



Tučňák

MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 4

www.praha4.cz

říjen 2023

**Dětem začal
nový školní rok**

strana 10



Tučňák na webu

DŮLEŽITÉ informace

Zprávy z městské části Praha 4

Rada MČ Praha 4 na svém zasedání dne 30. srpna:

ROZHODLA

- uzavřít nájemní smlouvu na pronájem nebytového prostoru č. 420 umístěného v 1. nadzemním podlaží objektu č. p. 1683, ul. Na Strži 40, Krč, se společností Proxima Sociale o.p.s., se sídlem Rakovského 3138/2, Praha 4, za podmínky úhrady peněžité jistoty ve výši trojnásobku sjednaného měsíčního nájemného a služeb;
- udělit společnosti BB C Orion, a.s., se sídlem Želetavská 1525/1, Praha 4, souhlasné stanovisko k projednání stavebního záměru „Polyfunkční budova ORION“ s příslušnými orgány;
- zveřejnit záměr prodeje části pozemku parc. č. 96/42 označené dle GP č. 3563-121/2022 jako pozemek parc. č. 96/42 o výměře 2052 m², z celkové výměry 2115 m², ostatní plocha, zeleň, památkově chráněné území, k. ú. Michle, za minimální cenu ve výši 46.548.000 Kč bez DPH, tj. 56.323.080 Kč s DPH;
- poskytnout dar ve výši 50 000 Kč Fakultní Thomayerovy nemocnici, Krč, u příležitosti významného výročí orga-

- nizace a poskytnout záštitu městské části Praha 4 nad realizací projektu „Oslava 95. výročí Fakultní Thomayerovy nemocnice: pečujeme o vaše zdraví s tradicí a profesionalitou!“;
- uzavřít smlouvu o dílo „Vybudování dětského hřiště v parku Na Pankráci – I. etapa – herní zóna pro děti do 3 let“ se společností 4soft, s.r.o., se sídlem Krkonošská 625, Tanvald. Předmětem provedení díla je demontáž stávajících herních prvků, vybudování EPDM povrchů, včetně 3D herních prvků, instalace herních prvků pro děti do 3 let a další s tím související práce v rozsahu výkazu výměr a cenové nabídky zhotovitele. Dílo bude provedeno za celkovou cenu dle cenové nabídky zhotovitele ve výši 1.245.803,60 Kč bez DPH, 21% DPH 261.618,76 Kč, cena včetně DPH 1.507.422,36 Kč;
- s prodejem části pozemku parc. č. 1264/58 v k. ú. Krč o výměře cca 3 m² a části pozemku parc. č. 1264/38 v k. ú. Krč o výměře cca 1 m² ve vlastnictví hl. m. Prahy za účelem přístavby venkovní-

ho osobního výtahu k bytovému domu Blažičkova 983/4 za podmínky, že stávající chodník bude v místě tubusu venkovního výtahu a v navazující ploše rozšířen tak, aby nebyly omezeny podmínky plynulého provozu a průchodu pro pěší i osoby s omezenou schopností pohybu a orientace;

SCHVÁLILA

- studii Víze správy, rozvoje a obnovy Branických skal jako neopomenutelný koncepční podklad pro správu a rozvoj řešeného území, pro práci odborů ÚMČ Praha 4 a pro plánování potřebných investic;
- studii krajinářských úprav okolí retenční nádrže U Vodotoku jako neopomenutelný koncepční podklad pro správu a rozvoj řešeného území, pro práci odborů ÚMČ Praha 4 a pro plánování potřebných investic.

