 – 17.30

Výtvarná výchova

Maximálně pro 10 dětí.

Cena kurzu je 1760 Kč/16 lekcí (1 lekce = 90 minut).

Každou středu 15.30 – 18.30

Kurzy pro dospělé

Flétna - klavír - kytara

Cena kurzu je od 1600 Kč do 2400 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Více informací na: www.kulturanactryce.cz

Jóga

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každé pondělí a úterý 18.00 – 20.00 – začínáme 13. září 2010

Každý pátek 16.00 – 17.00 – začínáme 17. září 2010

Zumba

Cena kurzu je 1000 Kč/10 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každé pondělí 19.00 – 20.00 – začínáme 20. září 2010

Tajemství Tai-ji pokročilí (s Vlastou Pechovou)

Cena kurzu je 2000 Kč/10 lekcí (1 lekce = 90 minut).

Každé pondělí 18.00 – 19.30 – začínáme 13. září 2010

Základy Tai-ji začátečníci (s Vlastou Pechovou)

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 90 minut).

Každé pondělí 20.00 – 21.30 – začínáme 27. září 2010

Pilates

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každý čtvrtek 18.00 – 21.00 – začínáme 16. září 2010

Tai-ji

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každý čtvrtek 18.00 – 20.00 – začínáme 16. září 2010

Kondiční cvičení

Cena kurzu je 1600 Kč/16 lekcí (1 lekce = 60 minut).

Každou středu 19.00 – 21.00 – začínáme 15. září 2010

Taneční kurzy pro dospělé (společenský sál nuselské radnice)

Cena kurzu je 3000 Kč/pár.

Každý čtvrtek 18.30 – 21.30 – začínáme od října 2010

Angličtina

Cena kurzu je 2400 Kč/16 lekcí (1 lekce = 45 minut).

Každé pondělí a úterý 18.00 – 19.30 – začínáme od 13. září 2010



JOYRIDE.cz

extreme sports & music portal

FESTIVAL EXTRÉMních SPORTŮ

PRAHA 3.-4. ZÁŘÍ 2010

3. 9. | 18.00 | PRAHA 5. CHVÁTKA
4. 9. | 10.00 | PRAHA 4. BUKOVKA

FMX • BMX • BIKETRIAL
BREAKDANCE • WAKEBOARD
AIRSOFT • PAINTBALL

PSH • SKYLINE
CLOU • POST-IT • MR. LOCO
STATY PRESENTS • ERIC STYLOH
HOLLAND • NOTES FROM PRAGUE & SOUL

www.joyride.cz



Petr Pilát
FMX superstar



KULTURNÍ ODPOLEDNE PRO ABSOLVENTY POČÍTAČOVÝCH KURZŮ



6. 10. ST, 14.00–19.00

Kongresové centrum, Praha 4

Pro seniorské absolventy počítačových kurzů připravila městská část Praha 4 na první říjnovou středu kulturní odpoledne plné písniček a povídaní. Program se skládá ze dvou bloků. V tom prvním vystoupí Eva a Vašek a ve druhém Vladimír Hron. Celým pořadem bude provázet jedinečný moderátor Alexandr Hemala.



VEČER IRSKÉ HUDBY A TANCŮ

18. 8. ST 19.30 KCN

Večer bude probíhat ve znamení tradiční

irské hudby a tance, který pořádá 10. letní škola irských tanců. Na programu budou irské celi a setové tance, které se zde budou moci naučit i úplní začátečníci.

K tanci i poslechu bude hrát hudební skupina Shannon, která hraje irskou hudbu přesně takovou, jakou jí nabízí „Smaragdový ostrov“, což si muzikanti ověřili na své společné cestě po Irsku, kde hráli s nejedním irským muzikantem a procestovali ostrov doslova křížem krážem. Večerem bude provázet Vašek Bernard – zakladatel školy irských tanců Bernard's. Irská tradiční hudba + irský tanec = nevšední a velmi příjemný zážitek. www.bernards.cz, www.shannon-irishmusic.com/czPromo.htm



facebook

4-Volnočasová na Facebooku
staňte se našim fanouškem

Kontakt:

více informací naleznete na: www.kulturanactyrce.cz
www.4-volnocasova.cz

Kulturní centrum Novodvorská
Novodvorská 1013/151, Praha 4

Kulturní centrum Spořilov
Hlavní 1402/141, Praha 4

Nuselská radnice
Táborská 411/34, Praha 4

www.kulturanactyrce.cz

UJÍŽDÍME NA KOLOBĚŽKÁCH
závod nejen pro děti...

sobota 18.9. 2010
od 14:00 h.

lokalita:
ul. Na Mlejnu, Praha 4 Braník

půjčovna koloběžek
a vybavení zdarma
prezentace svazu koloběhu
hodnotné ceny pro vítěze
atrakce pro děti
občerstvení

POŘADÁ 4-VOLNOČASOVÁ, O.P.S., A UMĚLECKÁ AGENTURA P+S VE SPOLUPRÁCI S UMĚLECKÝM SDRUŽENÍM ARTES
A S FINANČNÍ PODPOROU HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY A MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 4

www.kulturanactyrce.cz

**5. MEZINÁRODNÍ LETNÍ SOUTĚŽNÍ PŘEHLEDKA
MALÝCH DECHOVÝCH ORCHESTRŮ**

Praha hostí dechovku 2010

**POŘADY PROVÁZÍ
JANA MATĚJCOVÁ A JOŽKA ZEMAN**

31. 7. | Treboňská Dvanáctka s HOSTEM JIŘÍM ŠKVÁROU

7. 8. | Pražští muzikanti s HOSTEM IVANOU ZBOŘILOVOU

14. 8. | Vinšovanka s HOSTEM STANISLAVEM HORÁKEM
OSLAVA ŽIVOTNÍHO JUBILEA RICHARDA ADAMA S GRATULANTY

21. 8. | Bojané s HOSTEM KARLEM BLÁHOU | VYHLÁŠENÍ VÍTĚZE

SOBOTA ZAČÁTKY VE 14.00 ZDARMA

KC NOVODVORSKÁ • NOVODVORSKÁ 1013/151 • PRAHA 4

koncerty - besedy - přednášky - workshopy - venkovní akce - divadlo - dětské programy - koncerty - besedy - přednášky - workshopy - venkovní akce - divadlo - dětské programy

RE/MAX 150 kanceláří v ČR
1.200 makléřů
15.000 nemovitostí v nabídce
RE/MAX prodává nejvíce nemovitostí na světě.

Máte nemovitost k prodeji?

Nabídněte ji do největší sítě realitních kanceláří, bude ji prodávat přes tisíce makléřů!

Vaše kanceláře na Praze 4:

RE/MAX Admiral: Nakupní centrum Budějovická, metro C
737 82 46 28, www.re-max.cz/admiral

RE/MAX Harmony: Na Pankráci 20, metro Vyšehrad
800 14 00 14, www.re-max.cz/harmony

SC-912548

Dne 6. 8. 2010
by se dožil 80 let
můj manžel,
tatínek a dědeček,
pan Jiří Přeučil,
holič a kadeřník z Prahy 4-Spořilov.

**Stále vzpomínají
manželka a děti s rodinami.**

SC-3010451

ZASKLENÍ LODŽIE OPTIMI

SETRÍ TEPLA A PENÍZE

Optimalizace tepelných ztrát, zvýšení tepelné izolace, snížení energetických nákladů, zvýšení kvality bydlení, snížení emisí CO₂, snížení nákladů na vytápění, snížení nákladů na údržbu, snížení nákladů na pojištění.

