

Tučňák

Měsíčník městské části Praha 4 • ŘÍJEN 2022



Tučňák na webu

Komunální volby v Praze 4 vyhrála koalice Společně



Vítězem zářijových komunálních voleb v MČ Praha 4 se stala koalice Společně (ODS + TOP 09), která získala 24,99 % platných hlasů. Druhé skončilo ANO 2011 (20,22 %) a třetí Praha 4 sobě – sousedé a nezávislí (16,88 %). V Zastupitelstvu MČ Praha 4 také usednou Piráti a nezávislí (15,29 %) a Společně pro Prahu 4 – Starostové a nezávislí a KDU-ČSL (12,31 %).

Zvolení zastupitelé (celkem 45):

Společně (ODS + TOP 09) – 13 mandátů: Ing. Ondřej Kubín, MBA; Bc. Michal Hroza; Bc. Lucie Michková; Ing. Jaroslav Míth; Filip Vácha; Patrik Opa, MBA; Petr Hais, MA; Ing. Hana Horáková; PhDr. Petr Kučera; Ing. Olgerd Pukl; Ing. Zdeněk Kovářík; RNDr. Pavel Fikar a Petr Tomáš Opletal.

ANO 2011 – 10 mandátů: Irena Michalcová; RNDr. Tomáš Hrdinka, Ph.D.; Jan Hušbauer; Ing. Radek Lacko; Robert Králíček;

Tomáš Chaloupka; Bc. Pavel Fišer; Jaroslava Mörwicková; MUDr. Aneta Krajcová a Jana Svatá.

Praha 4 sobě – sousedé a nezávislí – 8 mandátů: Mgr. Petr Štěpánek, CSc.; Mgr. Jan Slanina; Mgr. Alžběta Rejchrtová; Mgr. Iva Kotvová; Petr Kutílek, M.A., M.S.; Mgr. Eva Benešová; Mgr. Petr Štádler a Ing. Jana Jurdová.

Piráti a nezávislí – 8 mandátů: Mgr. Petra Rejchrtová, Ing. Jan Hora; Josef Vlach; Ing. Ivana Wurmová; Mgr. Tibor Vansa; Bc. Vladimíra Sýkorová; Ing. Tereza Nislerová, MA, MIM a Mgr. Tomáš Liškutín.

Společně pro Prahu 4 – Starostové a nezávislí a KDU-ČSL – 6 mandátů: PhDr. Lukáš Zicha; Mgr. Tomáš Kaplan; Ing. Ondřej Růžička; Jan Žáček; Mgr. Kateřina Kapková a prof. PhDr. Václav Horčíčka, Ph.D.

Do Zastupitelstva MČ Praha 4 se nedostaly stra-

ny a koalice Pražská čtyřka (3,99 %), Svobodní Patrioti pro Prahu 4 (2,7 %), ČSSD a nezávislí: Solidarita pro Prahu 4 (2,31 %) a KSČM (1,31 %). Celkem přišlo hlasovat 41,92 % oprávněných voličů.

Volby do Zastupitelstva hl. m. Praha vyhrála koalice Spolu (ODS, TOP 09 a KDU-ČSL), která získala 24,72 % hlasů, což jí stačilo na získání 19 mandátů z 65 členného zastupitelstva. Na druhém místě se umístilo ANO 2011 (19,34 % - 14) a třetí skončila Česká pirátská strana (17,73 % - 13). Do zastupitelských lavic dále usednou zástupci Prahy sobě (14,73 % - 11), Starostové a nezávislí (7,77 % - 5) a SPD, Trikolora, Hnutí PES a nezávislí společně pro Prahu (5,17 % - 3). Volební účast se zastavila na čísle 43,91 %.

Proti výsledkům voleb se mohly strany a koalice v zákonné lhůtě ještě odvolat, což již toto vydání Tučňák nemohlo zaznamenat. (red)

PŘEHLED ZASTUPITELSKÝCH KLUBŮ MČ PRAHA 4

ZASTUPITELSKÝ KLUB:	PŘEDSEDA KLUBU:	E-MAIL:
Klub ANO 2011	Jan Hušbauer	jan.husbauer@praha4.cz
Klub ODS	Ing. Zdeněk Kovářík	zdenek.kovarik@praha4.cz
Klub Piráti a nezávislí	Mgr. Tibor Vansa	tibor.vansa@praha4.cz
Klub Praha 4 sobě - Zelení a nezávislí	Mgr. Iva Kotvová	iva.kotvova@praha4.cz
Klub STAN/KDU-ČSL	Mgr. Tomáš Kaplan	tomas.kaplan@praha4.cz
Klub TOP 09	Filip Vácha	filip.vacha@praha4.cz

TELEFONICKÉ KONTAKTY

NA MČ PRAHA 4: 800 194 237 recepce - základní informační linka bez možnosti přepojování!

INFORMAČNÍ CENTRA ÚŘADU

MČ PRAHA 4: nám. Hrdinů 3/1634, tel.: 241 410 806
• Jílovská 1148/14, tel.: 261 192 694 • Hlavní 1402/141, tel.: 272 651 962 • CzechPOINT, Antala Staška 2059/80b, tel.: 261 192 358 •

Zprávy z hlavního města Prahy

Praha připravuje pro řidiče přehled o volných místech na parkovištích P+R

Zefektivnit parkování osobních automobilů na parkovištích v Praze i za jejími hranicemi si klade za cíl pilotní projekt hlavního města, v rámci kterého vznikne databáze parkovišť a současně se rozšíří funkcionality aplikace PID Lítačka. Ta bude pražské i mimopražské řidiče navigovat k nejbližšímu volnému parkovacímu místu, což zamezí zbytečným cestám k již obsazeným parkovištím. Přínos projektu spočívá i v tom, že se rozšíří maximum možných informací i o parkovištích, která vznikají v blízkosti Prahy na území Středočeského kraje, například o jejich celkové a aktuální kapacitě nebo o ceně, kterou zaplatí za parkování. Řidiči si tak snáze a efektivněji naplánují svou cestu, pokud se rozhodnou pro cestu autem nebo pro Pražskou integrovanou dopravu. To může významně pomoci snížit počet aut přijíždějících do Prahy, zlepšit vytíženost kapacit veřejné dopravy (především páteřních železničních linek), přispět k plynulosti dopravy, snížit environmentální zátěž způsobenou automobilovou dopravou a opotřebení infrastruktury. (red)

S aplikací Lítačka brzy zaplatíte i za sdílená kola a automobily

Další pilotní projekt hlavního města Prahy, který současně využívá aplikaci PID Lítačka, má vytvořit systém registrace a platby, který v této aplikaci ověří uživatele pro všechny zapojené poskytovatele mobility na území metropole a také v regionu obsluhovaném spoji Pražské integrované dopravy. Díky tomu se významně urychlí a zjednoduší využívání služeb mobility v metropoli. Uživatelé tak budou mít v rámci jedné aplikace přístup ke službám mobility, například bikesharing, carsharing, taxi, parkování a MHD. V praxi to bude fungovat tak, že uživatel provede jednoduchou registraci, naplánuje si trasu, vybere si dopravní prostředek a zaplatí přímo za všechny využívané služby od zapojených poskytovatelů v jedné mobilní aplikaci. Dosud musí uživatelé pro každý způsob dopravy využívat aplikace jednotlivých poskytovatelů služeb nebo jiné standardní prostředky za platbu jízdného a u služeb carsharingu musí například u každého poskytovatele samostatně registrovat svůj řidičský průkaz. Pilotní projekt bude organizovat městská společnost Operátor ICT. (red)

Praha chce studii proveditelnosti na novou trasu metra O

Hlavní město již několik měsíců zvažuje ideu okružní trasy pražského metra, která by měla vést mimo centrum Prahy, propojila by významné železniční uzly a usnadnila do budoucna cestování nejen na severu Prahy. Multioborová pracovní skupina se nyní dohodla na zadání studie proveditelnosti nové trasy metra O a na vypsání veřejné zakázky. Ta by následně měla být hotova do 30 měsíců. Metro O, tedy okružní linka, by mohla propojit všechny již existující trasy metra, a tím významně pozvednout kvalitu pražské veřejné dopravy. Nová trasa by podle předpokladů zásadním způsobem zrychlila a zefektivnila cesty Pražanů a návštěvníků města. Zároveň by umožnila přestup na železniční dopravu na klíčových pražských nádražích, jako jsou Smíchov, Libeň či Dejvice. Pražané a návštěvníci hlavního města Prahy by tak v budoucnu mohli mít k dispozici pro cesty po městě pátou linku metra. Pro takovou linku mluví i fakt, že rychlé spojení Smíchova, Pankráce a Žižkova hledá 150 000 lidí denně. (red)

Milé čtenářky, vážení čtenáři,

minulý měsíc byl měsícem volebním. V době, kdy tento úvodník píšu, se i naše městská část připravovala na to, aby volby proběhly tak, jak podle zákona mají. V době vydání už jsou známy jejich výsledky, které jste určitě našli na předchozí straně. Minulý měsíc jsme ale také vynechali babí léto a skočili rovnou do studeného podzimu. S koncem léta a s koncem příjemného počasí končí také naše venkovní akce pro veřejnost. Až do jara se budeme scházet ve vnitřních prostorech a hned v polovině října to bude první podzimní koncert v Nuselské radnici, který představí perly české komorní hudby. Těším se, že se s těmi z vás, kteří jste si koncerty klasické hudby oblíbili, na některém z nich opět setkáme.

Vážení spoluobčané, v říjnu si opět připomeneme události, od kterých uběhlo už více než sto let. Mám na mysli získání samostatnosti a vyhlášení republiky. Ideály svobody a demokracie, na kterých stát, kterému jsme si zvykli říkat první republika, vznikl, jsou dnes v Evropě znovu ohrožovány brutální ruskou agresí. Připomínání odkazu našich předků, kteří pro tyto ideály obětovali často i mnohem víc než osobní pohodlí, je dnes proto mnohem naléhavější než dříve. Ráda bych ještě připomněla, že s podzimem a chladným počasím opět zrychluje nákaza koronavirem. Zvažte prosím všichni svoji aktuální situaci a očkování další posilující dávkou na variantu omikron. Čeká nás nelehké období, chraňte sebe i své okolí.



*Irena Michalcová
(ANO 2011),
starostka městské části
Praha 4*

Z obsahu

4

Téma: Pasáž Budějovická čeká příští rok velké změny

6

Zprávy z Prahy 4: Nová městská čtvrť má vyrůst u nádraží v Braníku

7

Zprávy z Prahy 4: Začala výstavba Dvoreckého mostu

12

Historie: Dobeška. Lidé si na domy vydělali díky ředkvičkám

17

Servis: Chorobné hromadění věcí vede k izolaci i k požárům

22

Soutěž: Vyhrajte zajímavou knihu o hubnutí

Společnost

DEN ZDRAVÍ



v Praze se STOBem již po šestadvacáté





Koná se v sobotu 22. 10. 2022
od 10.00 do 17.00 hodin
v budově konferenčního centra City
na Pankráci v Praze 4

VSTUP ZDARMA

více informací na www.stob.cz

PODZIMNÍ KONCERT

na *Nuselské radnici*

18. října 2022
od 17 hodin

PERLY ČESKÉ KOMORNÍ HUDBY
Kinsky Trio Prague

Veronika Böhmová – klavír
Lucie Sedláková Hůlová – housle
Martin Sedlák – violoncello

Program: Zdeněk Fibich, Bohuslav Martinů,
Antonín Dvořák

Vstupenky na koncert v ceně 50,- Kč v prodeji od 19. září 2022 na pobočce Czechpoint v budově Úřadu MČ Praha 4, Antala Štaška 2059/80b, Praha 4.



Pasáž Budějovická čekají příští

Městská část Praha 4 a Magistrát hlavního města Prahy představily u stanice metra Budějovická projekt, jehož cílem je navrhnout modernizaci místní pasáže. V budoucnu by se měla proměnit ve víceúčelový prostor s větší mírou využití.

Průchod, který spojuje Olbrachtovu ulici s ulicí Antala Staška, nabízí v současné době kromě vstupu do stanice metra severním a jižním vestibulem i vstupy do obchodního centra DBK a do řady obchůdků a provozoven služeb. Na osmi výstavních panelech se proto kolemjdoucí mohli seznámit s osmi pohledy na pasáž, která by se měla podle projektu změnit v harmonický prostor mimo jiné prostřednictvím vyvážených barev a sjednocených stavebních materiálů.

„Stanice metra Budějovická, která je po Muzeu a I. P. Pavlova třetí nejvytíženější na trase metra C a v Praze 4 vystřídala Kačerov na prvním místě v tabulce nejfrekventovanějších stanic, potřebuje pěkný a kvalitní vnější prostor,“ uvedl důvod plánovaných proměn 1. místostarosta Prahy 4 pro dopravu, finance a evropské fondy Zdeněk Kovářík (ODS).

Chystaný projekt naváže na opravu terasy nad jižním vestibulem metra, která byla dlouho v havarijním stavu. „Teprve loni se nám povedlo

s magistrátním kolegou Janem Chabrem dovést opravu terasy nad jižním vestibulem stanice k vítěznému konci, a občanům Prahy 4 tedy nehrozí opakování situace z minulého volebního období, kdy se našim předchůdcům stalo, že byl z rozhodnutí statika uzavřen téměř rok průchod mezi stanicí metra a radnicí s poliklinikou,“ vzpomínal na nedávnou historii místostarosta Prahy 4 Michal Hroza (TOP 09) a dodal: „Nyní chceme v opravách v tomto prostoru společně s magistrátem pokračovat. Je třeba kultivovat zeleň i místa okolo ní a také část dlažby je nezbytné opravit, aby prostor odpovídal 21. století. Zároveň jsme zahájili jednání s partnery, jak toto místo po jeho opravě oživit akcemi pro naše občany.“

Dlouhodobě opomíjený prostor, který je dnes směsicí staveb a materiálů z různých dob, od vybudování DBK až po dnešek, tak nabídne veřejnosti větší míru využití, aby pasáž nebyla jen průchodem, ale také místem pro trávení volného času. Podle radního hlavního města Prahy pro oblast správy majetku a majetkových podílů Jana Chabry (TOP 09) se s úpravami začne v příštím roce na jaře, náklady jsou zatím odhadovány na sedm milionů korun a do konce léta by měly být práce hotovy. (red)



V plánované rekonstrukci Budějovické je hlavním cílem harmonie, dosažená prostřednictvím vyvážených barev a sjednocených stavebních materiálů. Vizualizace: 7x Aprea



Dětský prostor obohatí prvky, jako je lezecká stěna nebo t



Vizuální smog se sníží na minimum, sjednotí se označení a chráněných městských oblastech.

rok velké změny



tabule na kreslení.



a výlohy obchodů, jako tomu bývá v prestižních kulturně



Průchod mezi ulicí Olbrachtovou a Antala Staška oprava teprve čeká.



Původní stav terasy před opravou.



Stav schodiště z pasáže na terasu neodpovídal požadavkům na bezpečnost.



Vizi pro novou Budějovickou je propojení a sjednocení stavebních materiálů, jako je beton a ocel s organickými prvky ve formě dřevěných prvků, květin, popínavých rostlin či bambusu.