Všechna usnesení Rady MČ Praha 4 jsou zveřejněna na www.praha4.cz v záložce Samospráva. (red)

PŘEHLED ZASTUPITELSKÝCH KLUBŮ MČ PRAHA 4

ZASTUPITELSKÝ KLUB:	PŘEDSEDA KLUBU:	E-MAIL:
Klub ANO 2011	Jan Hušbauer	jan.husbauer@praha4.cz
Klub Společně ODS a TOP 09	Ing. Zdeněk Kovářík	zdenek.kovarik@praha4.cz
Klub Piráti a nezávislí	Ing. Jan Hora	jan.hora@praha4.cz
Klub Praha 4 sobě – Zelení a nezávislí	Mgr. Iva Kotvová	iva.kotvova@praha4.cz
Společně pro Prahu 4 – STAN/KDU-ČSL	Mgr. Tomáš Kaplan	tomas.kaplan@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, A. Staška 2059/80b, tel.: 261 192 358

Praha bojuje proti reklamním rikšám, ale řeší také jízdu cyklistů a koloběžkářů

Metropole dlouhodobě hledá způsob, jak vyřešit problémy s rikšami a užiteli sdílených koloběžek a kol. Reklamní rikši parkují před provozovnami thajských masáží na několika místech přímo v centru Prahy a slouží k propagaci služeb poskytovaných v uvedených provozovnách. Komplikují ale život Pražanům a návštěvníkům města, protože překáží chodcům. Jejich umístění je navíc protiprávní a neestetické. Shodli se na tom představitelé Prahy a městské policie, kteří nyní hledají způsob, jak rikši legálně odstranit. Ušilovat budou například o změnu legislativy. Městská policie se na konci prázdnin také zaměřila na dodržování správného způsobu jízdy cyklistů a koloběžkářů. Strážníci v rámci akce Koloběžka odhalili 1 336 přestupků, za které uložili 402 pokut v celkové výši 191 800 korun. Dalších 63 přestupků bylo oznámeno správnému orgánu, ostatní byly řešeny domluvou. Nejčastějším přestupkem byla jízda po chodníku a nedodržování pokynů dopravního značení. (red)

Hodnoťte kontejnery na třídění odpad a posílejte městu podněty na zlepšení

Webová aplikace Moje Praha – Odpady nabízí uživatelům řadu užitečných informací týkajících se třídění odpadu. K mobilní aplikaci Moje Praha vznikla nová microsite, která je dostupná na adrese odpady.mojepraha.eu. Obyvatelům i návštěvníkům hlavního města pomůže najít nejbližší veřejná kontejnerová stání na tříděný odpad podle jejich aktuální polohy, pokud mají zapnutou GPS. V aplikaci lze jednoduše filtrovat stanoviště dle požadovaného druhu odpadu (papír, plast, čiré a barevné sklo, nápojové kartony, kovy a jedlé oleje a tuky) či si vybrat pouze stanoviště, na kterých se nachází monitorované sběrné nádoby, tj. nádoby s instalovaným senzorickým řešením. Aplikace rovněž ukáže, jak daleko se jednotlivá stanoviště nacházejí od vaší aktuální pozice. Nově je také možné každé kontejnerové stanoviště ohodnotit, poslat městu pochvalu nebo podnět ke zlepšení jeho stavu. (red)

Hlavní město dohodou ukončí několikaletý soudní spor s rodinou Muchových

Radní hlavního města Prahy schválili dohodu s rodinou Muchových o Slovanské epopeji a touto dohodou by měl skončit soudní spor týkající se vlastnictví a definitivního umístění slavného cyklu dvaceti monumentálních obrazů Alfonse Muchy. Nalezení nevhodnějších prostor, kde budou kromě epopeje umístěna i další díla tohoto malíře, bude hlavní město řešit v rámci dalších jednání. Do doby, než bude rozhodnuto o novém umístění děl, zůstane Slovanská epopej v Moravském Krumlově. V rámci podmínek narovnání bude mezi hlavním městem a Nadačí Mucha vytvořen společný projekt, jehož smyslem je spojení expozice epopeje s dalšími významnými díly Alfonse Muchy, a to v prostoru, který bude přímo pro tyto účely určen. Slovanská epopej je cyklus velkoformátových obrazů, kterým malíř Alfons Mucha shrnul dějiny slovanských národů. Cyklus vznikl v letech 1912 až 1926. (red)

Milé čtenářky, vážení čtenáři,

v září jsme zahájili nový školní rok s našimi školáky, především s prvňáčky, pro které tak začala nová a důležitá etapa jejich života – školní vzdělávání. Městská část využila prázdninového volna pro potřebné rekonstrukce a opravy budov základních i mateřských škol. Cílem bylo snížení nákladů na vytápění a chlazení, ale především to, abychom pro naše děti vytvořili ve školách co nejlepší podmínky.