NEJVÍCE VÝHOD V ČR

**ZASKLENO VÍCE NEŽ
65 000 BALKONŮ !!**

Dodávky v celé ČR prostřednictvím autorizovaných firem

Dubečská 4/74, 100 00 Praha 10
tel.: 274 818 721, mob.: 602 477 874
info@optimi.cz, www.optimioriginal.cz

SC-3009092

**Rekonstrukce koupelen
a celých bytů**

Zednictví, malířství, elektro, instalatérství
Pokládka podlah, kuchyňské linky
www.koupelny-bilec.cz

Tel.: 737 645 284, 775 902 071

**Sleva 10 % pro klienty
v důchodovém věku**

SC-3010501

Okamžité půjčky!

Půjčky pro osoby se stálým
příjmem, důchodce, živnostníky
a půjčky na zástavu
bez prokazování příjmu
a bez poplatků předem

**Profi Credit Czech, a.s.
volejte 774 310 702**

SC-3010551

RÁDKOVÁ INZERCE

**REKONSTRUKCE
BYTOVÉ JÁDRO**

20 %... SLEVA... V ZÁŘÍ

tel: 241 730 387 nebo 602 244 255
www.bytovejadro.cz

SC-1000576

MALÍŘI, LAKÝRNÍCI, ÚKLID

Vše v příznivých cenách včetně záruky.
Rozpočty a konzultace ZDARMA
– zastupování ostatních firem

BALKAP Jilovská 426, Praha 4
tel.: 241 493 617, 777 708 035, 777 708 034
www.balkap.cz

SC-3009131

**Kalanetika s rehabilitačními míči
a Bodystyling na zestežnění v Oáze Praha 4
u metra Budějovická od září 2010.**

PO a ÚT od 19 hod. Info u cvičitelky: 777 190 091

SC-3010551

INSTALATÉRSKÉ PRÁCE
rozvody, opravy, výměny baterií
a WC, připojení praček, myček

tel.: 737 384 001
e-mail: fort.mirek@seznam.cz

SC-1000636

STĚHOVÁNÍ-VYKLÍZENÍ
čeští pracovníci, tel.: 723 809 137
www.stehovaniabytu.cz

SLEVA NENÍ PROBLÉM

SC-3007992

MALOVÁNÍ – LAKOVÁNÍ
Veškeré stavební práce
Obklady dlažby
RIVASTAV spol. s r. o.
603 248 409, riva.stav@seznam.cz

SC-3009123

NOVÁ MADLA NA ZÁBRADLÍ

Kompletní dodávka a montáž nových modelů lešchoditřevých zábradlí
– demontáž a likvidace starých modelů – v panelových domech

BALKAP Jilovská 426, Praha 4
tel.: 241 493 617, 777 708 035, 777 708 034
www.balkap.wz.cz

SC-3009133

!HODINOVÝ MANŽEL!
vše všemoh – kutil – údržbář

drobné opravy v domácnosti a domě + další služby
pochvilnost - kvalita - diskretnost
www.vashodinovymanzel.cz
tel. 241 409 253, mobil 608 165 059

SC-3009432

ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ
224 214 617, 604 207 771

SC-3008881

Ing. JAN MELŠ
SOUDNÍ ZNALEC A LICENCOVANÝ ODHADCE
CENY A ODHADY NEMOVITOSTÍ, PORUCHY STAVEB

tel: 603 253 938, fax: 244 466 040, mail: jan.mels@atlas.cz

SC-3009471

INSTALATÉRSKÉ PRÁCE,
výměny WC, baterií, opravy a rozvody
bez účtování paušálu za příjezd!!!

Tel.: 777 948 025

SC-3009441

ELEKTRIKÁŘ NA PRAZE 4
nové instalace, opravy a údržba stávajících
opravy el. strojů a spotřebičů

Tel: 272 765 431, 602 441 762

SC-3009511

**INSTALATÉRSKÉ PRÁCE
! všeho druhu !**

Mobil: 773 630 509

SC-3009103

ODHADY NEMOVITOSTÍ

Ing. Šárka Stuchliková-soudní znalec
tel. 602 581 122 e-mail: znalec@f-m.cz

SC-3009451

MALOVÁNÍ, LAKOVÁNÍ VČ. ÚKLIDU
lakýrní práce lze provést i v době

www.mls.cz
POKLÁDKA OBKLADŮ A DLAŽEB
ZEDNICKÉ PRÁCE
TEL: 241 493 633, 603 501 166
NAD LIDSKÝM STAVEM LIDIA 14200 PRAHA 4

SC-3009691

**K občasným výpomocím na zahrádce
hledám muže – důchodce.**

Hodkovičky, Praha 4 • Tel.: 775 974 347

SC-3010531

MARTIN KOUT
Zedník, malíř-lakýrník, plovoucí podlahy
REKONSTRUKCE BYTU.

Tel.: 606 122 574
mates.kout@seznam.cz

SC-3009461

Rychlé stěhování Delfin
Stěhování, vyklizení, malování,
důchodci 10% sleva

Tel.: 721 771 661 • www.stehovani-delfin.cz

SC-3009311

**Firma S + M MALÍŘSKÉ
A LAKÝRNICKÉ PRÁCE**

Lakýrnícké práce lze provést i v době. Rozpočty a konzultace zdarma!

www.maluji-lakuji.cz
tel./fax: 241 494 620, mobil: 603 485 331

SC-3010581

**** OPRAVY **
CHLADNÍČEK A MRAZNÍČEK
** I So a Ne ****

* PRODEJ nových *
* ODVOZ starých *

Kontakt: 602 719 678, 261 261 792

SC-3010591

Český Domov
noviny do každé schránky...



Sport park slavnostně otevřel starosta MČ Praha 4 Pavel Horálek.

Protáhnout si tělo pod dozorem fitness trenérky a dozvědět se něco o životosprávě a o správném životním stylu, to vše nabízí každý čtvrtek seniorům nově



Přijít si zdarma zacvičit můžete kdykoliv.



Patronem parku se stal lékař a čestný občan MČ Praha 4 profesor Pavel Pařko.

otevřený Sport park v Podolí. Díky investici městské části Praha 4 se zanedbaná betonová plocha v blízkosti podolské vodárny proměnila v krásně upravenou, kdykoliv přístupnou plochu s 11 cvičebními stroji a podle ohlasů prvních návštěvníků-seniorů jde o více než vítaný počin.

(md)

Foto: Zdeněk Kříž

Netradičně, ale živě

Na ZŠ Poláčkova byl závěr školního roku opravdu rušný. Tempo udali mladší žáci, kteří reprezentovali Prahu 4 v krajském finále Poháru rozhlasu v atletice, kde obsadili 7. místo.

Následovalo tradiční rozloučení se žáky 9. tříd, kdy se slavnostního oběda zúčastnila zástupkyně starosty Ivana Staňková a vedoucí odboru školství paní J. Ságlová. O den později se deváťáci rozloučili s ostatními spolužáky vlastním koncertem a posledním zvoněním. Vzhledem k rozsáhlé rekonstrukci školy ztichly všechny prostory a většina žáků odjela na školy v přírodě. Také závěr školního roku byl netradiční, vydávání vysvědčení žáků proběhlo např. v hotelu ILF, v prostorách České spořitelny a také v budově Telefónica O2 na Brumlovce. Všichni se těšíme na návrat do klidných prostor naší nově zrekonstruované školy.