Číslo měsíce

14 357

školáků a předškoláků nastoupilo 1. září 2022 do základních a mateřských škol zřizovaných městskou částí Praha 4. V základních školách je v tomto školním roce 10 900 žáků, včetně 1 030 dětí ukrajinských uprchlíků. V mateřských školách je 3 457 dětí, včetně 200 dětí z Ukrajiny.

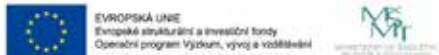
Krátce

Unikátní sportovní projekt Trenéri do škol pokračuje i v novém školním roce

Čtyřka sportuje – sportujeme s trenéry se ve školním roce 2021/2022 navrací do základních škol Prahy 4. Tentokrát se ho zúčastní všechny základní školy zřizované městskou částí, výjimkou je ZŠ Jitřní, která má dlouhodobě rozšířenou výuku tělesné výchovy. Pilotní fáze v minulém školním roce byla úspěšná, a tak na prvňáčky opět čeká sportování pod vedením profesionálních trenérů fotbalu, gymnastiky, atletiky, baseballu a florbalu. (red)

MAPujeme na čtyřce-mapujte s námi

Praha 4 je zapojená do projektu MAP III – Místní Akční Plán rozvoje vzdělávání na území naší městské části. Ve velkém sále historické budovy radnice v Nuslích se poslední srpnové pondělí konalo první jednání Řídícího výboru MAP III, na kterém byly projednány a schváleny Statut ŘV, Jednací řád ŘV, Organizační struktura MAP III, Komunikační plán projektu MAP III a dokument s názvem Identifikace dotčené veřejnosti. Je ustanovena pracovní skupina pro financování, pracovní skupina pro rozvoj čtenářské gramotnosti, pracovní skupina pro rozvoj matematické gramotnosti a pracovní skupina pro rovné příležitosti. Více informací naleznete na www.praha4.cz (školství-MAP III), sledovat projekt můžete na facebooku MAP PRAHA 4 a napsat na e-mail map@praha4.cz. (red)



Výstava Velká Praha 1922 – 2022 končí

Už jen do 9. října potrvá výstava Velká Praha 1922 – 2022, která představuje vývoj hlavního města od roku 1922 až do dnešní doby. Pro jeho rozvoj a dnešní podobu bylo zásadních právě posledních 100 let. Přijďte se podívat a na vlastní oči spatřit alespoň část dramatu vývoje Prahy. Nákresy, plány, fotografie, grafiky, modely a dobové artefakty jsou pro širší veřejnost k vidění poprvé. Výstava je otevřena ve výstavní síni Mánes, Masarykovo nábřeží 250, Praha 1, denně od 11.00 do 19.00 hodin. Vstup je zdarma. (red)

Důležité: Omezení dopravy v Praze 4

Prahu 4 čekají v příštích týdnech a měsících dopravní omezení, která budou vyvolávat významné a potřebné stavby, například výstavba nové trasy pražského metra. Přinášíme přehled těch nejdůležitějších.

„Snažíme se eliminovat nepříjemné situace z posledních týdnů, kdy jsme se o uzavírkách dozvěděli často pouhý den předem, abychom mohli našim obyvatelům poskytnout včas varování a poskytnout případné doporučení o možných alternativách dopravního spojení,“ uvedl 1. místostarosta Prahy 4 Zdeněk Kovářík (ODS). „Sledujte proto v následujících měsících webové stránky MČ Praha 4, kde budeme aktuálně zveřejňovat důležitá dopravní omezení, která se Prahu 4 týkají,“ dodal.

Barrandovský most

První etapa opravy Barrandovského mostu se navzdory slibům i podepsaným smlouvám vám protáhne až do značné části října. To znamená pokračování všech s tím spojených opatření.

Podolské nábřeží

- Od začátku října bude probíhat rekonstrukce nejvýznamnější cyklostezky v Praze, což přinese dočasné zrušení parkování vozidel a přesunutí chodců a cyklistů právě do prostoru parkovacích míst ve vozovce v části od Vyšehradského tunelu po plavecký stadion v Podolí.
- Současně od začátku října začne přeložka sítí a další přípravné práce pro výstavbu Dvoreckého mostu. To bude znamenat v části úseku před Žlutými láznemi další znemožnění parkování vozidel a přesun chodců a cyklistů do parkovacího pruhu.

Modřanská ulice

V první polovině října výměna přístřešku na autobusové zastávce Přístaviště omezí pohyb pěších a sníží prostupnost této komunikace o jeden jízdní pruh.

Výstavba metra D

- Výstavba metra nezačala v Praze 4 pro místní obyvatele příliš přátelsky. Zlepšení koordinací by mělo přinést včasné informace a možnost lépe se připravit na omezení vyplývající ze stavebních prací.
- Ulice Na Strži slouží pro výstavbu stanice Olbrachtova a bude nadále průjezdná velmi omezeně s negativními dopady především na místní obyvatele.

MČ Praha 4 doporučuje všem, aby se ulici Na Strži v úseku mezi ulicemi Antala Staška a Olbrachtovou pokud možno vyhnuli!

- Na Pankráci a v okolí znamená razba štol omezení jízdních pruhů a nutnost zavést obchůzky pěší trasy.
- Bezpečnostní opatření pod mostem na ulici 5. května přes Sdružení související s razbou metra přinesou významné omezení ulice Sdružení. **MČ Praha 4 doporučuje všem, aby se ulici Sdružení pokud možno vyhnuli!**
- Na začátku října proběhne v prostoru při přemostění ulic Sdružení a Na Strži ve dvou dnech přeměna dělicích betonových svodidel na subtilní dělicí prvky tak, aby bylo možno v případě potřeby řešit lokální přesměrování jízdních pruhů.

Ulice 5. května

- Výstavba další části protihlukové stěny mezi ulicemi Hanusova a Vyskočilova přinese v říjnu a listopadu omezení jednoho jízdního pruhu v ulici 5. května směrem z centra před sjezdem na Vyskočilovu.
- V opačném směru na rampě z ulice Na Strži bude do konce října probíhat napojení prostoru Reitknechtka s omezením šíře rampy.

Vídeňská ulice

- V říjnu a listopadu proběhne další část rekonstrukce povrchů vozovky mezi přemostěním Vídeňské Jižní spojkou a přemostěním Vídeňské železniční tratí, současně bude opravován povrch sjízdné rampy z Jižní spojkou na Vídeňskou a nájezdné rampy z Vídeňské na Jižní spojkou. Akce proběhne ve čtyřech etapách, při dvou z nich spojených s nutností objížďky rampy v některých směrech.
- V druhé polovině října přinese výměna přístřešku zastávky Ústav mateřství lokální omezení.

Další omezení

Kromě těchto velkých akcí pokračuje až do zimy rekonstrukce vodovodu a kanalizace ve Staré Krči před Krčským nádražím. Do poloviny října by měli skončit plynáři s rekonstrukcí rozvodu plynu na sídlišti Michle v oblasti Točité ulice a na dalších místech, kde lokálně dochází k přeměně na středotlaký rozvod. Ani Starý Spořilov není zcela ušetřen lokálních uzavírek spojených na několika místech s výměnou kabelů elektrické sítě. (red)



V ulici Na Strži panuje stavební ruch, počítejte s omezeným průjezdem a jen jedním směrem.

Začala výstavba Dvoreckého mostu



Most zjednoduší cestování MHD mezi oběma břehy Vltavy. Autobusové linky 118, 196 a 198 díky odklonění z Barrandovského mostu na Dvorecký most budou plynulejší a rychlejší. Zdroj: praha.eu

Podolí a Zlíchov spojí nový most, který bude sloužit tramvajím a autobusům městské hromadné dopravy, integrovanému záchrannému systému, cyklistům a pěším. Praha tak bude mít v pořadí již devatenáctý most přes Vltavu.

Stavební práce potrvají 810 dní a měly by stát 1 075 000 000 korun bez DPH. Staveniště Dvoreckého mostu si 13. září převzal zhotovitel stavby, sdružení Metrostav TBR, Firesta, STRABAG – Dvorecký most. Hotovo by měl být na přelomu let 2024 a 2025.

„Po nedávno postaveném plnohodnotném mostu přes Vltavu, který je součástí Pražského okruhu mezi Velkou Chuchlí a Radotínem, se jih města dočká specializovaného mostu pro hromadnou dopravu. Praze 4 přinese nový most přesměrování autobusových linek a zrychlení spojení hromadnou dopravou se smíchovskou stranou. Tramvajové propojení zvýší komfort cestování i kapacitu MHD na velmi žádaném spojení obou vltavských břehů,“ uvedl 1. místostarosta MČ Praha 4 Zdeněk

Kovářík (ODS). „Tak jako máme v Praze Nuselský hřbitov v Krči a Malostranský hřbitov na Smíchově, tak věřím, brzy vyroste Dvorecký most, který se za roky diskusí ocitl mimo Dvorce,“ dodal. Projekt počítá s tím, že pravobřežní vyústění mostu bude u vjezdu na Veslařský ostrov téměř naproti Podolskému bazénu, západní pak poblíž tramvajové zastávky Lihovar. Most a jeho konkrétní umístění a využití byly předmětem diskusí dlouhá desetiletí, dokonce bylo nutné kvůli změně jeho umístění měnit územní plán. Součástí nového mostu budou nové tramvajové a autobusové zastávky.

Stavba si vyžádá složité postupy

„Most mezi Prahou 4 a 5 je základním kamenem takzvané jižní tramvajové tangenty, která propojí tramvajové tratě vedoucí od Barrandova a Modřan. Zlepší se přestupní vazby mezi dopravními uzly Lihovar a Dvorce. Po mostě

budou jezdit dvě tramvajové linky a čtyři autobusové. Odhadujeme, že Dvorecký most v budoucnu denně poslouží 50 tisícům uživatelů napříč druhy dopravy a výrazně se zjednoduší cestování mezi oběma břehy řeky,“ uvedl náměstek primátora hlavního města Prahy pro dopravu Adam Scheinherr (Praha sobě). Stavební práce jsou rozděleny do několika etap. První etapa zahrnuje především přeložky inženýrských sítí, zřízení přístupů na stavbu a ploch pro zařízení stavenišť, demolici pozemních objektů a další terénní úpravy. Ve druhé etapě budou založeny pilíře, opěry a cyklovávka. Ve třetí a čtvrté etapě se budou betonovat jednotlivá pole mostu. V páté etapě se pak dokončí betonáž nosné konstrukce, v předstihu budou demontovány provizorní mosty, odtěženy provizorní přísypy a odstraněny záporny. Ve finálních dvou etapách je pak plánována výstavba mostního svršku, vozovek a tramvajového tělesa na mostě. Stavba si vyžádá náročné technologické postupy. „Už samotné založení mostu v obrovských jímkách ve Vltavě bude náročné, protože budeme pracovat v podmínkách složité geologie. Vltavou v těchto místech prochází řada tektonických poruch, které velice ztíží hlubinné založení na pilotáž,“ uvedl vedoucí stavebního projektu Petr Koukolík. Pozornost je věnována také diagnostice stavu mostu. „Uvnitř mostu jsou navrženy tři komory, ve kterých bude na ocelové dráze pod stropem jezdit kamerový vozík s vysokou rozlišovací schopností. Ten bude veškerá data stavu mostu posílat do počítače v centru údržby v opěře.“ (red)

Fakta o mostu

Trámový sdružený most komorového průřezu z předpjatého betonu s horní mostovkou bude široký 16 metrů, přičemž sedm metrů zabere tramvajová trať, která bude uzpůsobena i pro provoz autobusů a vozidel integrovaného záchranného systému. Po obou stranách povedou chodníky a cyklostezka.

Délka mostu bude dosahovat 361 metrů a rozpětí polí se bude pohybovat od 30 do 87 metrů. Stav mostu budou zabezpečovat moderní technologie.

Návrh mostu z bílého betonu odkazuje ke kubismu a brutalismu. Autoři z Atelieru 6 a Tubes se inspirovali Františkem Menclem, mimo jiné autorem Libeňského mostu, který si uvědomoval, jak je důležité, aby most dobře zapadl do okolní historické zástavby. Kromě toho autoři pojali most jako sochu – bílou bránu do města, která bude nad Vltavou díky osvětlení integrovanému do zábradlí z umělého kamene zářit.

Na obou březích Vltavy vzniknou doplňující objekty. Na zlíchovské straně to bude velká nájezdová ocelová rampa pro cyklisty, schodiště včleněná do terénu a v opěře mostu bude informační centrum PID s kavárnou pro návštěvníky. Na straně Podolí se počítá s prostorem pro kulturu, lezeckou stěnou a zázemím pro údržbu mostu a okolí.



Po obou stranách budou chodníky i cyklostezky. Zdroj: praha.eu

Věci v zeleni i úklidu se hýbou správným směrem

Tomáš Hrdinka
(ANO 2011),
radní MČ Praha 4



Vážení čtenáři, čekají nás možná sychravé, možná slunečné podzimní dny a prací na zeleni postupně v těchto dnech ubývá. Tráva již roste pomaleji, vypadá

to, že si vystačíme už s jedinou, maximálně dvěma sečemi do zimy, o to více se připravujeme na opad listů a problémy s tím spojené.

Jsem rád, že se s novým správcem podařilo udržet v oblasti seči vysoký standard po celé jaro i léto, k vyholování či sečím za zvýšených teplot docházelo jen výjimečně a vždy jsme to s dotyčnou odpovědnou osobou řešili. Květnaté louky, vyseté ve 12 lokalitách po celé Praze 4, po původních peripetiích, kdy většina musela být nákladem zhotovitele přeseta, nakonec vykvetly, a byla to, jako každý rok ostatně, velká paráda. A i když některé letničky již vlivem zkracujících se dní nevykvetly, hmyzu, v době, kdy je květové potraviny již poskrovnu, radost jistě udělaly. A nejen jim, ale i vám, a jsem za to rád. Chceme v projektu pokračovat i nadále a ještě více louky přiblížit občanům Prahy 4, aby je měli co nejvíce na dosah.

Řada z vás se na mě přes léto, kdy i díky srážkám vegetace sílila, obrátila s prořezem keřů a stromů, jejichž větve se již dotýkaly fasád či oken. Každý takový podnět řešíme individuálně, k citlivému prořezu dochází v jednotkách dnů. Jelikož nemůžeme mít přehled o každém stromu, pokud budete mít pocit, že strom přerůstá, obraťte se na mě s důvěrou a konkrétním podnětem včetně adresy a ideálně i fotografie. Vypadá to, že se nám zatím daří přesazovat i vzrostlé stromy, které by jinak musely ustoupit plánovanému investičnímu záměru. Byť jsou v takovém případě vysazovány stromy nové, pokud je strom perspektivní a nelze jej na místě z prostorových důvodů udržet, vždy se vyplatí takový strom zkusit přesadit jinam. Ty roky a zelenou hmotu zkrátka nic nenahradí, a pokud se strom na novém stanovišti ujme, může plnit své ekologické funkce.

Myslíme i na úklid

Nemalou radost mám i ze zlepšeného úklidu veřejných prostor a chodníků v naší správě, které jsou díky pronájmu specializovaného stroje čistší. Každý týden tento stroj vyčistí desítky kilometrů chodníků. Jistě, je to i o zodpovědnosti občanů, technika vše nevyřeší, ale výsledky jsou už nyní vidět. V posledních letech jsme nainstalovali i desítky košů na psí exkrementy, aby je majitelé psů měli co nejvíce na dosah. Snad jste si všimli.