Dobrou zprávu máme pro obyvatele v okolí bývalé mateřské školy Nad Ondřejovem. Po složitých jednáních se nám podařilo dosáhnout se zástupci vlastníků pozemku a objektu dohody o vyčištění pozemku a následujících opatřeních, která znemožní zneužívání objektu sociálně nepřizpůsobivými lidmi. V polovině září

začalo čištění pozemku od náletových dřevin a odpadu. To by mělo být hotovo do konce listopadu. Poté chceme dosáhnout buď zabezpečení budovy, která už nemá být útlukem bezdomovců a narkomanů, nebo její demolice.

S Technickou správou komunikací jsme minulý měsíc řešili problémová místa v Praze 4, která spadají pod správu této městské firmy a jejichž stav na setkáních s námi často právem kritizujete. Jde například o stav podchodu u stanice metra Budějovická. TSK už na tomto místě odstranila náletovou zeleň a další práce na zlepšení stavu tohoto frekventovaného místa budou následovat.

Vážení spoluobčané, přeji vám všem pevně zdraví a klidné podzimní dny.



Ondřej Kubín (ODS),
starosta městské části Praha 4

- 4-5** **Téma**
Po novém mostě přes Vltavu se projedeme na konci roku 2025
- 6** **Zprávy**
Squaty v Praze 4 rozhodně nechceme!
- 7** **Zprávy z Prahy 4**
Ve školách investujeme do budoucnosti
- 12** **Lidé z Prahy 4**
„Jíme více, než musíme!“ říká odbornice na hubnutí Iva Málková
- 17** **Sociální informace**
Domácí násilí a psychická krize. Organizace nabízejí pomoc ženám, mužům i dětem
- 22** **Soutěž**
Vyhrajte knihu o životě na Islandu

Pozvánka

Pozvánka na odhalení pamětní desky

věnované

Nuselské odbojové skupině

příslušníků 50. policejního revíru v Nuslicích, kteří zahynuli v letech 1939 – 1945.

Pamětní deska je věnována 10 příslušníkům vládní (státní) policie.

Osm příslušníků bylo popraveno za protinacistickou odbojovou činnost a dva padli v bojích pražského povstání.

Místo odhalení pamětní desky:

ul. U Plynárny 2, Praha 4

Datum konání: 4. října 2023

Čas zahájení: 13.00 hod.



Po novém mostě přes Vltavu poje

Nový most mezi Podolím a Zlíchovem postupně vyrůstá na obou březích i pod hladinou řeky. Má založeny hlubinné piloty, opěry a pilíře spodní části stavby, a přestože jeho budování doprovázejí neočekávané potíže kvůli složitým geologickým podmínkám, dokončení se očekává v listopadu 2025. Most zatím nemá oficiální jméno, i když se mu začalo už před lety říkat Dvorecký, není vyloučeno, že nakonec ponese jméno jiné.

V současné době jsou na obou březích založeny hlubinné piloty a základy na všech osách budoucího mostu, ze spodní části stavby jsou hotovy některé pilíře a jedna opěra. Další opěra a pilíř jsou těsně před betonáží. Ve vodě jsou založeny hlubinné piloty na obou osách mostu. Stavba si vyžádala nový vjezd do Žlutých lázní a kolejovou odbočku tramvajové tratě a částí inženýrských sítí na Podolském nábřeží, které jsou již hotové.