(vk)



Kluk zapálil dům

Mohla to být obyčejná kontrola v nuselských ulicích. Středeční poslední červnové dopoledne bylo ale nakonec pro hlídku strážníků z OŘ Městské policie Prahy 4 dost dramatické. Jako první byli v Čapkově ulici u hořícího domu.

Několikametrové plameny vyšlehly ze střechy domku po desáté hodině dopoledne. Strážníci informovali o požáru hasiče i policisty a na místě začali okamžitě organizovat pomoc. Podle obyvatelů domku, kde hořelo, už uvnitř nikdo nebyl. Hustý dým ale ohrožoval nájemníky sousedních domů. „Pomohli jsme s evakuací 15 starších lidí ve věku od 50 do 85 let. Hasiči byli na místě za čtyři minuty a převzali si záchranné práce,“ upřesnil ředitel MP Praha 4 René Štýbr. Hlídka kromě evakuace organizovala přeparkování vozidel a také se dozvěděla, kdo je za požár odpovědný. „Žena z domu, kde hořelo, nám sdělila, že šestiletý syn jejího bratra na zahradě zapálil větev a odnesl ‚pochodeň‘ na půdu. Tuto informaci dostal i vyšetřovatel hasičů,“ uvedli v hlášení strážníci.

(AST)

FOTO: MĚSTSKÁ POLICIE PRAHA 4





„Paul Newman byl mým šéfem!“

říká herec Zdeněk Maryška

Na jevišti Divadla Na Fidlovačce hraje hlavní roli v hudební komedii německého dramatika Curtha Flatowa Jak vyloupit banku. Váš výkon je pozoruhodný, na konci dokonce tančíte. Jste dobrý tanečník?

Tančit umím, ale na pódiu to je spíš jen náznak tance. V Mariánských Lázních, odkud pocházím, jsem se krátkou dobu intenzivněji tanci věnoval. Součástí divadelních zkoušek je samozřejmě i pohybová výchova.

Děj hry se odehrává v New Yorku. Vy jste žil třináct let ve Spojených státech. Kdy a proč jste z Československa odešel?

Odejel jsem v roce 1982. Krátce předtím režíroval Jan Kačer v Mahenově činohře (dnes Národní divadlo Brno – pozn. autor-

Kde jste se usadil?

Začínal jsem v Kalifornii, dva roky jsem žil v San Francisku. Pak jsem se odstěhoval na východní pobřeží a žil ve Washingtonu. Později jsem dostal angažmá v Chicagu, jednalo se o představení Ghost on Fire dramatika Michaela Wellera v Goodman Theatre na břehu Michiganského jezera. Byla to velká činohra, která se hrála několik měsíců. Na představení chodily až tři tisíce diváků. Bylo to v zimě a teploty dosahovaly minus třiceti stupňů. Do divadla jsem jezdil na běžkách.

A pak jste odjel do New Yorku...

V New Yorku jsem žil jedenáct let. Pravidelně jsem docházel do prestižního Actor Studia (tzv. Hereckého studia) na 44 Street nedaleko Broadwaye a stal se jeho členem. Studio založili v roce 1947 Lee Strasberg a Elia Kazan. Začínalo zde mnoho herců, například Marlon Brando,

adresu Broadway 1770. Byly to shodou okolností původní prostory Hlasu Ameriky, odkud za druhé světové války vysílali rozhlasové pořady Jan Werich s Jiřím Voskovcem.

Po návratu jste se natrvalo usadil v Praze 4?

S partnerkou Hanou bydlíme na Pankráci čtrnáct let. Teď jsem doma tady. Navíc se tu znovu setkávám se svými starými kamarády. Mými spolužáky v posledním ročníku na JAMU byli například Eliška Balzerová a Bolek Polívka.

Nemohu se nezeptat na vaši vysněnou roli...

Vytoužené role nemám. Těší mě ty, které život přinese. Postava Gustona Masterkeye v představení Jak vyloupit banku je jednou z nich. Herec Lumír Olšovský se výborně zhostil režisérské role a ve hře se odráží jeho úžasná spolupráce s hereckými kolegy.

ZDENKA KOTALOVÁ

„V Chicagu jsem jezdil do divadla na běžkách.“

ky), kde jsem sedm let působil, dramati- zaci románu Kena Kesseye Přelet nad kukaččím hnízdem. Měl jsem hrát hlavní roli pacienta Patricka McMurphyho, kterou ve filmu ztvárnil Jack Nicholson. Tři dny před premiérou byla hra komunistickým režimem zakázána. To byla poslední kapka. Potom jsem odešel.

Marylin Monroe nebo Al Pacino. Do března 1995 byl naším ředitelem Paul Newman. V současné době mají šest tisíc členů, herců z celého světa. Dvakrát týdně se konají takzvané herecké lekce a na představení chodí také režiséři, kteří hodnotí předvedené výkony a zároveň si vybírají herce do budoucích projektů. Tehdy jsem byl ovšem současně zaměstnán v hotelu jako vrchní číšník.

Několik let jste také pracoval v rádiu Svobodná Evropa. Co konkrétně jste připravoval?

Byl jsem nezávislým příspěvovatelem devět let, až do roku 1995. Pořad, který jsem připravoval a uváděl, se jmenoval Kulturní zastaveníčko z opačné strany světa. Jednalo se o mé osobní postřehy a krátké povídky. Příspěvky jsem posílal z newyorské redakce do Mnichova, odkud se relace vysílala. Naše kancelář měla



Jako Guston Masterkey ve hře Curtha Flatowa „Jak vyloupit banku“ v Divadle Na Fidlovačce.

Zdeněk Maryška

- 1947 narodil se v Mariánských Lázních
- 1971 ukončil studium herectví na brněnské JAMU
- 1982 odešel do USA
- 1995 vrátil se do České republiky
- 1998 hraje v Divadle Na Fidlovačce
- Hostuje také v Divadle Na Jezerce a v Činoherním klubu.

Projekty městské části Praha 4 podporované z Operačního programu Životní prostředí

Městská část Praha 4 obdržela finanční prostředky na dokončené projekty podporované z Operačního programu Životní prostředí.

Městská část Praha 4 zrealizovala v roce 2009 celkem šest projektů v rámci 1. a 3. výzvy OPŽP. Finanční prostředky obdržela na pět z nich v následující výši:

Akce:	Dotace z Fondu soudržnosti (EU)	Dotace SFŽP	Celkové náklady akce
Úspory energií – ZŠ Horáčkova, Praha 4	24 038 965,44 Kč	1 414 056,79 Kč	52 693 438,00 Kč
Energetické úspory v ZŠ Jeremenkova	14 629 552,00 Kč	860 561,00 Kč	39 312 400,00 Kč
Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Mateřské školy Matěchova, Praha 4	1 273 283,00 Kč	74 899,00 Kč	4 571 045,00 Kč
Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Mateřské školy Mezivřší, Praha 4	4 014 395,30 Kč	236 140,90 Kč	9 927 614,00 Kč
Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Mateřské školy Jihozápadní, Praha 4	3 728 726,45 Kč	219 336,85 Kč	6 272 374,40 Kč
Celkem		50 489 917,63 Kč	112 776 871,40 Kč

U projektu „Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Mateřské školy Sedlčanská, Praha 4“ MČ Praha 4 doposud o platbu nepožádala z důvodů vyjasňování detailů plnění díla.