Hezké podzimní dny!

Děkuji!



**Zdeněk Kovářík (ODS),
místostarosta MČ Praha 4**

Děkuji jménem svým i jménem zastupitelského klubu ODS všem obyvatelům Prahy 4 i celé Prahy! Děkuji, že jste dorazili k volbám a odevzdali svůj hlas pro pokračování komunální politiky, pro další fungování Prahy 4 i celé Prahy!

Samozřejmě zvláště děkuji těm z vás, kteří jste volili do města SPOLU – ODS s TOP 09 a KDU a do městské části SPOLEČNĚ – ODS a TOP 09! Děkuji všem aktivním lidem. Nacházíme se ve složitější situaci a jen naší aktivitou, prací, podnikavostí a střizlivým rozumem ji můžeme postupně zlepšit. Neexistuje žádný kouzelný proutek, žádný samospasitelný záseh shora, který problémy s inflací, s nedostatkem a cenou některých surovin vyřeší za nás!

Osobně jsem přesvědčen, že rozvaha v myšlení a aktivita v konání jsou dnes namístě. Jednoduché heslo „Bude líp“ mě spasit nemůže, ať už ANO, či NE. Proto snížím zbytnou část spotřeby – žádné sebemrskačství, ale s rozmyslem omezím spotřebu energií, kde to bez omezení normálního života jde. Překonám lenost a zkontroluji, od koho energie nakupuji – zda je seriózní a neslibuje nespílitelné a zda si nemohu najít bezpečné a levnější řešení. Na radnici jsem k tomu včas přidal ještě vytvoření rezerv na zvýšené výdaje spojené s energiemi. To bohužel někteří z nás udělat nemohou, proto je dobře, že jako stát pomáháme těm, kteří se ocitnou v nouzi.

Dluhy zaplatíme všichni

Vytváření dluhů na úrovni státu je stejně nebezpečné, jako když se zadlužíme osobně nebo jako domácnost. Věřitelem státu jsme totiž my všichni, a my všichni dluh zaplatíme! Ti pracovní a spořiví z nás dluhem státu přicházejí o část hodnoty, kterou vytvoří – spolkně nám ji inflace. Ale i ti co visí na státu a čekají, co z něj spadne, nakonec dluh zaplatí. Pokud společnost dluh přezene, nemá dostatek prostředků na pomoc těm, kteří se ocitnou v nouzi, a tím může dojít i na ty z nás, kteří nejsou aktivní a čekají na dávky. Svoboda je neoddělitelná od zodpovědnosti, a každý máme tolik svobody, kolik zodpovědnosti jsme ochotni nést! Za sebe, za své blízké, za lidi okolo sebe, za potřebné v našem krásném městě i státě. Děkuji proto vám všem, kteří nepodléháte blbě náladě. Všem, kteří děláte něco navíc – v práci, v bydlišti, v sportu, v kultuře, v sociální i zdravotní pomoci, v péči o veřejný prostor. Všem, kdo se staráte o chod společenství vlastníků a bytových družstev a všech možných zájmových aktivit.

Nenechme se otrávit a pojďme dál hrdě a s rozumem. Hulvátství a agrese nemá smysl ustupovat, protože tak nezmizí!

Přeji všem novým zastupitelům klid, rozvahu a úspěch v péči o naši krásnou městskou část!

Přeji všem obyvatelům pevné zdraví a každý den nějakou radost, třeba malou, ale hřejivou a pohodovou!

Vize pro Prahu 4

**Petr Tomáš Opletal (TOP 09),
zastupitel MČ Praha 4**



Tento text jsem napsal začátkem září a je věnován rozvoji a vizi pro Prahu 4. V krátkém článku však nelze vše popsat, proto se budu věnovat jen několika tématům.

Vizi může být nepřeberné množství, protože názory lidí se různí a pro každého je důležité něco jiného. Nicméně aby byla vize přijata většinou, musí sdružovat mnoho aspektů, které vychází z lidských potřeb a přání. Musí se ale zakládat na reálných možnostech a utvářet fungující celek. Vize se plánují na roky a desetiletí dopředu, protože jen dobré plánování a návaznost dovede vizi k fungující realitě.

Doprava a bydlení

Plynulá doprava je klíčem k prosperitě městské části a životnímu komfortu uživatelů všech dopravních prostředků. Zároveň je nutno hledat rovnováhu mezi individuální a hromadnou dopravou. Je více než jasné, že Praha potřebuje kompletní okruh, který odlehčí městským částem, ale zároveň musí být koncipován tak, aby co nejméně rušil obyvatele v jeho okolí. Například za použití protihlukových bariér, valů nebo zastřešením. U dopravy v naší městské části lze v budoucnu využívat takzvaných inteligentních semaforů s proměnlivým intervalem v závislosti na aktuálním provozu. S dopravou je úzce spojena bytová výstavba, které by měla být rozmanitá v souladu se stávajícími obyvateli a dimenzovat dopravní obslužnost s plánovanou výstavbou. Bytová výstavba vždy musí zapadat do rázu a charakteru okolí. Vytvářet také dostatek parkovacích míst například v podzemních garážích, ať bytových, nebo veřejných parkovacích domů.

Pro naše obyvatele

Realizaci dobré vize je spokojený obyvatel, který bude rád trávit volný čas se svými přáteli a sousedy různých věkových skupin v blízkosti domova. Rozmanitost dětských hřišť, parků, kulturních míst, obchodů, lékařské péče, škol a mateřských škol a úřadů, které se spojí digitalizací pro snadnou komunikaci s obyvateli. Je potřeba najít rovnováhu v různých lokalitách dle zástavby a hustoty obyvatelstva. Nesmí se ale zapomínat na dostatek zeleně, která je schopna regulovat dopady klimatu a zároveň propojuje město s přírodou, kde mohou naši obyvatelé příjemně trávit volný čas.

Slovo závěrem

Praha 4 vizi má, rozvíjí se každým rokem, mnohé se povedlo realizovat a upravit k lepšímu pro spokojenost našich obyvatelů a budeme v tom nadále pokračovat. Praha 4 je mé rodné město, kde žiji celý život a kde vidím svou budoucnost se svojí rodinou. Praha 4 je moje srdcová záležitost a pevně věřím, že stejně jako já je pro vás Praha 4 místem pro život.

Pomáhá radnice v těžkých dobách?



**Jan Hora (Piráti),
zastupitel MČ Praha 4**

Tématem letošního podzimu je rostoucí nejistota. K všeobecné nedostupnosti bydlení a mnoha dalším starostem se v mnoha domácnostech připojují obavy, zda rodinné rozpočty unesou stoupající ceny za plyn a elektrickou energii.

Nečinnost v oblasti bydlení musí skončit

V obecním fondu MČ Praha 4 je aktuálně 1894 bytů. Přesto je potřeba s bytovou politikou nějak začít i na místní úrovni. Bohužel Praha 4 v uplynulých čtyřech letech nejenže vůbec nic neudělala, ale dál pokračovala v nepromyšleném prodeji obecních bytů. Některým městským částem tak dnes můžeme jen závidět. Například v Praze 10 prodávali jen osamocené bytové jednotky v SVJ a družstvech s nízkým vlastnickým podílem a za získané peníze pak opravili byty v havarijním stavu. Praha 4 má více než dvě stě bytů, které stále ještě čekají na opravu a mohly by sloužit lidem v nouzi či pracujícím v profesích, které městská část potřebuje.

Životní náklady rostou

Ještě naléhavějším problémem je nutnost řešit nárůst cen energií a inflaci. Po odeznění pandemie covid následoval útok Ruska na Ukrajinu, který přináší růst cen energií a pociťují to už i občané. Hlavní odpovědnost za ochranu obyvatel samozřejmě nese vláda, ale může pomoci i radnice? Ano, může zlepšit komunikaci. Lidé v tísní mohou žádat o několik různých příspěvků, které jim pomohou obtížné období překlenout, většina z nich ale o těchto možnostech nemá úplné informace. Radnice by dle mého názoru měla aktivně vyhledávat takové obyvatele a nabídnout radu a pomoc úředníkům při podávání žádostí. Není přece nic špatného na tom chtít od státu pomoc v nouzi.

Prahu 4 nejde řídit na částečný úvazek

Cílená pomoc lidem ale vyžaduje radikální změnu přístupu jak od úřadu, tak od zastupitelů a radních, na jehož začátku je vůle politiků k prosazení této změny. Na příkladu radního pro sociální věci dnes vidíme, jak v právě skončeném volebním období vypadala sociální oblast, když ji řídil na částečný úvazek, při výkonu dalšího zaměstnání. Pro mě je takový přístup nepředstavitelný. Jsem přesvědčen, že občané Prahy 4 si zaslouží, aby starosta i členové rady s klíčovými gescemi byli skutečně a na 100 procent uvolnění a neměli žádné „pracovní vedlejšíky“. Nadcházející roky nebudou snadné a vyžádají si soustředěnou práci radních na plný úvazek s mnoha přesčasy.

Mnoho úkolů pro vítěze voleb



**Petr Štěpánek
(Praha 4 sobě/Zelení),
zastupitel MČ Praha 4**

Milí sousedé, dnešní příspěvek budete číst až po volbách, zatímco my jej píšeme před volbami. Rozhodně vám chci poděkovat, že v obtížné době věnujete věcem veřejným pozornost. Demokracii a svobodu si můžeme udržet jen neustálou pozorností a řešením každodenních problémů i přípravou dlouhodobých strategických rozhodnutí. Vyjednávání o složení rady je již patrně v plném proudu. Ať už její složení bude jakékoli, je zde spousta věcí, které budou vítězové voleb muset řešit bez ohledu na ideologii nebo politickou příslušnost. U nás na Čtyřce mezi ně bude určitě patřit výstavba na pěti nových stanicích metra. My preferujeme regulaci výstavby podle závazných územně plánovacích dokumentů na úrovni regulačního plánu nebo alespoň závazné územní studie. Jen tak zajistíme rovnováhu mezi bydlením, zelení, veřejnou vybaveností a dalšími funkcemi využití území. Jejich absence bude znamenat souboj developerů o patra navíc a megastavby, které zhorší životní úroveň obyvatel.

Stojíme na straně obyvatel

Vítěz voleb bude také muset řešit hluk z dopravy nejen na Severojižní magistrále, Jižní spojce a Spořilovské a parkovací zóny poté, co je odcházející rada podporovaná přeběhlíky nedokázala za tři a půl roku vyřešit. V ohrožení je také údolí Kunratického potoka od Krče po Braník, odkud se developéři pokoušejí vymstit rekreační zónu s promenádou a cyklostezkou, i tady bude muset nová rada stát na straně obyvatel.

V době úspor by nová rada neměla vyhazovat peníze za drahé venkovní akce, jak jsme to viděli před volbami, ale soustředit se na zlepšení péče o seniory, školství, kvalitu bydlení a veřejných prostranství. Samostatným úkolem bude pozvednutí našich sídlišť – od oprav chodníků přes lepší úklid, péči o zeleň až po komunitní centra na místě chátrající Sigmy na Spořilově, Kosmosu na Novodvorské nebo Modrého pavilonu v Krči. V době mého starostování jsme postavili koupaliště Lhotka. Bude na nové radě, zda bude v tomto trendu pokračovat, zda z kvalitní veřejná prostranství před školami, na náměstích, prostor podél hlavních silnic, zda umístí nové vodní prvky do parků a na náměstí s vidinou dalšího horkého léta, nebo zda bude ve vleku developerů a jejich jednostranného zaměření na zisk bez ohledu na blaho obyvatel.

Za Praha 4 sobě – sousedé a nezávislí i za všechny Zelené vám mohu slíbit, že my budeme stát vždy na straně obyvatel – našich sousedů, bez ohledu na to, zda se budeme podílet na složení rady, nebo zůstaneme v opozici. Děkuji všem za hlasy ve volbách a přeji nám všem lepší a legitimnější složení rady městské části, než byla ta odcházející podporovaná přeběhlíky.

*Příspěvek STAN/KDU-ČSL
porušil etický kodex časopisu
Tučňák, a nebyl proto zařazen.*



V ZŠ Jižní pobavil děti i vyučující personál radní Tomáš Hrdinka (ANO 2011).



Radní Jan Hušbauer (ANO 2011) vítal děti u vstupu do ZŠ Poláčkova.



V ZŠ Na Chodovci se první vyučující hodiny zúčastnil radní Filip Vácha (TOP 09).



Školy v Praze 4 zahájily školní rok

Nový školní rok 2022/2023 začal 1. září ve všech 23 mateřských a v 21 základních školách zřizovaných MČ Praha 4. Slavnostního zahájení nového školního roku se zúčastnili v řadě škol členové Rady a Zastupitelstva MČ Praha 4. V ZŠ Křesomyslova a Nedvědovo náměstí přivítala prvňáčky starostka Irena Michalcová (ANO 2011) a v ZŠ Horáčkova místostarosta Michal Hroza (TOP 09).



Do ZŠ Mendíků přišel děti pozdravit místostarosta Josef Svoboda (nez.)



V ZŠ U Krčského lesa zahájili nový školní rok místostarosta Zdeněk Kovářík (ODS) a zastupitel Petr Kučera (TOP 09).



Děti zamávaly letošním prázdninám

Také letos připravila Praha 4 pro děti tradiční akci s názvem Rozloučení s létem. V parku Na Pankráci byl připraven pestrý program, od sportovních her přes divadelní představení až po koncert. Kdo chtěl, mohl si vyzkoušet i sprejování na připravenou zeď, tetování či se vyřádit na nafukovací atrakci. (red)



V pankráckém parku se opět hlasitě štěkalo

V parku Na Pankráci proběhl již 9. ročník oblíbené „zábavy pro psa i celou rodinu“ - PesFest 2022. Příchozí mohli vidět různá vystoupení psů a komentované ukázky výcviku, agility park, psí poradny, oblíbené psí soutěže, prodej chovatelských potřeb a samozřejmě vyhlášení sympatáka PesFestu 2022. Na akci nemohla chybět ani zakladatelka PesFestu a zastupitelka MČ Praha 4 Lucie Michková (ODS). (red)



Talentedé děti se představily v Nuselské radnici

Vystoupení mimořádně nadaných dětí do patnácti let společně s hvězdou světových operních scén Dagmar Peckovou (na snímku) se uskutečnilo v hlavním sále historické Nuselské radnice. Akci si nenechali ujít ani starostka MČ Praha 4 Irena Michalčová (ANO 2011) a místostarosta Michal Hroza (TOP 09). (red)



Emma Srncová slaví jubileum výstavou

Čestná občanka MČ Praha 4 a výtvarnice Emma Srncová oslavila na konci srpna 80 let a k jejímu životnímu jubileu jí za Prahu 4 popřála starostka Irena Michalčová (ANO 2011). S tvorbou naší známé výtvarnice se zájemci mohou seznámit na aktuální výstavě v Novoměstské radnici na Karlově náměstí, která potrvá až do konce listopadu. (red)



Praha 4 má první koš na nádobičko narkomanů

Na základě informací z terénních programů a výzvy místních obyvatel umístili pracovníci organizace Progressive první speciální koš na použitý injekční materiál v Praze 4, a to u železniční trati v Nuslích v Mečislavově ulici. Jak uvedla zastupitelka MČ Praha 4 Lucie Michková (ODS), hlavním důvodem instalace je ochrana obyvatel před nebezpečným odpadem. Pracovníci resocializačního programu Fixpoint budou koš vybírat a uklízet okolí od stříkaček a jehel. (red)



Den zdraví přilákal stovky zájemců

Městská část Praha 4 opět zorganizovala pro své obyvatele tradiční Den zdraví. Pro návštěvníky všech generací byly před OC Arkády připraveny zajímavé preventivní programy a odborné konzultace z mnoha oblastí, které návštěvníci mohli bezplatně využít. Zúčastněné přišli pozdravit starostka Prahy 4 Irena Michalčová a radní Tomáš Hrdinka (oba ANO 2011). (red)

Dobeška. Lidé si na domy vydělali díky ředkvičkám



Stavatel Václav Šindelář by měl mít na Dobešce minimálně pamětní desku. Foto: archiv KN

Šindelářova Dobeška je název publikace, kterou jako upomínku na velice talentovaného branického stavitele Václava Šindeláře sepsala jeho pravnučka Karolína Neuvirtová. Čtenářům publikace přibližuje vznik této ojedinělé čtvrti Prahy 4 a na příbězích starousedlíků dokumentuje také její život a bohužel i postupnou negativní proměnu.