Nový most je určen pro městskou hromadnou dopravu, vozidla integrovaného záchranného systému, cyklisty a chodce. Po dokončení propojí existující tramvajové trati mezi smíchovskou a podolskou stranou řeky. Ušetří vzácný čas také cestujícím v autobusech MHD a pražské záchranné službě. A v neposlední řadě se stane také novým propojením obou stran Vltavy pro pěší a cyklisty.

„Tento most oddělí veřejnou dopravu od individuální, protože po něm nebudou jezdit osobní ani nákladní vozidla, a současně zrychlí provoz na Barrandovském mostě,“ uvedl radní Prahy 4



Předběžná cena stavby byla stanovena na 1 075 000 000 korun bez DPH. Hotovo by mělo být do listopadu 2025.



pro dopravu Jaroslav Míth (ODS) a dodal: „Pro případ dopravních problémů v oblasti Výtoně vznikne na novém mostě tolik potřebná objízdna trasa pro tramvaje. A navíc se zkrátí cesta na protější břeh Vltavy pro cyklisty i chodce.“

Další přínosy nového mostu

Nový most propojí významné tramvajové trati v jižní části hlavního města vedoucí od Barrandova a Modřan, alepší se tak i přestupní vazby mezi dopravními uzly Lihovar a Dvorce.

Přes Dvorecký most by výhledově měly jezdit autobusové linky 118, 196 a 197. Linky 125 a 170 by měly i nadále jezdit přes Barrandovský most. Tyto autobusové linky společně s dvěma tramvajovými linkami denně přepraví odhadem 50 tisíc lidí a výrazně zjednoduší cestování mezi oběma břehy řeky. Například autobusová linka 118 díky odklonění z Barrandovského mostu ušetří Pražanům pět minut cesty v každém směru jízdy.

Velkým přínosem bude navíc možnost operativních změn umožňujících zachovat provoz v koncových úsecích

deme poprvé na konci roku 2025



Elegantní mostní konstrukce, která kombinuje prvky brutalismu a kubismu, začíná viditelně vyrůstat z řeky vzhůru do své finální podoby. Foto: MHMP

kolejové sítě. I v případě autobusů bude výhodou provoz nezávislý na individuální automobilové dopravě.

Stavitelé se potýkají s potížemi

Stavba se potýká s velkými výzvami, zejména kvůli neočekávaným geologickým podmínkám, a to nejen v korytě Vltavy, ale i na březích. Řešení složité geologie vyžaduje čas potřebný na doplňkový geologický průzkum, projekční práce i samotnou realizaci změn oproti původnímu zadání stavby. Ve spojení s dalšími nálezy na stavbě jsou práce

bohužel v časovém posunu, přesto zhotovitel předpokládá dokončení mostu v listopadu 2025. Založení mostu téměř v každé ose narazilo

Most Milady Horákové?

Podle náměstka pražského primátora Zdeňka Hřiba (Piráti) by si Dvorecký most zasloužil jméno některé z významných ženských osobností, které předvybere pražská místopisná komise. Jedním z možných návrhů, který se nabízí, je pojmenování most Milady Horákové.

Tato česká právnička, politička a národní demokratická socialistka žila v době svého zatčení v roce 1949 ve vile na Smíchově. Po svém zatčení a po vynesení rozsudku ve vykonstruovaném politickém procesu byla 27. června 1950 oběšena v pankrácké věznici. Most by tedy symbolicky spojil právě Prahu 5 a Prahu 4, dvě místa, která jsou s jejím jménem spojena.



Most má být zářící bílou bránou do města. Vizualizace: archiv

na geologické nebo jiné anomálie, což si vyžádalo další inženýrsko-geologická měření pro upřesnění technických parametrů podloží a následně změny založení, a to především v korytě Vltavy. Pod ulicí Strakonická byl nalezen neznámý objekt, který kdysi zřejmě sloužil jako výtah pro plavené dřevo po Vltavě do pily Löwi a Winterberg, která pravděpodobně sou-

sedila se sklárnou. Současné byly v místě jednoho z pilířů a jedné opěry v podloží identifikovány kaverny, zřejmě pozůstatky důlní činnosti nebo starých budov pily.