V letošním roce probíhá realizace dvou zbývajících projektů v rámci 3. výzvy. Současně probíhá administrace k naplnění podmínek pro získání dotace.

Jedná se o projekty „Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Základní školy

Jílovská, Praha 4“ a „Zlepšení tepelně-technických vlastností obvodových konstrukcí budov Základní školy Poláčkova, Praha 4“ – jsou plánovány k realizaci v roce 2010, realizace započala v červnu.

Ke všem akcím realizovaným z prostředků OPŽP jsou vedeny průběžné monitorovací zprávy a svolávány kontrolní dny. Při realizaci je vedena průběžná kontrola správnosti provádění podle projektu jak autorským, tak technickým dozorem, ale i ze strany investora – městské části Praha 4.

ING. ANNA MEDKOVÁ, ODBOR KANCELÁŘ TAJEMNÍKA

Mimořádně přistavované kontejnery na území MČ Praha 4 – ZÁŘÍ 2010

Stanoviště	Zavezení dne	Stanoviště	Zavezení dne	Stanoviště	Zavezení dne
Přímětická (u čistírny)	01	Družstevní ohoz (u samoobsluhy)	09	Tavolníková x Jalodvorská	20
Kremnická (parkoviště)	01	Tajovského	09	Dvorecká x Jeremenkova (u separu)	20
Gončarenkova x V Křovinách (u separu)	01	Jílovská (u Alberta)	09	Matek (u stanoviště tříděného odpadu)	21
Kaplická (u mateřské školy)	02	Táborská – u čp. 615	13	Soudní x Na Veselí	21
Pacovská x Herálecká I	02	Ve Lhotce (u sběrný)	13	Za Mlýnem – smyčka	21
Jihlavská (proti garážím)	02	Podle Náhonu (pod schody)	13	Podolská x Vodárenská	22
Branická (záliv naproti garážím)	06	Na Chodovci x Hrusická		Němčická (u trafačky) x Zálesí	22
Zálesí na silnici u čp. 561 (u separu)	06	(na parkovišti u zastávky MHD)	14	Na Hřebenech II – parkoviště	22
Horáčkova x Bartáková	06	Rosečská (u separu)	14	Psárská (u separu)	23
Pujmanové (Amfora)	07	Vavřenova	14	Severozápadní VI x Severozápadní V	23
Na Lánech x V Zápolí (u garáží)	07	Hurbanova (smyčka – u trafačky)	15	Stallichova	23
U Botiče – u čp. 1389	07	Pod Vršovickou vodárnou I (u školy)	15	Valtínovská x Hornokřeská	29
Jeremenkova x Podolská		Štúrova (bývalá ubytovna čp. 1701)	15	Vrbova (u garáží)	29
(u telefonní budky)	08	Jeremenkova x Sittého	16	Nad Lesním divadlem x Němčická	29
Hlavní x Choratická	08	Nad Kostelem	16	V Zálomu x Na Jezerce	30
V Mokřínách		Choceradská čp. 3039	16	Zapadlá x Zelený pruh	30
(u můstku přes Zátiský potok)	08	Dolnokřeská x Nad Obcí I	20	Sedlčanská x Krumlovská	30

Prázdniny a období letních dovolených je tou částí roku, kdy se většina lidí na pár dní zastaví, vyrazí k moři, do hor nebo chalupu a během týdne nebo čtrnácti dnů se snaží odpočívat a regenerovat opotřebovaný organismus.

Šokovou terapií se tak snaží spravit to, co během roku mírně zanedbával. V žádném případě nechci nikomu sahat do svědomí nebo snad zbytečně poučovat, ale moderní éra už dávno zjistila, že tento způsob odpočinku je slovy klasika „poněkud nešťastný“.

Jedna z teorií původu člověka hovoří o tom, že byl stvořen k pobytu v ráji, místě, kde slovo práce nemělo význam. Nechci nijak snižovat význam práce, bohužel se bez ní naprostá většina lidí neobejde. Ale chtěl jsem jen v nadsázce upozornit, že bychom neměli zapomínat na to, že lidské tělo potřebuje odpočinek asi častěji než jednou dvakrát za rok o prázdninách. A že ideální je pak rozložit práci i odpočinek rovnoměrně po celý rok.

Právě proto se i naše městská část věnuje tolik tomu, co se nazývá volnočasové aktivity. Chceme vytvářet a snad i vytváříme nové příležitosti a místa, kde lze trávit volný čas. Od budování

a oprav dětských hřišť, otevírání sportovišť, přes organizaci stovek akcí v našich kulturních centrech až po zlepšování prostředí v parcích a okolí našich domů. Věříme tomu, že čím více příležitostí k aktivnímu trávení volného času budou naši občané mít, tím snadněji podlehnou vábení odpočívát častěji než jednou dvakrát za rok.

MGR. MILAN MIKUNDA (ODS),
PŘEDSEDA KOMISE PRO SPORT,
TĚLOVÝCHOVU A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY



Podzimní novinky v RC 4 medvědi

Rodinné centrum 4 medvědi ve spolupráci se svými hlavními partnery, MČ Praha 4 a Zdravotnickým zařízením Prahy 4, se neustále snaží rozšiřovat a zkvalitňovat nabídku zajímavých aktivit pro rodiny s dětmi.

Stále populárnější a žádanější Montessori program se od září výrazně rozrostl, a to díky otevření Montessori školky s celotýdenním provozem.

Druhým pilířem činnosti centra jsou klasické kurzy, od podzimu 2010 jsme pro zájemce připravili řadu novinek. Děti i rodiče si mohou například společně vyrobit umělecké dílko na hodinách keramiky, či objevovat kouzla barev ve výtvarné dílně. V programu najdete i tradiční a oblíbené kurzy, jako jsou cvičení pro miminka již od kojeneckého věku a dále pak nejrůznější pohybové a hudební aktivity pro děti až do 6 let.

Pro dospělé od září startuje cyklus vyhledávaných přednášek „Respektovat a být respektován“. Zejména maminky na mateřské dovolené si mohou osvěžit jazykové znalosti na lekcích angličtiny, či si aktivně odpočinout na hodině powerjogy nebo orientálního tance. Pravidelně pořádáme kurzy první pomoci a ve spolupráci s odborníky přednášky na témata z oblastí, jako jsou psychologie dítěte, homeopatie, zdravá výživa a mnoho dalších.

Věříme, že příjemným a hlavně užitečným vylepšením bude nový systém permanentek a registrací na vámi vy-

brané kurzy. Ty si můžete pružně vybírat podle vašich aktuálních časových možností.

V unikátním prostoru „Mama office“, kde si mohou rodiče odpočinout či vyřídit pracovní záležitosti (zatímco se lektor věnuje jejich potomkovi), jsou nově instalovány počítače a wi-fi připojení zdarma. Od podzimu opět rozšiřujeme provozní dobu naší herny, abyste měli s dětmi kam uniknout před nevlídným počasím.

Celkovou nabídku podzimního běhu i další informace naleznete na webových stránkách www.4medvedi.cz. Osobně si můžete vše prohlédnout a vyzkoušet během Dne otevřených dveří, na který vás srdečně zveme 21. září od 15 do 18 hodin. (rc)

Mezi onemocněními, typická pro toto období, patří i poruchy zdraví vyvolané nepřiměřeným působením tepla na lidský organismus. Z neznámějších je to úpal (neboli kolaps z horka) a sluneční úžeh.