Za vznikem knihy, která vyšla díky aktivitě Sousedského spolku Fenomén Dobeška, vlastně může architekt a dlouholetý obyvatel Dobešky David Vávra. „Jednoho dne se objevil u mojí mámy v obýváku s tím, že připraví přednášku o architektuře našeho pradědy Václava Šindeláře. Když viděl, kolik máme z té doby materiálů, nadhodil, že by bylo dobré napsat knihu,“ vzpomíná na prvotní impuls Karolína Neuvirtová a dodává: „Přišlo mi to jako dobrý nápad, a protože mám ráda lidi, rozhodla jsem se obsah publikace nevěnovat příliš architektuře, ale hlavně příběhům prvních obyvatel domů Dobešky.“ Příprava na vydání trvala rok a Karolíně poněkud paradoxně pomohlo covidové období. „Každý měl čas se mi věnovat. S nejstaršími obyvateli, kterým bylo přes 90 let, jsem si

pravidelně telefonovala a oni z toho měli velkou radost, protože se v té době cítili osamělí a v podstatě v izolaci. S mladšími jsem se scházela v lesíku na Dobešce, procházeli jsme se a já si jejich vyprávění zapisovala. Lidé byli ke mně upřímní, ale protože mnohé z nich poznamenala komunistická perzekuce, ke spoustě věcí mi řekli – to tam raději nedávejte.“

Z vyprávění místních pak bylo čím dál více zřejmé, jak neskutečně pracovitý a svou vizí nadčasový byl Václav Šindelář. Nejen že vymyslel celou urbanistickou strukturu Dobešky, ale se svou stavební firmou také postavil lidem domy na klíč. „Každému podle jeho finančních možností, ale vždy se snažil o zajímavou stavbu. I když měl někdo peníze jen na malý domeček, pořád ho měl originální. Individuálně postavených domů bylo nakonec 22, potom praděda postavil činžovní domy v ulici Podolská a hotel v Braníku a bezplatně vyprojektoval Branické divadlo,“ vypočítává s určitou hrdostí v hlase Karolína Neuvirtová.

Zastaví se likvidace historie?

Pokud by někomu vrtalo hlavou, kde ve 20. letech vzali lidé peníze na koupi parcel a výstavbu domů, kniha nabízí jednoduchou odpověď. „První členové stavebního družstva Dobeška byli většinou zelináři. Oni si vydělali na domy pěstováním ředkviček, chřestu a dalších zeleniny. Například paní Kadlečková nosila v nůši šnytík na smíchovské tržiště a z utržených peněz pak zakoupila na Dobešce tři parcely a nechala si tam postavit dřevěný domek.“ A podobných životních příběhů najdou čtenáři v knize více. „Nejvíce mne překvapilo, že v lidech, kteří se usadili na Dobešce, byla absolutně nezdočná jistota a sebevědomí z toho, že se podíleli na založení Československa. Měli to v sobě, a když přišel Hitler, nemusel jim nikdo nic říkat nebo je organizovat. Každý se nacismu individuálně postavil podle svých možností, protože oni představovali náš stát. To mne úplně dojalo,“ doplňuje Karolína Neuvirtová. V publikaci nenajdete příliš negativních příběhů. Záměrně. „Mým hlavním cílem je zastat se lokality. Lidé ji budovali srdcem a teď se

likviduje naprosto necitlivým způsobem. Jsou povolovány demolice starých vil, podle mne proto, že Dobeška neměla žádnou zachovanou identitu, protože lidé, kteří se zasloužili o její vznik, o tom příliš nemluvili. Jako auditorka často cestuji po světě a vidím, že se tu povolují obyčejné novostavby, které jsou kopií nemovitostí nacházejících se většinou v prázdninových destinacích. Proto by si náš spolek moc přál, aby hlavní město nebo Praha 4 vyhlásily Dobešku místně významnou lokalitou a zastavily její přeměnu,“ říká si Karolína Neuvirtová, která přemýšlí o druhém vydání svojí publikace. „Náklad jsme vyprodali za dva měsíce a uvažujeme o rozšířeném dotisku. Když jsem knihu připravovala, někteří lidé mne odmítli, ale teď se již sami hlásí se svými příběhy, což mě velice těší. Docela by se mi proto líbil cyklus Přiřazení na Dobešku. Zmapovali bychom historii osob, které sem přišly, a zároveň všechno zasadili do historických souvislostí. Kdo by měl zájem podělit se o svoje paměti, může mne kontaktovat na e-mailu sindelar.dobeska@gmail.com nebo na tel.: 777 102 636. (md)

Zajímavosti z Dobešky

Dobešáci věří, že Šemík skočil z Dobešky, a nikoliv z Vyšehradu. Tato legenda se předává na Dobešce z generace na generaci, protože Branická skála původně vedla až k řece. V pražských hospodách se ve 20. až 30. letech běžné servírovaly k pivu ředkvičky. Všechny se pěstovaly na Dobešce - na jaře byly malé červené, potom bílé ředkve a další druhy. Jejich konzumaci návštěvníci pivnic zabraňovali vzniku žlučových kamenů.

V rámci mobilní aplikace Skryté příběhy (www.skrytepribehy.cz) funguje hra Šindelářův plán. Jde o pátrací venkovní hru, která vás přenesne do roku 1924. Stáhnutí aplikace do telefonu je zdarma.

Pokud chcete přispět na druhé vydání publikace o Dobešce, můžete pomocí nákupu ve fan shopu na www.dobeska.cz. Koupit si můžete například šálu s fragmenty domů projektovaných Václavem Šindelářem či svatební nebo společenské podtácky s návrhy šatů od manželky Václava Šindeláře jr.



Dobeška byla kdysi plná krásných vil. Snímek je z ulice Příkrá z roku 1927. Foto: archiv KN



Zelinářství rodiny Josífových. Foto: archiv KN

Opustili nás dva čestní občané Prahy 4



Hana Zagorová neměla nadarmo přezdívku Hanička Písníčka. Foto: Martin Kubica

Srpen se bohužel stal obdobím špatných zpráv. Ve věku 93 let zemřel v sobotu 13. srpna Vladimír Prchlík a v pátek 26. srpna zemřela zpěvačka Hana Zagorová (75).

HANA ZAGOROVÁ, devítinásobná držitelka ocenění Zlatý slavík a hvězda české pop-music, byla čestnou občankou Prahy 4 od roku 2016. „V osobě paní Hany Zagorové ztrácíme všichni osobitou zpěvačku s nezaměnitelným hlasem, interpretku mnoha písní s přemýšlivými texty, milou a usměvavou dámu, která navzdory svému zdravotnímu hendikepu dokázala rozdávat radost a pohodu,“ uvedla starostka Prahy 4 Irena Michalcová (ANO 2011). Zpěvačka, textařka, herečka a moderátorka Hana Zagorová se narodila v roce 1946. Absolvovala studia herectví na JAMU v Brně a její první hudební nahrávky vznikaly v ostravském rozhlasu. Počátkem 70. let hostovala v pražském Divadle Semafor (Kytice), poté se soustředila na zpěv a stěžejní je její dlouholetá spolupráce s kapelníkem a skladatelem Karlem Vágnerem. Mezi lety 1977 až 1985 získala devět Zlatých slavíků v řadě. V roce 1989 podepsala petici Několik vět, což vedlo k dočasnému zákazu činnosti těsně před pádem komunismu. V komorní písňové tvorbě pokračovala i v 90. letech. Byla druhou nejúspěšnější držitelkou

ocenění Zlatý slavík v kategorii zpěvačka, nazpívala přes 820 písní a získala mnoho prestižních cen za hudbu a zpěv. Byla vdaná za slovenského tenoristu Štefana Margitu.

VLADIMÍR PRCHLÍK, rodák ze Spořilova a dlouholetý aktivní člen spořilovského Sokola, se stal čestným občanem Prahy 4 v roce 2014. „Ztrácíme dobrého člověka, který kolem sebe šířil dobrou náladu a nikdy nikoho nezarmoutil, aktivního obyvatele Prahy 4, který se vždy velmi živě zajímal o veřejné věci, zapáleného Sokola a Spořilováka, bez něhož si jen málokdo dovede představit pietní akt na Národním hřbitově na Spořilově a řadu dalších akcí,“ řekla starostka Prahy 4 Irena Michalcová. Vladimír Prchlík se narodil 22. března 1929 v Praze na Spořilově v rodině ruského legionáře Karla Prchlíka. V roce 1935 přivedla šestiletého Vladimíra jeho maminka poprvé do sokola a od té doby byl členem Tělocvičné jednoty Sokol Spořilov. Zúčastnil se hromadných vystoupení na sedmi všesokolských sletech, poprvé jako žák v roce 1938. O čtyři roky později rodiče přihlásili Vladimíra na housle a láska k hudbě ho již nikdy neopustila. Po maturitě na reálném gymnáziu v Michli vystudoval Vladimír Prchlík Vysokou školu elektrotechnického inženýrství ČVUT v Pra-

ze a získal titul inženýr. V letech 2016 a 2017 napsal dvě historické knížky jako vzpomínku na Spořilovské legionáře za 1. světové války „Po stopách Spořilovských legionářů“ a dále sokolskou knížku „Vzpomínky na sokolské Spořilovské divadlo“. Vladimír Prchlík byl členem redakční rady internetových Spořilovských novin, dopisovatelem měsíčníku městské části Praha 4 Tučňák a časopisů Čas, Národní osvobození, Sokol, Český zápas aj. Při příležitosti 70. výročí nejvýznamnějšího odbojového činu 2. světové války získal od Asociace nositelů legionářských tradic Anlet medaili na paměť operace Anthropoid 1942-2012. V roce 2013 mu byla udělena Českým svazem bojovníků za svobodu a Asociací nositelů legionářských tradic za celoživotní dílo v oblasti podpory národní hrdosti a za vzdělávací činnost v Sokole Cena českého patriota. U příležitosti životního jubilea - 90 let - obdržel v prosinci 2019 uznání za zásluhy o rozvoj sokolského hnutí stříbrný odznak Zasloužilého člena České obce sokolské. (red)



„Sokol je moje velká celoživotní láska a členství v Sokole je radostným údělem,“ říkal Vladimír Prchlík. Foto: archiv

Pohádkové čtení v Praze 4. Přidejte se!

Nezisková organizace Mezi námi, o.p.s., která sídlí v Praze 4, se zabývá mezigeneračním propojováním, především dětí a seniorů. Hlavním programem organizace je program Povídej, který propojuje domovy seniorů s mateřskými školami. Druhým dobrovolnickým programem je Přečti. Je určen seniorům, kteří dochází číst dětem do mateřských škol před spaním pohádky. Takovým seniorům se říká pohádkové čtecí babičky a dědečkové.

V Praze 4 dobrovolníci aktivně působí v 21 mateřských školách. Čtení prospívá jak seniorům, kteří se udržují ve fyzické i psychické kondici, tak dětem, které přicházejí do kontaktu se seniory a mohou se od nich mnohému naučit. „Moc bych chtěla poděkovat za babičku Libušku, je skvělá, děti ji milují a vždy si její návštěvy moc užijí a prožijí. Její elán a nadšení při práci s dětmi je nepopsatelný,“ shrnuje pracovnice mateřské školy 4 Pastelky.

Senioři se stávají členy Klubu pohádkových čtecích babiček a dědečků, kteří se účastní společných akcí pořádaných organizací Mezi námi a mohou si tak nejen vyměňovat zážitky ze čtení, ale i navazovat nová přátelství. Do klubu momentálně patří 39 seniorů z Prahy 4. Chcete se také stát pohádkovou čtecí babičkou nebo dědečkem? Ozvěte se na tyto kontakty: Mezi námi, o.p.s., e-mail: info@mezi-nami.cz, telefon: 732 732 160, 605 785 020. (red)

Napsali jste nám

Dobrý den,

bydlím v Praze 4 a čtu časopis Tučňák. Je skvělý a opět nabízíte právní poradnu a já se opět musím ozvat. Před pár lety jsem do ní zašla, ale byla jsem nemile překvapena dobou v poradně, a to 10 minut. Za tu dobu nemá právník čas podívat se na listinu k posouzení. Jen jsem řekla svůj problém, nebývá jednoslovný, a bylo mně sděleno cosi o dvou větách se zmínkou „Další prosím“.

Podle mě je to ponižování lidí a taková služba je na nic. Lidé si tam stěžovali, že jsou tam již poněkoliště - ve všech ostatních poradnách mají min. 200 min. Možná je dnes situace jiná, ale jak znám Prahu 4, tak ne.

(red. zkr.)

Paní Sigmundová, Praha 4

Vážená paní Sigmundová,

doba právní rady je omezená tak, aby bylo možné věnovat se více než jednomu klientovi. Ve složitějších případech je klientům věnováno více než 10 minut času, pokud to kapacitní možnosti dovolí. Ovšem důsledkem delší rady jednomu klientovi může být to, že na další klienty by se ten den již nedostalo nebo by se neúměrně prodloužila doba trvání rady. Prodloužení doby pro jednoho klienta je na individuálním uvážení advokáta, který tuto službu občanům bezplatně poskytuje.

Poradna má za cíl pomoci s prvotním řešením problému, řešení složitějších kauz je již mimo kapacitní možnosti rady. Vámi zmiňovaných 200 minut, tedy 3 hodiny 20 minut rady, by znamenalo, že v každém termínu rady by byl obsloužen maximálně 1 klient.

S úctou

Mgr. Michal Nocar,

pověřen vedením Odboru právního MČ Praha 4

Pravidla právní poradny MČ Praha 4

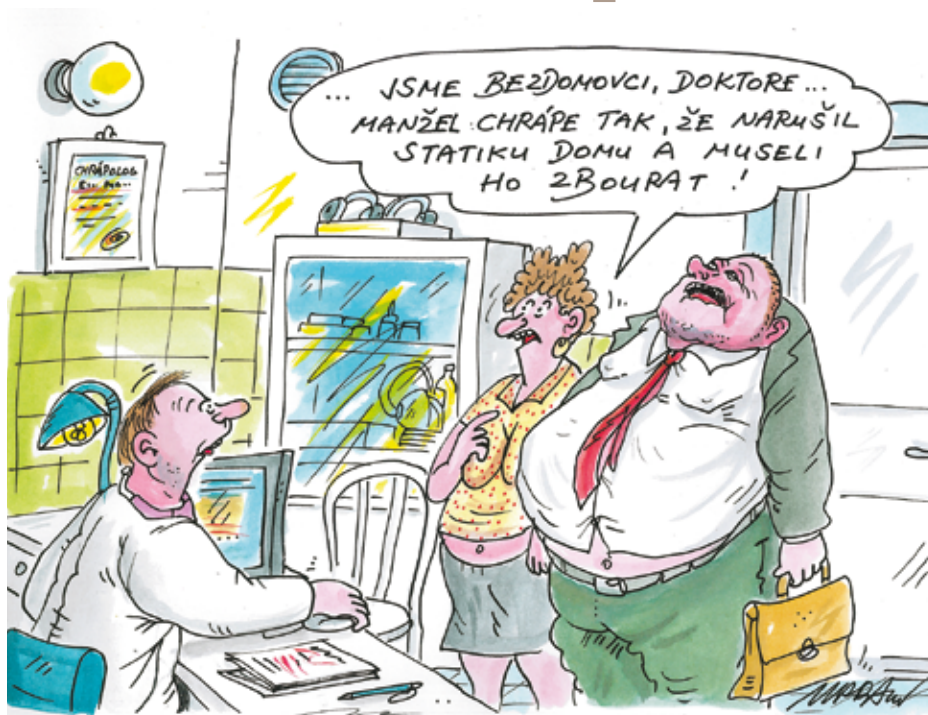
Právní poradenství je poskytováno:

- v prostorách Nuselské radnice, Tábořská 500
- každou druhou a čtvrtou středu v měsíci od 15.00 do 17.00 hod.
- každému zájemci v maximální délce 10 minut a v téže věci pouze jednou (vyjma zvláště závažných případů)
- pouze v rozsahu informativního charakteru

Právní poradenství se neposkytuje:

- opakovaně týž zájemcem ohledně stejného problému zájemce (kromě zvláště závažných případů, což posuzuje příslušný advokát)
- k zastupování a poradě ve věcech týkajících se MČ Praha 4
- za účelem vyhotovování, kontroly a vyplňování dokumentů
- v otázkách obchodního práva pro podnikatelské subjekty
- ve věcech trestního práva
- ve věcech úplatného majetkového převodu (např. prodej a koupě bytu, domu, auta)

Za spoustu našich potíží může nekvalitní spánek



Ilustrace z knihy Hubneme s Pivrcem. Autor: Petr Urban

O spánku se v posledních letech mluví poměrně hodně. Nejen pravidelné jídlo, ale i pravidelný spánek je předpokladem ke zdravějšímu životnímu stylu. Ovšem nejde jen o pravidelnost, ale také o jeho kvalitu. Slova „ten zařezává“ takřka dokonale mohou charakterizovat poměrně závažné onemocnění – tzv. syndrom spánkové apnoe, které není vůbec vzácné a může být i velmi nebezpečné.

Syndrom spánkové apnoe – OSA (z angl. Obstructive apnea syndrom) je onemocnění, při kterém dochází k postupnému uzavírání dýchacích cest až k přerušení dýchání, tzv. apnoické pauze. Tím dochází k poruše okysličení krve v průběhu spánku a hromadění oxidu uhličitěho. Po nějaké době, kdy se nahromadí hodně oxidu uhličitěho, dojde k mohutnému nádechu a výdechu, po kterém následují další poměrně rychlé nádechy a výdechy, ale stále kratší a mělčí – následuje další apnoická pauza. To většinou vede k tomu, že spánek je celkově velmi nekvalitní, tělo je ve stresovém režimu, svaly nerelaxují a ráno se budíte s velkou únavou. Další typické projevy jsou například častější noční návštěvy na záchodě a pak především pospávání kdykoliv a kdekoliv za jakékoliv situace. Typicky se to stává v čekárně u lékaře, na autobusové zastávce, ale klidně i při rozhovoru nebo dokonce při jídle. Jsou to takové mikrosnáňky, které mohou být od několika vteřin až po minuty. Hlavním vedoucím příznakem je ale obrovská únava, kterou často lidé řeší zvýšenou spotřebou energetických nápojů a jídel. Mozek si žádá cukr. To většinou

vede k vzestupu hmotnosti a dalšímu zhoršování potíží. Naopak redukce hmotnosti může velmi pomoci kvalitu spánku zlepšit. Snižování hmotnosti se syndromem spánkové apnoe je však velmi složité, často i nemožné. A naopak – zalečením tohoto onemocnění jde hubnutí často skoro samo...

Kdo nesmí usednout za volant?

Syndrom spánkové apnoe může být i příčinou špatně kompenzovaného krevního tlaku nebo cukrovky. Je také jedním z nejčastějších příčin náhlého úmrtí ve spánku u lidí s těžším stupněm obezity. Toto neléčené onemocnění je také jednou z nejčastějších příčin mikrosnáňky za volantem, a pokud je OSA neléčen, neměl by respektive nesmí dotýknout řídit. Syndrom spánkové apnoe se léčí přístrojem, který v noci zabrání apnoickým pauzám a zlepšuje prokysličení krve. Mnoho pacientů si po prvním vyzkoušení nemůže přístroj vynachválit. Naopak některým to trvá déle, než se nalezne optimální nastavení. Ale kvalitní spánek je základ pro zdravější život. Pokud víte, že chrápete a ráno jste nápadně častěji unaveni, kontaktujte svého praktického lékaře a nechte si spánek vyšetřit. Nestyďte se před svým partnerem nebo rodinou. Pokud vás někdo upozorní na „hlasitý“ spánek opakovaně a jste nápadně více unaveni, můžete tento problém překvapivě poměrně jednoduše vyřešit a předejít velkým zdravotním komplikacím. Doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph. D.

BRAVO!

Divadlo BRAVO! (bývalé Branické divadlo)
Branická 411/63, 147 0 Praha-Braník
www.divadlobravo.cz
info@divadlobravo.cz, +420 731 153 139

Po 3.	19.00	Kolaps - akrobatické představení
St 5.	19.00	Grandiózní - akrobatická show
Ne 9.	15.00	Za zrcadlem - pohybové, taneční a objektové divadlo
Pá 14. a So 15.	19.00	obnaŽENA + diskuse s Janou Maškovou Zimovou - multižánrová inscenace
Ne 16.	15.00	Mimjové - vhodné pro děti od 6 let
Po 17.	19.00	Konkurz - akrobatická show
Út 18.	19.00	Heroes - inovativní inscenace
Ne 23.	15.00	Hnízdo na nitkách - vhodné pro děti od 4 let
Út 25.	19.00	Nebesa - akrobatický muzikál
St 26.	19.00	Nebesa - akrobatický muzikál
Po 31.	19.00	The Loser(s) - novocirkusové představení

DIVADLO NA JEZERCE

Na Jezerce 1451
Praha 4 Nusle, 140 00
Tel.: 261 224 832
725 442 150

E-mail: vstupenky@hrusinsky.cz
www.divadlonajezerce.cz

Po 3.	19.00	Práskni do bot (O. McCafferty)
Út 4.	19.00	Občan první jakosti (M. Balcar)
St 5.	19.00	Už je tady zas! (T. Vermes)
Čt 6.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Pá 7.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Ne 9.	16.00	Saturnin (P. Vacek)
Po 10.	19.00	Pánský klub (M. Balcar)
Čt 13.	19.00	Mašín (J. Jirků)
Po 17.	19.00	Charleyova teta (J. B. Thomas)
Út 18.	19.00	Ze života Čapka (P. Vacek)
St 19.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Čt 20.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Pá 21.	19.00	Manželské vraždění (E. E. Schmitt)
So 22.	19.00	Občan první jakosti (M. Balcar)
Ne 23.	19.00	Pánský klub (M. Balcar)
Út 25.	19.00	Sláva strojí a město (Jaromír Rašín)
St 26.	19.00	Takový žertík (Jean Dell, Gérard Sibleyras)
Čt 27.	19.00	After Life (R. Gervais)
Ne 30.	16.00	Saturnin (P. Vacek)

Naše tipy

Lhotka – Tradiční „Žehnaní zvířátek“, tedy modlitba, aby Bůh zvířatům a jejich majitelům žehnal a chránil je, se koná v neděli 2. října od 15.00 hodin u kostela Panny Marie Královny míru Praha – Lhotka.
Kamýk – MC Balónek pořádá podzimní a zimní bazar dětských věcí. Příjem zboží 14.-15. října, prodejní dny: 16.-18. října. Více informací o průběhu bazaru, pokynech a potřebných dokumentech k prodeji naleznete na www.mcbalunek.cz.



ZVONEČEK
TRADIČNÍ LOUTKOVÉ DIVADLO

Kulturní centrum Novodvorská
Novodvorská 151/1013
Praha 4
www.zvonecek.info
+420 775 472 728

So 1.	14.00 a 15.30	Perníková chaloupka
So 8.	14.00 a 15.30	Kašpárek letí do pohádky
So 15.	14.00 a 15.30	Pohádka O Plaváčkovi
Ne 16.	15.00	Perníková chaloupka
Čt 20.	16.00	Tři prasátka
So 22.	14.00 a 15.30	Začarovaný les



Divadlo Bez Hranic

Křesomyslova 14
Praha 4 – Nusle,
Tel. 607 088 273

e-mail: rezervace@divadlobezhranic.cz
www.divadlobezhranic.cz

Ne 2.	19.30	Krásné obrázky z Hrozného života - komedie/Divadelní spolek Náplavka
Út 4.	19.30	Kufr!!! aneb Prachy pana Kužvika - komedie/Divadlo bez zábran
So 8.	19.00	Život herce - drama/divadlo Teenager
Po 10.	19.30	Motorest Favorit - Činoherní studio BERETA
Út 11.	19.30	Ošlehlý západ - černá komedie/Divadlo bez zábran
St 12.	19.30	Až uslyšíš moře - hořká komedie/Divadlo Ve Věži
Čt 13.	19.30	1 + 1 = 3 - komedie/DIVADLO BEZ HRANIC
Pá 14.	19.30	Sluha dvou pánů - interaktivní komedie/DIVADLO BEZ HRANIC
So 15.	15.00	Punc přání - pohádka/divadlo Teenager
Ne 16.	19.30	Spící lev - drama/Divadelní spolek CAMPANUM
Út 18.	19.30	Stalo se v Chamonix - detektivní komedie/DIVADLO BEZ HRANIC
St 19.	19.30	Improvizace - improvizované představení/Improvizace.cz
Čt 20.	19.30	Dovolená po česku - premiéra komedie/divadlo PROJEKT 2
Po 24.	19.30	Kočičí hra - tragikomedie/DIVADLO BEZ HRANIC
St 26.	19.30	Improvizápas - improvizované představení/divadlo Poločas nápadu
So 29.	19.00	Život herce - drama/divadlo Teenager
Ne 30.	19.30	Bacha, pojistováci! - komedie/DIVADLO BEZ HRANIC
Po 31.	19.30	Racajda - monodrama/DIVADLO BEZ HRANIC

dobeška

DIVADLO DOBEŠKA
Jasná I. 1181/6, 147 0 Praha 4
Telefon: 244 468 173
fax: 244 468 167
e-mail: rezervace@divadlodobeska.cz
www.divadlodobeska.cz
STUDIO DOBEŠKA
kurzy • zábava • relaxace
www.divadlodobeska.cz/studio

Ne 2.	15.00	Pralidi - pohádka pro děti
Po 3.	19.00	To nejlepší z trabantů s Danem Příbáním - superpřednáška
Út 4.	19.00	Přednáška o architektuře s Davidem Vávrou - Švýcarsko a zdejší stavby i od Miroslava Šika.
St 5.	19.30	Minamata - kinokavárna
Čt 6.	20.00	Premiéra videoklipu kapely Bikini s Davidem Vávrou - koncert
So 8.	20.00	Kapela The Drops slaví své 10. výročí - koncert
Ne 9.	15.00	Peklo s Ježibabou - pohádka pro děti
	16.00	Drakiáda - výroba draků a létajících příser ve výtvarné dílně Studia Dobeška.
St 12.	19.30	Jan Žižka - kinokavárna
Ne 16.	15.00	Kašpárkova dobrodružství - pohádka pro děti
Po 17.	18.00	David Bartoň - vernisáž
St 19.	19.30	Výběr z Besídek - Divadlo Sklep
Čt 20.	19.30	Výběr z Besídek
Ne 23.	15.00	O chaloupce z perníku - pohádka pro děti
Út 24.	20.00	Cantina a Petr Nikl - křest hudebního alba
St 26.	19.30	Kdo si myslíš, že jsem - kinokavárna
Ne 30.	15.00	Tajemná zahrada - pohádka pro děti od 2 do 10 let

Více kulturních i sportovních akcí najdete na www.praha4.cz sekce Kalendář akcí.



DIVADLO NA FIDLOVAČCE

Křesomyslova 625, Praha 4,

pokladna tel.: 773 831 705

pokladna e-mail:

pokladna@fidlovačka.cz

po-pá 10.00-19.00 hod., so 14.00-18.00 hod. (do 19.00 hod., pokud se hraje od 19.00 hod.)
ne a státní svátky - hodinu před představením (jen pokud se hraje) www.fidlovačka.cz.

On-line rezervace a prodej:
www.webticket.cz, prodej též v sítích:
Ticketportal, GoOut a Kulturní portál.cz

So 1.-Po 3.	19.00	Branický zázrak - HOST
Út 4.	10.30	Souborné dílo Williama Shakespeara
St 5.	19.00	Absolvent
Čt 6.	19.00	Muž mojí ženy - přeloženo z 9. 6.
Pá 7.	19.00	Dánská dívka
So 8.	15.00	Šakali léta
Út 11.	10.30	Familie
St 12.	19.00	Sugar (Někdo to rád horké)
Čt 13.	19.00	Srnky
Pá 14.	19.00	Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách
So 15.	15.00	Absolvent
Út 18.	9.00, 11.00 a 19.00	Taneční soubory Pop Balet - LIGHT - HOST
Čt 20.	19.00	Muž mojí ženy
Pá 21.	19.00	Kouř
So 22.	15.00	Testosteron
Ne 23.	15.00	Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách
Po 24.	19.00	Lov na losa - HOST
Čt 27.	19.00	Šakali léta
Pá 28.	19.00	Dánská dívka
So 29.	15.00	Familie
Ne 30.	15.00	Eva tropí hlouposti
Po 31.	19.00	Branický zázrak - HOST

Neapolitánské písně v podání Edity Randové

Ani jednadvacátý ročník mezinárodního hudebního festivalu „Tóny nad městy“ se nevzdaluje od zavedené tradice této přehlídky. Nabízí koncerty s objevným repertoárem a překvapivými jmény v řadách hostujících hudebníků. Festival trvá do 24. listopadu a v jeho rámci slibuje mimořádný zážitek koncert, který se koná pod záštitou místostarosty MČ Praha 4 Michala Hrozy (TOP 09) ve čtvrtek 10. listopadu od 17.00 hod. V Nuselské radnici se setkáte s vynikajícím duem, složeným z mezzosopranistky Edity Randové a harfenistky Stanii Ramešové. Zazní skladby světových autorů - Smetanova Vltava, Dvořákovy Largo ze symfonie Nového světa nebo dílo Pachelbela. Editu Randovou uslyšíte v nejznámějších písňových cyklech A. Dvořáka Cigánské melodie a V národním tónu a ve slavných neapolitánských písních "O sole mio!", Santa Lucia a Funiculi-Funicula. Na koncert je umožněn bezbariérový přístup, vstupné je dobrovolné. Koncert finančně podpořila MČ Praha 4. (red)

Divadla BRAVO! připravilo akrobatický muzikál

Branické Divadlo BRAVO! uvede divadelní podobu úspěšné letní novinky - akrobatický muzikál Nebesa. Ten vznikl spojením novocirkusové skupiny Losers Cirque Company, uznávaného tanečního souboru 420PEOPLE a gospelového sboru Maranatha Gospel Choir, s hvězdným Jiřím Kornem a Petrem Jeništem v hlavní roli. Pro velký divácký zájem byl muzikál upraven do formy pro tradiční divadelní prostředí, a tak si jej mohou diváci vychutnat přímo na prknech bývalého Branického divadla již od 25. října. (red)

Společenská rubrika



Známý spisovatel a čestný občan městské části Praha 4 **Ivan Klíma** oslavil 14. září 91. narozeniny. Za Prahu 4 dlouholetému obyvateli Hodkovičkám popřál především pevné zdraví místostarosta Michal Hroza (TOP 09).