Rozlišení úpalu od úžehu není pro laika jednoduché. Je velmi důležité zpat se na okolnosti vzniku potíží. Pokud pacienti uvádí pobyt v horkém, vlhkém, nevětraném prostředí a nedostatečný nebo minimální příjem tekutin, jedná se nejspíše o úpal. Mezi manifestní projevy tohoto onemocnění patří zmatenost, závratě, bolest hlavy, zvracení, nevolnost, pocení, přičemž tělesná teplota nemusí být vždy zvýšena.

V rámci první pomoci podáváme (podle stavu vědomí) tekutiny, snižujeme tělesnou teplotu, vhodné jsou i studené

Pozor na úpal a úžeh!

zábaly a přesunutí nemocného do chladnější místnosti bez přímého slunečního svitu.

Nejvíce ohroženi jsou starší lidé a obézní nemocní. Onemocnět mohou ale i osoby netrénované, které se při velké fyzické zátěži (za normální teploty okolí) extrémně potí a nedostatečně přijímají tekutiny.

Úžeh je zvláštní forma přehřátí, které vzniká v důsledku nadměrného pobytu na přímém slunci. Častěji postiženi bývají lidé světlovlasí, s malým množstvím kožního pigmentu. Onemocnění se obvykle projevuje zčervenáním pokožky, solárním erytémem (vyrážkou), někdy i popáleninami II. stupně. Celkové příznaky jsou však podobné jako při úpalu.

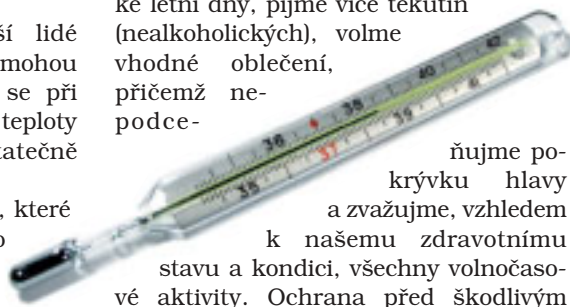
Co můžeme poradit na závěr? Nejlepší

je samozřejmě prevence – předcházení vzniku onemocnění. Jsou-li slunné horké letní dny, pijme více tekutin (nealkoholických), volme vhodné oblečení, přičemž nepodce-

ňujeme pokrývku hlavy a zvažujeme, vzhledem k našemu zdravotnímu stavu a kondici, všechny volnočasové aktivity. Ochrana před škodlivým UV-zářením je samozřejmostí (brýle, krémy s ochrannými faktory).

Pěkný zbytek slunečního léta bez zdravotních komplikací přeje

ALICE STRNADOVÁ,
VEDOUcí ODDĚLENÍ IPP FTN SP



Umíme zatočit s elektroodpadem!

Městská část Praha 4 se stala pražským vítězem ve sběru vysloužilých elektrozařízení! V rámci informační kampaně „Zatočte s elektroodpadem“ se zde vybralo celkem 1016 kg elektroodpadu.

V konkurenci čtyř městských částí, které se v Praze soutěže zúčastnily, se Praha 4 umístila na prvním místě hned dvakrát. Jak v celkovém množství odevzdaného elektroodpadu, tak i v přepočtu na jednoho obyvatele. „Pokud bychom v Praze 4 vybírali elektroodpad přepočítali na množství ušetřené elektřiny, jedná se až o 6000 kWh, což je roční spotřeba ledniček ve 33 domácnostech. Kromě toho v Praze 4 zabránili vzniku až 12 tun oxidu uhličitýho,“ vysvětlil Roman Trzník, generální ředitel kolektivního systému ELEKTROWIN, který informační kampaň pořádá. Odevzdaným množstvím Praha 4 daleko předčila soutěžící městské části, které se umístily na druhém a třetím místě. Druhé místo obsadila Praha 14 – Černý Most, kde obyvatelé odevzdali 300 kg vysloužilého elektroodpadu, na třetím se umístila Praha 2 s 250 kg. (tz)

MOBILNÍ SBĚR NEBEZPEČNÉHO ODPADU

Praha 4 – trasa C 18. 8. – st

1. křižovatka ulice Za Skalkou x Kovriginova	15.00–15.20
2. ulice Zelený pruh (u domu č. 1221/28, bývalá prodejna Vaspro)	15.30–15.50
3. ulice Ke Krči (u Dominikánského dvora – bývalý Penny Market)	16.00–16.20
4. křižovatka ulice Na Zemance x Na Usedlosti	16.30–16.50
5. křižovatka ulice Dolnokrčská x Na Staré vinici	17.00–17.20
6. křižovatka ulice Krčská x Tilschova (u restaurace Pokrok)	17.30–17.50
7. křižovatka ulice U Krčské vodárny x U Habrovky	18.00–18.20
8. křižovatka ulice Hornokrčská x Rodvinovská (u parčíku)	18.30–18.50

Praha 4 – trasa D 19. 8. – čt

1. ulice Jitřní (u školy)	15.00–15.20
2. křižovatka ulice Havlovického x Vítovcova (u garáží)	15.30–15.50
3. křižovatka ulice Mikuleckého x Vostrého	16.00–16.20
4. ulice Novodvorská (parkoviště u č. 145 – prodejna Albert)	16.30–16.50
5. křižovatka ulice Na Větrově x U Lesa	17.00–17.20
6. křižovatka ulice Višňová x Nad Havlem	17.30–17.50
7. ulice Štúrova (parkoviště u Tempa – V Štíhlách)	18.00–18.20
8. ulice Pasteurova (u potravin)	18.30–18.50

Praha 4 – trasa E 18. 8. – st

1. Roztylské náměstí (u č. 33)	8.00–8.20
2. ulice Baarova (u školy)	8.40–9.00
3. křižovatka ulice Na Vrstvách x V Rovinách	9.30–9.50
4. křižovatka ulice Krčská x Tilschova (u restaurace Pokrok)	10.10–10.30
5. ulice Štúrova (parkoviště u Tempa – V Štíhlách)	10.50–11.10
6. ulice Jitřní (u školy)	11.30–11.50