Dne 1. 9. oslavil můj skvělý manžel, tatínek a dědeček **Vladimír Žák ze Lhotky** krásné 75. narozeniny. Přejeme mu, aby byl stále zdravý a veselý, aby měl radost ze svých včelíček a všech svých potomků. S láskou manželka Olga s rodinou.



Dne 28. 9. oslaví manželé **Holíkové z Novodvorské** 65 let společného života. Hodně dalších spokojených let přeje dcera s rodinou.



Dne 29. 9. oslavili 60 let společného života manželé **Božena a Václav Navrátilovi ze Spořilova**. Gratulujeme k diamantové svatbě a přejeme hodně zdraví a další šťastná společná léta! Rodina.



Tvořivé workshopy jsou zpět

Pod vedením floristy si vyrobíte dekoraci s dušičkovou tematikou nebo si vytvoříte věnec dle vlastní fantazie. Během akce bude podávána káva a výrobek si s sebou odnesete domů. Workshop probíhá vždy v dopoledních nebo odpoledních hodinách, ale výrobek je stejný. Info viz tabulka akcí. (red)

Z tribuny na tribunu

Komentovaná prohlídka strahovského stadionu zahrnuje i návštěvu prezidentského salonku a také tzv. „skleníku“, kde byla dříve vstupní brána. Je však nutné vystoupat 130 schodů bez výťahu. Parkoviště před vchodem (a pod mostem) není zpoplatněno. Info v tabulce akcí. (red)

PŘEHLED AKCÍ POŘÁDANÝCH MČ PRAHA 4

ŘÍJEN 2022		PŘIHLAŠOVÁNÍ OD 8.00 HOD.
Letecké muzeum Kbely	4. 10. od 14.00 h., Kbely, Praha 19	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 26. 9. Komentovaná prohlídka, sraz před vchodem (ul. Mladoboleslavská).
AMOS - akademie moderního seniora	Od 5. 10. 14.00-15.30 h., (každou středu, celkem 3x), Nuselská radnice, sál č. 303	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 19. 9. (kapacita 18 os.). Bezplatný vzdělávací kurz, přihlášení zájemci absolvují všechny tři lekce.
Královská obora Stromovka	11. 10. od 13.00 h., Královská obora Stromovka	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 3. 10. Komentovaná prohlídka obory (Lesy hl. m. Prahy), sraz před Šlechtovou restaurací, vstupné 70 Kč.
Strahovský stadion – komentovaná prohlídka Z tribuny na tribunu	12. 10. od 14.00 h., Velký strahovský stadion, Praha 6	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 3. 10. Komentovaná prohlídka stadionu (s Open House Praha), součástí je výšlap 130 schodů (bez možnosti výťahu), sraz před vchodem stadionu (u mostu se stad. E. Rošického, Zátokova 100/2).
Od Invalidovny Karlínem	13. 10. od 14.00 h., Karlín, Praha 8	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 3. 10. Procházka s průvodcem, sraz před hlavním vchodem do Invalidovny.
Pražské unikáty a kuriozity – naše cesty vedou Malou Stranou	18. 10. od 14.00 h., Malá Strana, Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 10. 10. Procházka s průvodcem, sraz u Malostr. mosteckých věží Karlova mostu.
Muzeum pražského vodárenství	19. 10. (středa) od 10.00 h., Podolská vodárna, Praha 4	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 10. 10. Komentovaná prohlídka, sraz u brány do areálu Podolské vodárny/vedle vchodu (ulice Podolská). Fyzicky zdatní jedinci mohou vystoupat do 8. patra na vyhlídkovou věž.
Pražské unikáty a kuriozity – projdeme se po Hradčanech	20. 10. od 14.00 h., Hradčany, Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 10. 10. Procházka s průvodcem, sraz uprostřed Mariánského nám. u Mariánského sloupu.
Primátorská rezidence	26. 10. od 15.00 h., Mariánské nám. 1, Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 17. 10. (do 19. 10.). Komentovaná prohlídka, sraz před vchodem do rezidence. Nutné předložit občanský průkaz.
Pražské unikáty a kuriozity – čeká nás Pražský hrad	27. 10. od 14.00 h., Pražský hrad, Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 17. 10. Procházka s průvodcem, sraz u sochy T. G. Masaryka na Hradčanském nám.
LISTOPAD 2022		
Dušíčkový workshop	1. 11. 9.00-12.00 či 13.00-16.00 h., Nuselská radnice, sál č. 303	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 24. 10. (kapacita 10 os./kurz). Tvořivá květinová dílna pod vedením floristy.
Český rozhlas	3. 11. od 14.00 h., Vinohradská 12, Praha 2	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 24. 10. (do 27. 10.) Komentovaná prohlídka, sraz před vchodem.
Archiv hlavního města Prahy	8. 11. od 14.00 h., Archivní 6, Praha 11-Chodov	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 31. 10. Komentovaná prohlídka, sraz před vchodem.
Uličkami bývalého ghetta	10. 11. od 14.00 h., Pařížská ulice, Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 7. 11. Procházka s průvodcem, sraz u sochy Mistra J. Husa na Starom. nám.
Akce pořádá Odbor školství, oddělení rodinné politiky a jsou určeny seniorům nad 63 let s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4. Účast na akcích je podmíněna registrací na uvedených číslech. Aktuální informace sledujte na webových stránkách www.praha4.cz (seniorweb). V případě dotazů pište na barbora.vesela@praha4.cz .		

Sociální informace VIII/2022

Chorobné hromadění věcí vede k izolaci i k požárům

V každém z nás jsou určité hromadící tendence. Na některých věcech lpíme, i když víme, že to není moc racionální. Kdy se však lpění vymkne kontrole a kdy se z „křečkování“ stává nemoc, která nás sociálně a hlavně mentálně ničí, tedy kdy je z hromadění patologie, se kterou potřebujeme pomoci?

Jsou situace, kdy nahromaděné věci a odpad doslova přerůstají přes hlavu, ničí vztahy a znemožňují každodenní fungování v domácnosti. Setkáme se pak s výrazy chorobné hromadění či hromadící porucha, syndrom hromadění, křečkování, patologické shromažďování, někdy Diogenův syndrom. Chorobné hromadění jako neschopnost vyhodit, zbavit se opotřebovaných nebo bezcenných věcí i přesto, že nemají žádnou citovou hodnotu.

Hromadění se stává patologickým, když nepořádek brání člověku používat prostor k žití a když pořizování a uchovávání věcí nadměrně ruší každodenní život. Nemocní nejsou schopni kontrolovat své impulzy k pořizování a shánění věcí a mají extrémní problém se věcí zbavovat. Velice úzce se pojí i s chorobným nakupováním, kdy nemocní patologicky nakupují věci bez ohledu na škodlivé důsledky (dluhy, nedostatek místa). Chorobné hromadění je tedy nemoc, popsaná diagnóza. Její léčení velice často vyžaduje odbornou psychologickou pomoc nebo asistenci. Podle výzkumů trpí chorobným hromaděním zhruba 1 až 2 % populace. Je tedy pravděpodobné, že někoho takového znáte vy sami.

Sběratelství se od chorobného hromadění liší tím, že sběratel předměty získává a organizuje určitým způsobem. Sbírky obsahují více než jeden předmět a předměty ve sbírce jsou si podobné (na rozdíl od nahromaděného, které bývá směsicí všeho).

Trpí také zvířata

Důsledky chorobného hromadění jsou, bohužel, často velmi vážné. Zvláště pokud hromadění trvá dlouho a není léčeno. Od narušených rodinných vztahů (hádky, výhrůžky, nedostatek soukromí a prostoru pro další členy rodiny) přes izolaci a mizející jakékoli sociální vazby až po rozvody a odstěhování dětí a partnera.

Hromadiči jsou osamělí. Mají mnohem menší šanci, že se ožení či vdají, a většinou, že se rozvedou. Důsledky jsou také hygienické a bezpečnostní. Hrozí riziko požáru. Léta hromaděné tléjící věci a rozkládající se odpady produkují zápach a obtěžují sousedy. Jsou i líhni pro parazity a množiřnou pro hlodavce, hmyz.

Nezanedbatelná část postižených hromadí i domácí chovná zvířata. Nejčastěji kočky, psy, hospodářská zvířata a ptáky. Zvířata jsou pak předmětem bezděčného týrání. Přemnoženým zvířatům nejsou traumatizovaní hromadiči postupně schopni poskytnout dostatečné zázemí,



Jako neuspořádané skladiště vypadá byt člověka, jehož vášní je hromadění věcí... Foto: Wikipedie

potravu a hygienu. Průměrně bývá nalézáno 39 jedinců a 80 % je v bídém stavu či uhynulých. Kromě dušení poruchy se musí u osob řešit i jejich složitá sociální situace. Pouhé vyklizení objektu však bohužel není definitivním řešením. Aby se sociální situace spojená s chorobným hromaděním dala zvládnout, je zapotřebí souhry vícero subjektů, nejen odboru sociálního a rodiny, ale zejména odborné psychologické a psychiatrické pomoci.

Odborné psychoterapeutické pomoci se klientům dostane například v Denním psychoterapeutickém sanatoriu Ondřejov, které sídlí na adrese Klánovická 300/62 v Praze 4.

Toto centrum sestává z psychiatrických ambulancí, denního stacionáře, stálých i tematických psychoterapeutických programů, individuální psychoterapie a dalších podpůrných aktivit. Velkou výhodou poskytuje provázanost služeb centra a možnost úzké spolupráce mezi jednotlivými odborníky. DPS Ondřejov provozuje služby Krizového centra s výjezdovou službou a domácí péčí pro nemocné psychózou, v rámci kterého se poskytují například tyto služby: krizová intervence, krizová podpůrná péče, zprostředkování komplexní léčby u nových pacientů, zprostředkování komplexní léčby u nespoupracujících pacientů, sociální rehabilitace, odborné sociální poradenství, aktivizační služby, telefonní krizová intervence a podpora pacientů. Kontakty: recepce@ondrejov.cz, telefon 221 633 612 a 775 707 289. (red)

Proč vůbec hromadíme?

- obklopení věcmi uklidňuje
- nechceme ztratit potenciál věcí
- vše se zdá užitečné a potřebné
- řešíme hromaděním trauma z minulosti



V Praze 4 se lidem posedlým patologickým „sběratelstvím“ věnují odborníci z Denního psychoterapeutického sanatoria Ondřejov. Foto: ondrejov.cz

Filozof by se asi zlobil...

Nazývat chorobné hromadění věcí tzv. Diogenovým syndromem se datuje od roku 1975 a jako první jej zavedli angličtí lékaři. Název je odvozen od starořeckého filozofa jménem Diogenés ze Sinópe, který údajně žil v důsledné skromnosti (která vyplývala z jeho filozofického přesvědčení) v sudu v oblasti Atén a hlásil se k pomíjivosti materiálních statků. Jelikož však předměty nehromadil a nežil v izolaci, ale naopak denně vyhledával diskuzi a lidskou společnost, je podle některých odborníků tento název chybný. Jiní zase opouhují, že pojmenování vzniklo právě v souvislosti s pomíjivostí. Sběrači totiž přemýšlí o pomíjivosti toho, co je hmotné, proto to paradoxně hromadí a neradi se věcí zbavují. (red)

INZERCE

CityHome

VINOHRADY | VYŠEHRAĐ | HOLEŠOVICE



BYTY
1+kk až 4+kk
PRAHA

SLEVA NA VYBRANÉ BYTY

www.city-home.cz

SC-501440/01



alzheimer home

Modřany a Kunratice hledají

Pečovatele/Pečovatelky
Praktické/Všeobecné sestry

NÁBOROVÝ PŘÍSPĚVEK 80 000 Kč – 120 000 Kč



Kontaktovat nás můžete na: personalni@alzheimerhome.cz 774 774 088
 www.alzheimerhome.cz [alzheimerhome](https://www.instagram.com/alzheimerhome)

SC-501480/01



www.seniorfitness.cz

CVIČENÍ PRO ZDRAVÁ ZÁDA

Též vhodné pro každého bez ohledu na věk. Přidejte se také!

Nezisková organizace Senior fitness z.s. znovu pořádá lekce zdravotního cvičení s prvky chi kungu (cvičení podle čínské medicíny) pro seniory na cvičebním místě v Praze 12. Lekce zdravotního cvičení s prvky chi kungu vede kvalifikovaný a zkušený cvičitel s respektem k přáním a potřebám starších lidí.

Zájemci o cvičení mohou kontaktovat cvičitelku Senior fitness:

Ing. Vlasta Ptáčková, tel.: 737 366 599, e-mail: vptackova@atlas.cz

Adresa: Sokol Modřany, K Vltavě 410/23, Praha 12

Cvičení bude probíhat každé úterý od 9,00 do 10,00 hod. 1 lekce = 60 min. stojí pouze 70 Kč.

Zdravotní cvičení pro cvičence zralého a staršího věku pomáhá zejména od bolesti zad; pomáhá udržovat svaly, napomáhá obezitě, podporuje správnou činnost trávicí soustavy a v neposlední řadě bezesporu zlepšuje náladu. Zdravotní cvičení s prvky chi kungu (cvičení podle čínské medicíny) navíc podporuje činnost vnitřních orgánů. Pozitivní účinky zdravotního cvičení jsou podloženy mnohaletým výzkumem a praktickými zkušenostmi odborníků ze Senior fitness.



SC-501485/01

M&M HOLDING REALITY **DANIEL MATĚJKA**

Jsem realitním makléřem tohoto regionu

Prodejte se mnou Vaši nemovitost za nejvyšší tržní cenu

Za případný TIP zajímavá odměna!



mobil: +420 733 153 815
e-mail: matejkad@mmreality.cz

SC-501363/02

PŘIJÍMÁME NOVÉ PACIENTY

Zkontrolujte si svůj zrak a přijďte na vyšetření očí do ordinace!