MČ Praha 4 – velkoobjemové kontejnery SRPEN 2010

Stanoviště	Zavezení dne
Jivenská x Adamovská	02
Ctiradova x Mečislavova	02
Jeremenkova x Sitteho	02
Pod Terebkou x Petra Rezka	03
Pekárenská (pod svahem)	03
Vavřenova	03
Zálesí x Sulická	04
Nad Pískovnou x Přechodní	04
Halasova x U Strže	04
Na Lysinách	04
K Výzkumným ústavům	05
Marie Cibulkové x U Jedličkova ústavu	05
Mezivřší x Nad Šálkovnou	05
Pod Višňovkou	09
Murgašova	09
Pod Děkanou x Nad Spádem	09
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)	09
Zapadlá x Zelený pruh	09
U Pernštejnských x Družstevní	10
Družstevní ohoz x Zdařilá	10
Valtínovská x Hornokrčská	10
Lopatecká x Doudova	10
Pod Dálnicí č. 1	10
Klánova x U Vodotoku	11
Na Vrstvách x Pod Pekařkou	11
Korandova x Havlovického	11
Vrbova (u garáží)	11
V Zálomu x Na Jezerce	12
Michelská x U Michelského mlýna	12
Žilinská	12
Zachova x Nad Svahem	12
Na Zlatnici x Na Podkovce	12
Kotorská (u jeslí)	16
Boleslavova x Božetěchova	16
Psohlavců x Věkova	16
Kamenitá	16
Jiskrova x Na Mlejnu	16
Herálecká I x Pacovská	17
Nad Lesním divadlem x Němčická	17
Podolská x K Vysoké cestě	17
Plamínkové (u garáží)	17
Na Květnici x Pod Sokolovnou	18
Sdružení x Nad Studánkou	18
Pod Krčským lesem x V Jehličí	18
U Habrovky x U Krčské vodárny	18
Pod Vršovickou vodárnou III	19
Horáčkova x Bartákova	19
Podolská x U Vápenné skály	19
Branická x K Ryšance	19
Baarova x Telčská	23
Na Liše x Na Novině	23
Bitovská	23
Jílovská (u Alberta)	23
Jihlavská (proti garážím)	24
Lukešova x Bohrova	24
V Hodkovičkách x Jitřní	24
Pod Jalovým dvorem	24
Vzdušná x Na Rovinách	25
Sinkulova x Na Klikovce	25
Ružnovská x Kukučínova	25
Doudlebská	25
Sládkovičova	26
Fillova x Rabasova	26
Jihozápadní V x Jižní IX	26
Na Chodovci (u separačních nádob)	26
Nad Havlem x U Krčského nádraží	30
Mirotická x Čimelická	30
Jižní XVI	30
Choceradská x Senohrabská	30
Severovýchodní IV x Severní IV	31
Viktorinova	31
Ohradní x Na Křivíně	31
Podolská x Pravá	31

MČ Praha 4 – velkoobjemové kontejnery ZÁŘÍ 2010

Stanoviště	Zavezení dne
Jivenská x Adamovská	01
Ctiradova x Mečislavova	01
Zálesí x Sulická	01
Vavřenova	01
Pod Terebkou x Petra Rezka	02
Pekárenská (pod svahem)	02
Nad Pískovnou x Přechodní	02
Mezivřší x Nad Šálkovnou	02
Halasova x U Strže	06
K Výzkumným ústavům	06
Pod Děkanou x Nad Spádem	06
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)	06
Mikuláše z Husi	06
U Pernštejnských x Družstevní	07
Na Lysinách	07
Zapadlá x Zelený pruh	07
Jeremenkova x Sitteho	07
Valtínovská x Hornokrčská	08
Pod Višňovkou	08
Vrbova (u garáží)	08
Pod Dálnicí č. 1	08
Družstevní ohoz x Zdařilá	09
V Zálomu x Na Jezerce	09
Murgašova	09
Lopatecká x Doudova	09
Na Vrstvách x Pod Pekařkou	09
Michelská x U Michelského mlýna	13
Žilinská	13
Kotorská (u jeslí)	13
Zachova x Nad Svahem	13
Korandova x Havlovického	13
Boleslavova x Božetěchova	14
Herálecká I x Pacovská	14
Nad Lesním divadlem x Němčická	14
Pod Krčským lesem x V Jehličí	14
U Habrovky x U Krčské vodárny	14
Vzdušná x Na Rovinách	15
Podolská x K Vysoké cestě	15
Plamínkové (u garáží)	15
Jiskrova x Na Mlejnu	15
Podolská x U Vápenné skály	15
Klánova x U Vodotoku	16
Kamenitá	16
Branická x K Ryšance	16
Sinkulova x Na Klikovce	16
Jílovská (u Údolní)	16
Na Květnici x Pod Sokolovnou	20
Sdružení x Nad Studánkou	20
Horáčkova x Bartákova	20
V Hodkovičkách x Jitřní	20
Pod Vršovickou vodárnou III	21
Baarova x Telčská	21
Lukešova x Bohrova	21
Ružnovská x Kukučínova	21
Na Zlatnici x Na Podkovce	22
Pod Jalovým dvorem	22
Doudlebská	22
Nad Havlem x U Krčského nádraží	22
Bitovská	23
Psohlavců x Věkova	23
Sládkovičova	23
Fillova x Rabasova	23
Mirotická x Čimelická	23
Na Liše x Na Novině	29
Jihlavská (proti garážím)	29
Jihozápadní V x Jižní IX	29
Na Chodovci (u separačních nádob)	29
Jižní XVI	29
Choceradská x Senohrabská	30
Severovýchodní IV x Severní IV	30
Viktorinova	30
Ohradní x Na Křivíně	30
Podolská x Pravá	30

Skončil Pražský baseballový týden

sport/inzerce

Tři vítězná utkání v jednom dni posunula americký výběr AIST k celkovému vítězství ve 29. ročníku Pražského baseballového týdne (PBT). Jedná se o první vítězství tohoto týmu v historii PBT.

Do Prahy se sjelo celkem 7 týmů – šest reprezentací doplnil právě americký výběr AIST. Turnaj se hrál systémem každý s každým a dva nejlepší celky – Rusko a AIST – sehrály finále turnaje (1:7). Za asistence kamer České televize naše reprezentace porazila Rusko i Chorvatsko a celkově skončila na třetím místě.

Pražský softballový týden proběhl od 15. do 18. 7. Dva americké výběry (AIST a USA Athletes), rakouský Dornbirn Sharks, ruskou Moscovii a Slovensko doplnily dva české výběry (do 19 let a do 22 let). Turnaj přinesl celou řadu zajímavých utkání a na finále si dělaly nárok hned tři týmy – AIST, Dornbirn Sharks a ČR do 22 let. Zápasy mezi nimi patřily k ozdobám turnaje. Prvenství si nakonec odvezl Dornbirn Sharks. (mt)



NEBYTOVÝ PROSTOR K PRONÁJMU

nabízí

**Bytové družstvo „572“
Machuldova 572/7, Praha 12-Kamýk**

Velikost 50 m², po rekonstrukci se sociálním zařízením, teplou a studenou vodou a kuchyňským koutem. Vhodné na kancelář, ateliér apod. Nebytový prostor je situován na západní straně budovy v úrovni terénu, s výhledem na MŠ a bývalou Bonitu, se samostatným vchodem.

Nájemné cca 4500,-/měs.
vč. záloh na služby.

Kontakt:

**Tel.: 724 572 118
E-mail: BD572@email.cz**

SC-301054/1

INZERCE

**LÉKÁRNA
VITAL**

1 recept = 30 Kč poukaz

30 Kč
účtenka
vřelá

Na Pankráci 1724
140 00 Praha 4 - Pankrác
(☎ Pankrác)
Provozní doba:
Po - Pá: 8.00 - 19.00
So: 9.00 - 18.00

Získejte za předložený recept nákupní poukaz v hodnotě 30 Kč.
Použít lze na nákup produktů, které nejsou na lékařský předpis.
Nevyplácí se v hotovosti.
Max. 5 receptů denně.

Inzerce v časopisu

ČTUČNÁK

**Uzávěrka dalšího vydání,
tedy zářijového čísla,
je 27. 8. 2010.**

**Renata
Čížková**



**Telefon:
777 114 473,
222 980 260**

**E-mail:
cizkova@ceskydomov.cz**

Český Domov
noviny do každé schránky...

**HLEDÁME
DISTRIBUTORY
LETÁKŮ
A NOVIN
V TÉTO LOKALITĚ**

DOBŘÍ FINANČNÍ OHODNOCENÍ
Email: roman.orablek@seznam.cz
Tel: 602 321 261

SC-300749/4

www.nasepraha4.cz

KOUPELNY ZA 3 DNY
Z UMAKARTOVÉ LUXUSNÍ
www.lineapraha.cz
Obkladové desky 122 x 244 cm v provedení jako obkladačky - vhodnější než keramika.
Cena obložení koupelny již od 29 tis. Kč.
LINEA spol. s r.o.
V Olšinách 61, Praha 10 (M Strašnická)
pondělí 8.30 - 18.00 hod., úterý - pátek 8.30 - 16.30 hod.
tel.: 274 810 848, 274 784 002

**ZKUŠENOSTI
18 let
A PRAXE**

SC-300978/1

www.praha4.cz

SOUTĚŽ O 5 KNIH

Kdo by netoužil po tom být námořníkem, plout ke vzdáleným kontinentům a ostrovům, pokoušet světové přístavy a metropole? Autor knihy „Modré vzpomínky“ František Ptáček po tom nikterak intenzivně nepohl, a přesto několik desetiletí obojeplouval svět na lodích pod československou vlajkou. (O jeho životě se více dozvíte v srpnovém Tučňáku senior.) Svě putování literárně ztvárnil ve čtyřech knihách, z nichž jednu nyní můžete vyhrát.

Knihy věnovalo nakladatelství Epoque.

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA:

● **Od kterého roku naše námořní loď provozovalo rejdařství Čsl. námořní plavba?**

Odpovědi zasílejte do 15. srpna 2010 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Knihu vyhrává 3., 6., 15., 18. a 30. správná odpověď.

VÝHERCI Z ČERVENCOVÉHO TUČŇÁKA (správná odpověď – David zabil Goliáše pomocí praku): Věra Moudrá, Věra Hušková, Nadě Pitrová, Vlasta Urbánková a Alena Mykisková. **Gratulujeme!**

SUDOKU

Těžké

			6				2	8
	7							
		5		8		4	9	1
3		1		9				
5	6							
7				4	2	6		
	2		3					
			9					4
1			7					

Stránka vznikla ve spolupráci s vydavatelstvím VIP Adresa. Více křížovek v časopisech

Křížovky
s úlohami
Křížovky
bez těžkých

Řešení

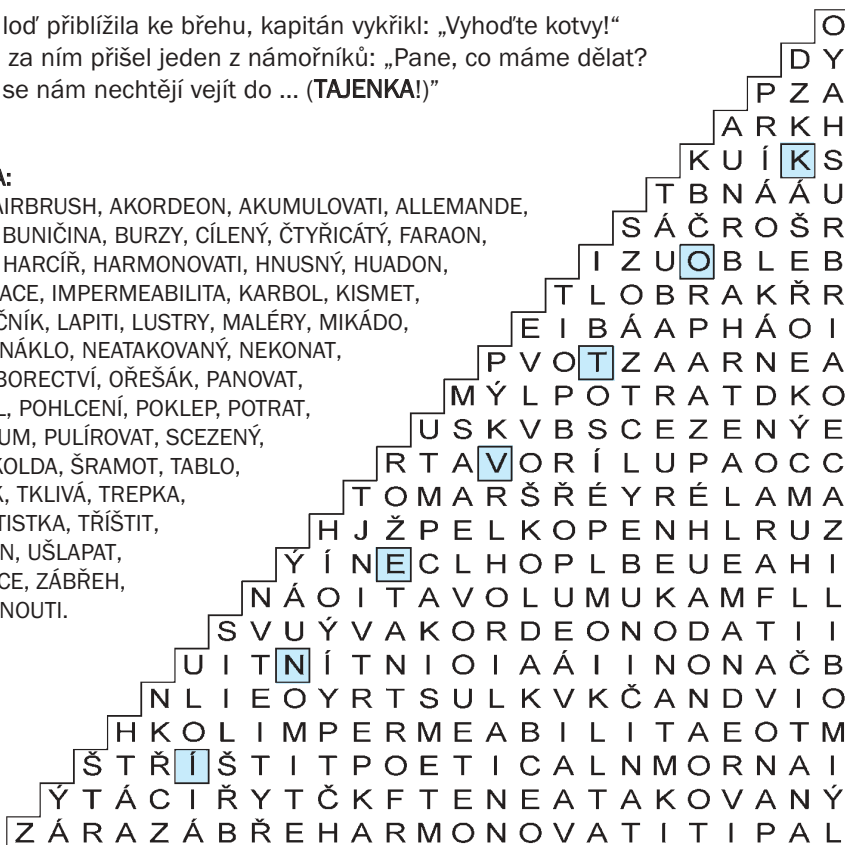
5	9	2	7	4	8	6	1
4	7	1	2	6	9	8	3
6	8	1	5	9	8	2	4
3	1	9	2	7	5	6	8
2	4	6	8	3	1	2	9
2	9	8	9	6	7	1	5
1	6	4	2	9	5	8	3
9	5	6	1	7	8	2	4
8	2	7	5	9	4	1	6

OSMISMĚRKA: Problematické kotvení

Když se loď přiblížila ke břehu, kapitán vykřikl: „Vyhod'te kotvy!“ Po chvíli za ním přišel jeden z námořníků: „Pane, co máme dělat? Ty kotvy se nám nechtějí vejít do ... (TAJENKA!)“

LEGENDA:

AARNE, AIRBRUSH, AKORDEON, AKUMULOVATI, ALLEMANDE, BÁZLIVÝ, BUNIČINA, BURZY, CÍLENÝ, ČTYŘICÁTÝ, FARAON, KLOBOUČNÍK, LAPITI, LUSTRY, MALÉRY, MIKÁDO, MORNA, NÁKLO, NEATAKOVANÝ, NEKONAT, OBRAZOBRECTVÍ, OŘEŠÁK, PANOVAT, POETICAL, POHLČENÍ, POKLEP, POTRAT, PRELUDIUM, PULÍROVAT, SCEZENÝ, STOJÍ, ŠKOLDA, ŠRAMOT, TABLO, TÁBORÁK, TKLIVÁ, TREPKA, TRUMPETISTKA, TŘÍŠTIT, UHLIČITAN, UŠLATAP, VINKULACE, ZÁBŘEH, ZÁRAZ, ŽNOUTI.



Český Domov
noviny do každé schránky...



Měsíčník MČ Praha 4 zdarma do schránek

Měsíčník městské části Praha 4, ročník 20 • Vychází 12x ročně • Místo vydání Praha • **Registrace:** MK ČR E 12556 • **Pro MČ Praha 4 připravuje:** Strategic Consulting, s. r. o., IČ 25792920 • **Šéfredaktor:** Martin Dudek • **Redakční rada:** Pavel Horálek, Jiří Bodenlos, Martin Hudec, Václav Kříštof, Martin Plíšek, Karel Skoupil, Petr Staník, Ivana Staňková, Petr Štěpánek • **DTP:** Pavel Huml • **Inzerce:** Renáta Čížková tel.: 777 114 473 • **Adresa redakce:** Na Poříčí 8, 110 00 Praha 1, tel.: 224 816 821, fax: 224 816 818, e-mail: praha4@consultants.cz • **Vydavatel:** MČ Praha 4, Tábořská 350/32, Praha 4, IČ: 000 63 584 • Fotografie bez uvedení zdroje pocházejí z redakčního archivu • **Titulní foto:** Zdeněk Kríž • **Tisk:** Severotisk, s. r. o. • Měsíčník slouží k informování občanů Prahy 4, není periodikem žádného politického subjektu • Příspěvky a připomínky k časopisu lze podávat na radnici MČ Praha 4 • **Náklad 71 500 výtisků.**

INFORMAČNÍ CENTRA ÚŘADU MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 4: Tábořská 376/40, tel.: 261 192 177, 261 192 178, 261 192 473, 261 192 174 • nám. Hrdinů 3, tel.: 241 410 806 • Poláčkova 1976/2, tel.: 261 074 099 • Novodvorská 151, tel.: 241 494 522 • Hlavní 1402/141, tel.: 272 651 924 a 962 • Branická 44, tel.: 244 462 044 • K Libuši 7 (MČ Praha-Kunratice), tel.: 244 912 257, 261 192 510 • Štúrova 1284, tel.: 244 463 272.