OČNÍ ordinace MUDr. Evy Chlpkové
v Poliklinice Pacovská 869/31 ve 4. patře

- PŘÍJEM AKUTNÍCH PŘÍPADŮ BEZ ČEKÁNÍ

MUDr. Eva Chlpková – oční ordinace s.r.o.
Telefon: 261 006 275
Email: echlpkova@seznam.cz

KONTAKT:

Vedle ordinace je prodejna MK Optik, kde Vám rádi pomohou s výběrem brýlí. Pacienti tak mohou využít komplexní služby korekce zraku a zhotovení brýlí na jednom místě.

www.mkoptik.cz +420 720 996 224 MK OPTIK

SC-501475/01

Stěhování - Autodoprava
Balení - Vykližení
Dominik Císař
Mobil.: 724 104 991
www.stehovanicisar.cz
Na Vrstvách 23, Praha 4

Stěhujeme doma i ve světě

SC-501116/05

BURIAN Čištění
vyčistíme docela

Čištění koberců, mytí oken

773 540 170
CISTENIBURIAN.CZ

SC-500838/07

Údržba zeleně

- ♦ Ořez živých plotů
- ♦ Prořez a kácení stromů
- ♦ Údržba zeleně z vysokozdvížné plošiny

www.pvj-group.cz
info@pvj-group.cz
Tel.: 724 006 275

SC-500877/07

Hodinář sběratel koupí veškeré hodinky,
hodiny, budíky, mechanické natahovací i nefunkční a poškozené náramkové i kapesní, české, ruské i světové PRIM, OMEGA, LONGINES, ORLIK, SPARTAK, SCHAFFHAUSEN, ETERNA, ZENITH, ROLEX, LEMANIA, MOVADO, CERTINA, SEIKO, HEUER i jiné. Koupím též drahé zlaté hodinky v jakémkoliv stavu. Koupím i celou pozůstatost po hodináři, hodinky, součástky, nářadí, skříčka plastová i skleněná, soustruh apod. Po telefonické dohodě s Vámi přijedu kamkoliv nebo můžete Vy ke mně.

Slušné a seriózní jednání. Tel. 777 311 101



SC-500947/07

REKONSTRUKCE
KOUPELN A KOMPLETNÍ
PŘESTAVBY BYTŮ.
KVALITNĚ A ZA
ROZUMNÉ CENY.
Osobní cenová kalkulace a konzultace zdarma.
Tel. 777 317 278

SC-500798/09

Firma Š + M MALÍŘSKÉ
A LAKÝRNICKÉ PRÁCE
Lakýrnické práce lze provést i v dílně.
Štukování stěn a pokládka podlah.
Rozpočty a konzultace zdarma!
www.malirlakyrnik-praha.cz
Tel./fax: 241 494 620 • mobil: 777 291 927

SC-500810/09

dermalink.s.r.o.

Kožní a lymfologická ambulance

Jílovská 14a, Praha 4 (Lékařský dům)

- vyšetření znamének digitálním dermatoskopem
- kosmetologické poradenství
- přijímáme nové pacienty
- ošetřujeme děti i dospělé
- péče hrazená ze zdravotního pojištění

Tel. pro objednání **+420 604 120 223**

WWW.DERMALINK.CZ

SC-500498/04

MALOVÁNÍ, LAKOVÁNÍ
VČETNĚ ÚKLIDU
lakýrnické práce lze provést i v dílně

www.siml.cz **ZEDNICKÉ**
OBKLADAČSKÉ
PRÁCE

241 493 633, 222 941 998, 603 501 166
NAD LESNÍM DIVADLEM 1384, PRAHA 4

SC-500794/09

❖OPRAVY❖

CHLADNÍČEK a MRAZNÍČEK
i soboty a neděle

- PRODEJ nových • ODVOZ starých •

Kontakt: 602 719 678

SC-500795/09

VELKÉ VELIKOSTI?
„Ano, máme...!“
Nový obchod ROMANTYK
Nuselská 1497/70
Tel.: 608 51 96 97

www.NadmerneOdevy-Praha.cz

Bus: 124, 139, 188, 196
stanice Kloboučnická
Tram: 11 a 14 stanice Horký

Po-Pá: 12-18, So: 12-15
DÁMSKÉ + PÁNSKÉ
XXL až 8XL

SC-501131/04

- OPRAVA ŽALUZII
- VÝMĚNA VODÍCÍCH LANEK
- NOVÉ ŽALUZIE
- SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN A DVEŘÍ
- SÍTĚ PROTI HMYZU

Tel: 733 720 950
pavel.janci@email.cz

SC-501255/03

- VÝKUP AUTOMOBILŮ, MOTOCYKLŮ A VETERÁNŮ VŠECH ZNAČEK
- ZÁSTAVY VOZIDEL
- PENÍZE IHNEDE

NEJLEVNĚJŠÍ ODTAHY
Tel.: 604 868 055



SC-500955/19

RYCHLE A PRECIZNĚ
Mytí oken, čištění koberců, sedaček a čalouněného nábytku
Tel.: 737 017 035

SC-501274/03

Pro kalkulaci, objednávku nebo rezervaci inzerce kontaktujte inzertní oddělení:

Renáta Čížková,
tel.: 777 114 473
renata.cizkova@ceskydomov.cz

Český Domov
Media House s.r.o.

Stanoviště pro biokontejnery	Datum	Hodina
Zapadlá x Zelený pruh	1.10.2022	9:00 - 12:00
Nad Koupadly x Nad Zátěšim (u separu)	1.10.2022	9:00 - 12:00
V Hodkovičkách x Jitřní	1.10.2022	13:00 - 16:00
Nad Obcí II (slepý konec)	1.10.2022	13:00 - 16:00
Nad Nuslemi x V Luhu	2.10.2022	9:00 - 12:00
Kamenitá	2.10.2022	9:00 - 12:00
Zachova x Nad Svahem	2.10.2022	13:00 - 16:00
V Ondřejově x Nad Kolonií	2.10.2022	13:00 - 16:00
Jiskrova x Na Mlejnu	8.10.2022	9:00 - 12:00
Jižní IX x Jihozápadní V	8.10.2022	9:00 - 12:00
Jeremenkova x Sitteho	8.10.2022	13:00 - 16:00
Rosečská 1736/15	8.10.2022	13:00 - 16:00
Ve Studeném x Skaláků (u separu)	9.10.2022	9:00 - 12:00
Klánova x Na Dubině	9.10.2022	9:00 - 12:00
Za Skalokou x Nad Lomem	9.10.2022	13:00 - 16:00
U Krčské vodárny x Krčská	9.10.2022	13:00 - 16:00
Branická x K Ryšance	15.10.2022	9:00 - 12:00
Údolní - parkoviště	15.10.2022	9:00 - 12:00
Severovýchodní IV x Severní IV	15.10.2022	13:00 - 16:00
Pekárenská x Prostřední	15.10.2022	13:00 - 16:00
Nad Lesem č. or. 10	16.10.2022	9:00 - 12:00
Nad Kostelem x U Šálkovny	16.10.2022	9:00 - 12:00
Jihovýchodní IX (u traťáčky)	16.10.2022	13:00 - 16:00
Dolnokrčská x Nad Obcí I	16.10.2022	13:00 - 16:00
Mezi Lysinami x V Mokřinách	22.10.2022	9:00 - 12:00
Vlnitá x Nad Křížkem	22.10.2022	9:00 - 12:00
Zelený pruh x Za Pruhy	22.10.2022	13:00 - 16:00
U Družstva práce 58 (u separu)	22.10.2022	13:00 - 16:00
Psohlavců x Věkova	23.10.2022	9:00 - 12:00
V Hodkovičkách x Jitřní	23.10.2022	9:00 - 12:00
Družstevní ohoz x Zdařilá	23.10.2022	13:00 - 16:00
Korandova x Havlovického	23.10.2022	13:00 - 16:00
Na Kačerově x Kačerovská	29.10.2022	9:00 - 12:00
Nad Pískovnou x Přechodní	29.10.2022	9:00 - 12:00
Zálesí x U Lesa	29.10.2022	13:00 - 16:00
Doudova x Na Lysině	29.10.2022	13:00 - 16:00
Paprsková x V Kole	30.10.2022	9:00 - 12:00
Lukešova x Bohrova	30.10.2022	9:00 - 12:00
Na Zlatnici x Na Podkovce	30.10.2022	13:00 - 16:00
V Křovinách x Gončarenkova (parkoviště se separem)	30.10.2022	13:00 - 16:00
Zapadlá x Zelený Pruh	5.11.2022	9:00 - 12:00
Jižní XVI	5.11.2022	13:00 - 16:00
Zemanka x Na Zemance	5.11.2022	13:00 - 16:00

Milostivé léto II dává dlužníkům šanci zbavit se svých dluhů

Dlužníci, kteří se chtějí zbavit svých dluhů bez nutnosti platit náklady exekuce a vysoké úroky, dostali druhou šanci. Milostivé léto II začalo 1. září a potrvá do 30. listopadu 2022 a je určeno všem, kteří chtějí uhradit dluhy veřejnoprávním institucím.

Milostivé léto se vztahuje pouze na exekuce zahájené před 28. říjnem 2021 a na dluhy u veřejných institucí nebo státních či polostátních podniků, nelze ho uplatnit na daňové a správní exekuce, které jsou vymáhány například celní nebo finanční správou nebo správou sociálního zabezpečení. Cílem tzv. Milostivého léta je umožnit v co nejkratší době povinným (dlužníkům) učinit kroky k úplnému zastavení exekucí.

Co nejširší využití Milostivého léta má význam pro samotné povinné, kteří se úhradou jistiny a příslušného paušálu exekutorovi zcela zbaví svého dluhu. Dále pro oprávněné (institute), kterým tito lidé dlužili – těm bude vyplacena jistina (tedy původní dlužná částka bez penále, úroků atp.). A Milostivé léto je výhodné i pro soudní exekutory, kterým bude uhrazena alespoň část nákladů exekuce, k čemuž u bezvýsledných exekucí nedochází vůbec.

Co obnáší Milostivé léto II?

- povinní mohou uhradit vymáhanou jistinu a paušální náhradu nákladů exekuce do tří měsíců od účinnosti změny zákona (od 1. 9. do 30. 11. 2022),
- povinný nově musí ve stanovené lhůtě soudnímu exekutorovi písemně sdělit, že žádá o zahájení postupu podle právní úpravy Milostivého léta,
- povinný požádá soudního exekutora o sdělení výše částky, která má být uhrazena pro splnění podmínek Milostivého léta, nebo o sdělení, zda tato částka již byla vymožena přede dnem na-

bytí účinnosti tohoto návrhu; soudní exekutor bude povinen na tuto žádost odpovědět do 15 dnů od jejího doručení,

- paušální náhrada nákladů exekuce soudního exekutora v rámci Milostivého léta se stanovila na 1 500 Kč (1 815 Kč s DPH); kterou povinný musí uhradit spolu s jistinou,
- výslovně se stanoví, v jakém rozsahu soudnímu exekutorovi náleží náklady exekuce, o kterých bylo rozhodnuto před 1. zářím 2022 a které byly před tímto datem vymoženy.

Obdobná právní úprava se týká i nákladů oprávněného. (red)



Nesplacení dluhů může vést až ke ztrátě střechy nad hlavou... *ilustrační foto: archiv*

Máte otázky?

Bezplatná zelená linka hl. m. Prahy – tel. 800 100 000, e-mail: info@praha.eu
 Dluhová poradna organizace Člověk v tísni
 – tel. 770 600 800, e-mail: jakprezidluhy@clovekvtsni.cz

HARMONOGRAM MOBILNÍHO SBĚRU NEBEZPEČNÉHO ODPADU a POUŽITÝCH OLEJŮ 2022

Kontaktní tel. na řidiče pro případ nenalezení svozového vozidla: 739 412 393, 604 705 036.

Trasa A

	st
19. 10. - st	
křižovatka ul. Čestmírova x Mečislavova	15:00 - 15:20
křižovatka ul. Jivenská x Adamovská	15:30 - 15:50
ul. Družstevní ohoz č. 1153/11	16:00 - 16:20
ul. Baarova č. 360/24 (u školy)	16:40 - 17:00
křižovatka ul. Na Záhonech č. 1167/3 x Mezipolí	17:10 - 17:30
Rožtylské nám. č. 369/32	17:40 - 18:00
Jižní nám. č. 970/9	18:10 - 18:30
křižovatka ul. Hlavní x Na Chodovci č. 2880/59	18:40 - 19:00

Trasa B

	čt
20. 10. - čt	
Nedvědovo nám. č. 140/13 (u školy)	15:00 - 15:20
křižovatka ul. Na Klauďiánce x U Podolského hřbitova	15:30 - 15:50
křižovatka ul. Na Vrstvách x V Rovinách	16:00 - 16:20
křižovatka ul. Dvorská č. 1162/2a x Jeremenkova (parkoviště)	16:30 - 16:50
křižovatka ul. Milevská x Horáčkova (parkoviště u Normy)	17:00 - 17:20
ul. Plamínkové – u garáží (naproti Pujmanové č. 1546/40)	17:30 - 17:50
křižovatka ul. Za Zelenou liškou č. 953/1 x Senožacká	18:00 - 18:20
ul. Jihlavská č. 611/18 (parkoviště u prodejny GATO)	18:30 - 18:50

PŘISTAVOVÁNÍ KONTEJNERŮ NA OBJEMNÝ ODPAD – ŘÍJEN

Stanoviště	Zavezení:	den	hodina	Stanoviště	Zavezení:	den	hodina
Jivenská x Adamovská		03	16:00 - 20:00	Baarova x Telčská		17	16:00 - 20:00
Čestmírova x Mečislavova		03	16:00 - 20:00	Na Liše x Na Novině		17	16:00 - 20:00
Pod Terebkou - nad schody		03	16:00 - 20:00	Jihlavská (proti garážím)		17	16:00 - 20:00
Zálesí x Sulická		03	16:00 - 20:00	Zapadlá x Zelený pruh		17	16:00 - 20:00
Vavřenova		03	16:00 - 20:00	Psohlavců x Věkova		17	16:00 - 20:00
Pekárenská x Prostřední		04	16:00 - 20:00	K Výzkumným ústavům		18	16:00 - 20:00
U Pernštejnských x Družstevní		04	16:00 - 20:00	Horáčkova X Bartáková		18	16:00 - 20:00
Pod Dálnicí č. 1		04	16:00 - 20:00	Lukešova x Bohrova		18	16:00 - 20:00
Družstevní ohoz x Zdařilá		04	16:00 - 20:00	Bítovská		18	16:00 - 20:00
Nad Pískovnou x Přechodní		04	16:00 - 20:00	Klánska x U Vodotoku		19	16:00 - 20:00
V Zálomu x Na Jezerce		05	16:00 - 20:00	Na Zlatnici x Na Podkovce		19	16:00 - 20:00
Halasova x U Strže		05	16:00 - 20:00	Podolská x K Vysoké cestě		19	16:00 - 20:00
Valtínovská x Hornokřčská		05	16:00 - 20:00	Plamínkové (u garáží)		19	16:00 - 20:00
Pod Višňovkou		05	16:00 - 20:00	Kamenitá		19	16:00 - 20:00
Mezivřší x Nad Šálkovnou		05	16:00 - 20:00	Na Veselí x V Občanském domově		21	16:00 - 20:00
Murgašova		06	16:00 - 20:00	Jiskrova x Na Mlejnu		21	16:00 - 20:00
Jeremenkova x Sitteho		07	16:00 - 20:00	Branická x K Ryšance		21	16:00 - 20:00
Pod Lysinami 2 - u traťáčky č. TS 5178		07	16:00 - 20:00	Pod Vršovicou vodárnou III.		24	16:00 - 20:00
Zachova x Nad Svahem		10	16:00 - 20:00	Podolská x U Vápenné skály		24	16:00 - 20:00
Herálecká I. x Pacovská		10	16:00 - 20:00	Sinkulova x Na Klikovce		24	16:00 - 20:00
Nad Lesním div. x Němčická		10	16:00 - 20:00	Jílovská (u Údolní)		24	16:00 - 20:00
Pod Děkanou x Nad Spádem		10	16:00 - 20:00	V Hodkovičkách x Jiříní		25	16:00 - 20:00
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)		10	16:00 - 20:00	Pod Jalovým dvorem		25	16:00 - 20:00
Michelská x U Michelského mlýna		11	16:00 - 20:00	Ružínovská x Kukučínova		25	16:00 - 20:00
Žilinská		11	16:00 - 20:00	Nad Havlem x U Krč. nádraží		25	16:00 - 20:00
Pod Krčským lesem x Ružínovská		11	16:00 - 20:00	Sládkovičova		26	16:00 - 20:00
Vrbova (u garáží)		11	16:00 - 20:00	Filova x Rabasova		26	16:00 - 20:00
Lopatecká x Doudova		11	16:00 - 20:00	Mirotická x Čimelická (u ul. Novodvorská)		26	16:00 - 20:00
U Habrovky x U Krč. vodárny		12	16:00 - 20:00	Jihozápadní V. x Jižní IX.		26	16:00 - 20:00
Na Vrstvách x Pod Pekařkou		12	16:00 - 20:00	Na Chodovci (parkoviště proti škole)		27	16:00 - 20:00
Mikuláše z Husi		12	16:00 - 20:00	Jižní XVI.		27	16:00 - 20:00
Kotorská (u jesli)		13	16:00 - 20:00	Choceradská x Senohrabská		27	16:00 - 20:00
Boleslavova x Božetěchova		13	16:00 - 20:00	Severovýchodní IV. x Severní IV.		31	16:00 - 20:00
Vzdušná x Na Rovinách		14	16:00 - 20:00	Viktorinova		31	16:00 - 20:00
Korandova x Havlovického		14	16:00 - 20:00	Ohradní x Na Křivině		31	16:00 - 20:00
Na Květnici - u stanoviště tř. odpadu		17	16:00 - 20:00	Podolská x Pravá		31	16:00 - 20:00

Chcete zhubnout? STOB vám poradí

Přijďte si užít pohodovou sobotu 22. října do Konferenčního centra City u Arkád. V rámci Dne zdraví tu získáte motivaci ke zlepšení stravovacích a pohybových návyků či redukci váhy. Na programu je ochutnávka i prodej mnoha dobrých nutričně výhodných potravin, odborné poradenství (vyšetření zraku, glykémie, křečových žil, kožních znamének, svalové síly, ukázka dentální hygieny a další), měření tělesných parametrů, testy zdatnosti a samozřejmě poradny odborníků z organizace STOB (Stop obezita). To vše zdarma. Bližší informace na www.stob.cz. (red)

Přispějte na dobročinný bazar v nemocnici

Fakultní Thomayerova nemocnice připravuje na 6. až 8. října dobročinný bazar Centra podpůrné péče (CPP) Fakultní Thomayerovy nemocnice. Přijďte si nakoupit oblečení, hračky, knihy a další různorodé věci. Uděláte radost sobě, svým blízkým a zároveň podpoříte aktivity CPP. Čisté a nepoškozené věci můžete i věnovat (příjem ideálně do středy 5. 10. v prostorách CPP v budově N, případně během konání akce). Neprodané zboží bude věnováno do charity. Kontakt: 603 553 951, 261 083 690, dobrovolnici@ftn.cz. (red)

Projekt opět podporuje ženy v profesním růstu

Již 4. ročník projektu „Po rodičovské do práce“, který připravila organizace Business & Profesionální Women CR ve spolupráci s MČ Praha 4, odstartoval koncem září. V říjnu se účastnice programu mohou zúčastnit speed mentoringu, který proběhne ve dnech 12. až 13. 10. v areálu PVA Expo Letňany. Setkáte se s 22 osobnostmi z řad členek, zasednete k jejich mentoringovým stolům a prodiskutujete s nimi nejrozličnější témata. Další setkání jsou pak naplánována na 15. 11. a 6. 12. v prostorách Magenta Experience Center (OC Arkády Pankrác).

Pro účast v programu je potřeba registrovat se, přihlásit se můžete i jen na jednotlivá setkání. Pro ženy z MČ Praha 4 je účast v projektu díky podpoře Prahy 4 zdarma.

Info na www.bpwc.cz/mentoring/praha4/. (red)

Speciální škole chybí dva miliony korun na rekonstrukci. Pomůžete?



Současná podoba speciální školy V Zápolského.

Zdroj: Diakonie ČCE

Diakonie ČCE, jeden z nejvýznamnějších poskytovatelů sociálních služeb v ČR, začíná s rekonstrukcí speciální školy v Praze 4 V Zápolského. Ta již více než 28 let vzdělává cca 48 žáků s mentálním a kombinovaným postižením a je často poslední záchranou zoufalých rodičů. Přijímá totiž i ty žáky, které ostatní školy odmítají, protože péče o ně je příliš náročná.

„Třídy jsou malé, v každé se učí okolo šesti až osmi žáků, tak jak tomu bývá ve všech speciálních školách. Dostali jsme se do situace, kdy bez zásadní rekonstrukce nebudeme moci dále fungovat. Jednoduše nám hrozí, že nám škola spadne na hlavu. K tomu všemu je v Praze zásadní nedostatek míst pro děti s těžkým postižením. My ale díky

rekonstrukci školu nejen opravíme, ale zároveň navýšíme její kapacitu až o 40 nových míst,“ uvedl Milan Černý, ředitel Mateřské školy a základní školy speciální Diakonie ČCE Praha.

V rámci rekonstrukce dojde k úpravě stávajících prostor, k bezbariérovým úpravám a také k vytvoření specializovaných relaxačních míst pro žáky s autismem. Po rekonstrukci bude škola moci fungovat dalších 30 let. V rozpočtu rekonstrukce ale stále chybí částka dva miliony korun. Diakonie proto oslovuje dárce s prosbou o pomoc. Přispět na rekonstrukci mohou jednotlivci i firmy prostřednictvím darovacího formuláře na stránkách školy: skolapraha.diakonie.cz. (red)

Za architektem Kotěrou až do oblak

Vršovická vodárenská věž tvořila dlouhá léta významnou dominantu pražské čtvrti Michle. Ke 42 metrů vysoké věži patří i zemní vodojem, přečerpávací stanice a obytný dům. Nyní si můžete všechno důkladně prozkoumat.

Za moderně pojatým návrhem, který se vyznačuje jednoduchou elegancí kombinující jemný dekor s charakteristickým režným zdívkem, stojí významný český architekt Jan Kotěra. Celý vodárenský komplex byl postaven v letech 1906–1907 a zásoboval vodou nejen Vršovice, ale i další městské části. Obnova památkově chráněného areálu se nyní pomalu blíží ke svému konci. Zda se rekonstrukce povedla, můžete zhodnotit v rámci speciální komentované prohlídky organizace Open House Praha. Bude možné vystoupat na vrchol vodárenské věže, prohlédnout si podzemní vodojem i přilehlou

Nabízené termíny

- pá 28. 10. 2022, 15.00 hod.
- so 29. 10. 2022, 13.20 hod.
- so 29. 10. 2022, 15.00 hod.

strojovnu. Více informací o akci a nákupu vstupenek najdete na: <https://www.openhouse-praha.cz/kalendar-akci/>. (red)



Vršovická vodárna se tyčí do výšky 42 metrů, je tedy o necelých 17 metrů nižší než Petřínská rozhledna. Foto: Tomáš Sysel

Květnaté louky: Pozdě, ale přece



Souhrou několika nepříznivých okolností vykvetly květnaté louky v Praze 4 až nyní, tedy v době, kdy už začíná být pro květovou potravu nouze. Z pozdního kvetení se tak mohou radovat nejen občané, ale i hmyz. Na snímku je nová květnatá louka na Spořilově. Celkově má Praha 4 více než 4 000 metrů čtverečních květnatých luk, na kterých se používá tzv. Strakonická směs,

namíchaná z 15 druhů letniček. „Jsem rád, že se dobrá věc podařila a Praha 4 může být v tomto ohledu pražským lídrem,“ uvedl radní Tomáš Hrdinka (ANO 2011). Louky najdete v ulicích Novodvorská, Vídeňská, 5. května, Modřanská, Jeremenkova, Antala Staška, Podolská, Nuselská, Hlavní, Michelská, Pujmanové a v zahradě Jeremenkova. (red)

Tučňák

Měsíčník MČ Praha 4, zdarma do schránek, ročník XXXII • Vychází 11x ročně • Místo vydání: Praha • Registrace: MK ČR E 12556 • Pro MČ Praha 4 připravuje: Český Domov Media House s.r.o., IČ: 25792920, držitel certifikátu ISO 901 • Šéfredaktor: Martin Dudek • Redakční rada: Irena Michalcová, Jiří Bigas, Josef Svoboda, Tomáš Hrdinka, Klára Cingrošová, Petr Kučera, Alžběta Rejchrtová a Věra Marušiaková • Předseda redakční rady: Jiří Bigas • Inzerce: Renáta Čížková, tel.: 777 114 473 • Adresa redakce: Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice, tel.: 734 580 087 • Vydavatel: MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Praha 4, IČ: 063584 • Fotografie bez uvedení zdroje pocházejí z redakčního archivu či z MČ Praha 4 • Titulní foto: MČ Praha 4 • Tisk: Svoboda Press • Měsíčník slouží k informování obyvatel Prahy 4, není periodikem žádného politického subjektu • Příspěvky a připomínky k časopisu lze podávat na radnici MČ Praha 4 nebo e-mailem: tucnak@praha4.cz • Distribuce říjnového čísla probíhá 3. do 6. října. Distribuce listopadového čísla je plánována od 4. do 9. listopadu. Distribuci zajišťuje Český domov Media House s.r.o. **Uzávěrka listopadového čísla je 19. 10. 2022.**

Příspěvky a připomínky k časopisu lze podávat na radnici MČ Praha 4, e-mailem: tucnak@praha4.cz nebo písemně na adresu redakce. • Podmínky inzerce a termíny vydání na www.ceskydomov.cz.

SOUTĚŽ

VYHRAJTE KNIHU O HUBNUTÍ



Hubneme s Pivrnecem je projekt, který má pomoci odlehčit často velmi neradostnou atmosféru hubnutí. Dělení si legrace ze sebe sama totiž může mnoha lidem pomoci uvolnit se. A jen málokterá postava má tolik pro Čecha typických vlastností a neřestí jako Ruda Pivrnec. Je trochu „tlustej“, rád jí, občas se napije. Také ale sportuje, a především zažívá situace jako mnoho pacientů. A kdo jiný než právě Ruda Pivrnec a autorský tým knihy doc. MUDr. Martin Matoulek a kreslíř Petr Urban by vám mohl pomoci pochopit některé situace v tak složitém procesu, jakým je hubnutí.

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Jakou zkratku má vzorec, podle kterého se vypočítává stupeň obezity?

a) BMI b) ATD c) BED

Odpověď zašlete do 18. 10. 2022 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Tři výherci získají po knize Hubneme s Pivrnecem.

Výherci z minulého čísla (omlouváme se za překlep v jedné z možných odpovědí, správná odpověď byla b – čísla a písmena vidí barevně): Jolana Klenková, Vladimír Beran a Alena Rudolfová. Gratulujeme!

KONTAKTY NA REDAKCI A INZERCI



Šéfredaktor:
Martin Dudek
tel.: 774 820 075
e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz



Inzerční manažerka:
Renáta Čížková
tel.: 777 114 473
e-mail: renata.cizkova@ceskydomov.cz



Obchodní ředitelka:
Iveta Šavelová
tel.: 724 274 181
e-mail: iveta.savelova@ceskydomov.cz

PSN

**HLEDÁME DALŠÍ DOMY,
KTERÉ BYCHOM MOHLI
PROBUDIT K ŽIVOTU.**

**ZA TIP KE KOUPI NEMOVITOSTI
VÁS ODMĚNÍME.**

☎ **778 403 590**

🌐 **psnkupuje.cz**

MEGASLEVY

**AŽ 2 500 VOZŮ
ihned k odběru**

na vybrané vozy až 50 000 Kč

Akontace od 0 % / Odklad splátek až na 3 měsíce / Financování s úrokem od 4,9 %

ŠKODA FABIA

HYUNDAI i30

ŠKODA OCTAVIA

DACIA DUSTER

KIA SPORTAGE



1.2 TSI, 66 kW, 2015
od **129 999 Kč**
od 419 Kč/měs.



1.5 CVVT, 81 kW, 2021
od **319 999 Kč**
od 999 Kč/měs.



1.6 TDI, 85 kW, 2017
od **239 999 Kč**
od 769 Kč/měs.



1.6 SCe, 84 kW, 2018
od **299 999 Kč**
od 949 Kč/měs.



1.7 CRDi, 85 kW, 2016
od **329 999 Kč**
od 1049 Kč/měs.

SLEVA až 40 000 Kč FABIA 800x

SLEVA až 40 000 Kč HYUNDAI 800x

SLEVA až 35 000 Kč OCTAVIA 1300x

SLEVA až 45 000 Kč DACIA 350x

SLEVA až 70 000 Kč KIA 500x

① Vozy si můžete **vyzkoušet na našich 22 pobočkách.** ② Nebo si **vybrat online** a auto si **nechat přivést domů.**

Sleva až = nejvyšší cenový rozdíl mezi původní a zlevněnou cenou pro daný typ vozidla. Měsíčně od = minimální měsíční splátka při financování na úvěr. Reprezentativní příklad: Cena: 180 000 Kč. Akontace (podíl zákazníka na pořizovací ceně): 65 %, tj. 117 000 Kč. Doba trvání úvěru: 84 měsíců. Měsíční splátka: 917 Kč. Celková výše spotřebitelského úvěru: 63 000 Kč (pořizovací cena minus podíl zákazníka na pořizovací ceně). Celková částka splatná spotřebitelem: 77 028 Kč (splátka x počet splátek). Úroková sazba: 5,9 %. RPSN: 6,05%. Podmínkou získání úvěru není sjednání pojištění. Fotografie vozů jsou pouze ilustrativní. Dostupnost vozů je třeba ověřit na zákaznické lince. Nejedná se o závaznou nabídku ve smyslu § 1732 Občanského zákoníku. AURES Holdings a.s. je samostatným zprostředkovatelem spotřebitelského úvěru. Uvedené počty vozů platí pro všechny pobočky AAA AUTO dohromady.

**Kupte
nebo prodejte
váš vůz rychle
a bezpečně**

**PRAHA 8
- DOLNÍ CHABRY,**
Dopraváků 874/15
Po-Ne 8-22h

AAA AUTO
aaaauto.cz | ☎ 800 110 800

V listopadu otevíráme nové coworkingové prostory a kanceláře FLEKSI v budově Beta na Brumlovce

➤ uzavřené kanceláře



➤ sdílená místa
v coworkingu



➤ plně vybavené zasedací
místnosti různých
velikostí a eventové
prostory