Kontakty na redakci, inzerci a distribuci



ŠÉFREDAKTOR:

Martin Dudek

Telefon: 774 820 075

E-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz



STÍŽNOSTI A PODNĚTY K DISTRIBUCI:

Anna Saricheva

Telefon: 224 816 821

E-mail: distribuce@ceskydomov.cz



INZERNÍ MANAŽER:

Renáta Čížková

Telefon: 777 114 473

Tel./fax: 222 980 260

E-mail: renata.cizkova@ceskydomov.cz

www.ceskydomov.cz

Zde jsou ceníky, podmínky inzerci a termíny vydání

www.nasepraha4.cz

Připomínky, názory a podněty: Tučňák, Na Poříčí 8, 110 00 Praha 1.

Uzávěrka inzerci pro zářijové číslo Tučňáka je 27. srpna 2010.

KONTROLA DISTRIBUCE ČASOPISU: v rámci pravidelné kontroly distribuce si Vás, čtenářky a čtenáře Tučňáka, dovolujeme požádat o spolupráci. V případě, že neobdržíte časopis, oznamte tuto skutečnost buď e-mailem na adresu: noviny@praha4.cz, nebo telefonicky na číslo 261 192 199. Nezapomeňte vždy uvést ulici a číslo Vašeho domu. **Děkujeme.**

Především jsem půjčil
sousedovi vrtáčku. Dneska jsem
ji našel v naší ložnici. Na Jižáku
jsme taková velká rodina.
POSRANEJ ŽIVOT.



**Život v našem městě
je někdy těžkej.
Nejste v tom ale sami.
Poslouchejte každé ráno
na 99,7 FM.**

www.posranejzivot.cz



bontón
rádio

lépe dýchat = déle žít

Vážení spoluobčané,

chronická obstrukční plicní nemoc představuje v dnešní době jedno z nejzávažnějších a nejzákladnějších civilizačních onemocnění. Předpokládá se, že jeho výskyt je spjat především, i když ne výhradně, s kouřením. Na naléhavost problému ukazuje také fakt, že počet pacientů, kteří trpí touto nemocí, neustále narůstá. Základnost chronické obstrukční plicní nemoci spočívá v nevýraznosti průvodních obtíží. Nemocní přicházejí za lékařem často až ve chvíli, kdy se jejich nemoc nachází v již pokročilém stadiu. Stupeň a závažnost onemocnění může odhalit a stanovit pouze vyšetření odborným plicním lékařem. Takové vyšetření odhalí nejen postižení plic a průdušek způsobené chronickou obstrukční plicní nemocí, ale i časná stadia rakoviny plic. Výskyt obou těchto onemocnění jde bohužel ruku v ruce a jejich léčitelnost v pokročilých stadiích je velmi obtížná. Díky našim dlouholetým zkušenostem máme oprávněný důvod domnívat se, že jsou mezi námi stále lidé, kteří tímto onemocněním trpí, aniž o svém postižení vědí. Jsme schopni tato onemocnění včas a dokonale diagnostikovat a stejně tak je i léčit. Toto jsou, spolu se snahou umožnit Vám včasné vyšetření odborným plicním lékařem, důvody, pro které jsme Vás oslovili.

Co je CHOPN?

Chronické záněty dýchacích cest jsou onemocnění, která v současné době představují celosvětový problém. K nejzávažnějším z nich patří chronická obstrukční plicní nemoc – CHOPN. CHOPN je léčitelné onemocnění, kterému lze předcházet. CHOPN významně ovlivňuje i jiné systémy v organismu, nejenom plice. Působí tak na celkovou závažnost stavu pacienta. Nemocní s CHOPN mají zvýšené riziko vzniku infarktu myokardu, osteoporózy,

respiračních infekcí, zlomenin kostí, depresí a cukrovky. Plicní složka CHOPN je charakterizována především omezeným průtokem vzduchu v průduškách, což vede k dušnosti u pacienta. Dušnost se obvykle s postupem času výrazně zhoršuje, a to i kvůli abnormální zánětlivé odpovědi plic na škodlivé částice a plyny, především ve formě cigaretového kouře. Celosvětové studie předpokládají, že CHOPN do roku 2020 zaujme třetí místo mezi příčinami úmrtí ve světě.

Pacienti s CHOPN mají pocit nedostatku dechu, který se zpočátku objevuje a později zhoršuje při námaze, často kašlou, někdy vykašlávají hleny. Trpí celkovou slabostí, unaveností a nevykonností, velmi často mají infekce horních a dolních dýchacích cest. Zvláště závažným příznakem může být relativně časté vykašlávání hlenů s příměsí krve.

Kdy pomyslet na CHOPN?

Máte déletrvající kašel?

☐ ano ☐ ne

Trpíte vleklým vykašláváním hlenu?

☐ ano ☐ ne

Pocítujete zadýchávání, které se zhoršuje (hlavně tělesnou zátěží)?

☐ ano ☐ ne

Jste kuřák/kuřačka, i bývalý kuřák/kuřačka?

☐ ano ☐ ne

Je Vám více než 40 let?

☐ ano ☐ ne

Jestliže odpovíte alespoň na 2 otázky ANO, měl/a byste kontaktovat plicního lékaře

Protože čas je důležitý!

ději zhoršuje při námaze, často kašlou, někdy vykašlávají hleny. Trpí celkovou slabostí, unaveností a nevykonností, velmi často mají infekce horních a dolních dýchacích cest. Zvláště závažným příznakem může být relativně časté vykašlávání hlenů s příměsí krve.

Kontakty na ambulance účastníci se projektu

MEDICON a.s.
Plicní oddělení
Antala Staška 80/1670
140 06 Praha 4
Vyšetření po tel. objednání
tel.: 261 006 456

ALTERNA s.r.o.
Plicní ambulance
Nad Nuslemi 16
140 00 Praha 4 – Nusle
Bez objednání
tel.: 261 224 962

DAWON s.r.o.
Plicní ambulance
Šustova 1930/2
148 00 Praha 4 – Jižní Město II
Vyšetření po tel. objednání
tel.: 723 233 735

LERYMED spol. s r.o.
Oddělení respiračních nemocí
Mašovická 479/17
142 00 Praha 4 – Líbuš
Po – Čt: 7:30 – 19:00
Pá: 7:30 – 14:00
Bez objednání
tel.: 244 462 647,
261 264 194, 244 403 296

Plicní ambulance
Soukalova 355
143 00 Praha 4 – Modřany
Vyšetření po tel. objednání
tel.: 241 764 502