Stavbu mostu má na starosti sdružení Metrostav TBR Firesta STRABAG – Dvorecký most. Most staví z obou stran Vltavy, na konci ho spojí uprostřed řeky. (red)

Zajímavosti o novém mostě

- Most bude dlouhý přibližně 340 metrů, široký 16 metrů a bude mít šest polí.
- Návrh mostu z bílého betonu odkazuje ke kubismu a brutalismu.
- Autoři z Ateliéru 6 a Tubes se inspirovali Františkem Menclm, mimo jiné autorem Libeňského mostu, který si uvědomoval, jak je důležité, aby most dobře zapadl do okolní historické zástavby.
- Vedle toho autoři pojali most jako sochu – bílou bránu do města, která bude nad Vltavou díky osvětlení integrovanému do zábradlí z umělého kamene zářit.
- O tom, že most nebude určen pro automobilovou dopravu, bylo rozhodnuto již v roce 2009.
- Projekt výstavby Dvoreckého mostu je mimo jiné zařazen mezi nejvyšší priority hlavního města jak v Plánu udržitelné mobility, tak ve Strategii rozvoje tramvajových tratí.
- V příštím roce chce hlavní město vyhlásit na Portálu Pražana hlasování o budoucím pojmenování mostu.

Vedení Prahy 4 jednalo s TSK o řešení dlouhodobých problémů ve veřejném prostoru



Na území městské části je mnoho míst, která spadají pod správu Technické správy komunikací (TSK) hlavního města Prahy, ovšem péče o ně často není dostatečná, a veřejnost jejich stav kritizuje. Vedení městské části Praha 4 proto svolalo jednání se zástupci TSK s cílem řešit dlouhodobé nedostatky a problémy, které obyvatelé Prahy 4 trápí. Jde především o stav podchodu u stanice metra Budějovická, který je ve správě TSK a Dopravního podniku hlavního města Prahy. Na tomto místě už TSK zahájila rekultivaci zeleně (viz foto). Revitalizace celého prostoru, která je pro MČ Praha 4 zásadní, řeší městská část s dalšími subjekty. Pozitivním přínosem může být nová aplikace TSK na adrese <https://zavady.tsk-praha.cz/>, která umožňuje hlášení škod a problémů a jejich urychlené řešení. (red)

Chcete se zlepšit ve hře na klavír a kytaru?

Výuku hry na klavír a akustickou kytaru pro děti i dospělé nabízí v Kulturním centru Novodvorská Miroslav Maticscsák, který má více než dvacetiletou praxi v oboru. Hodiny jsou individuální a trvají 45 minut. Součástí výuky je také hudební teorie. V případě zájmu kontaktujte přímo vyučujícího e-mailem maticsc@seznam.cz nebo telefonicky na čísle 603 268 255. (red)

Problém, který pomáháme řešit Squaty v Praze 4 rozhodně nechceme!

Příběh budovy po bývalé mateřské škole Nad Ondřejovem, která dlouhodobě chátrá a kterou obývají problémoví jedinci, spěje díky úsilí městské části Praha 4 k dobrému konci. Po vyřešení squatu Nad Ondřejovem se pozornost zaměří na další dvě kritická místa.

Čtyři schůzky absolvovali zástupci MČ Praha 4 v čele se starostou Ondřejem Kubínem (ODS) se zástupci majitelů objektu a pozemku Nad Ondřejovem s cílem vymezit jasný postup, kterým bude v co nejkratší době problémová situace vyřešena.

„Problém tohoto squatu je dlouhodobý, ale nyní se nám konečně podařilo dostat právní zástupce majitelů k jednacímu stolu, což samo o sobě považuji za úspěch. Nebudeme však spokojeni, dokud nedojde k úplné nebo alespoň částečné demolicí budovy, která slouží jako úkryt pro různé živly,“ uvedl starosta Ondřej Kubín.

Vrbovu musí uvolnit stát

„Vlastníci zahájili práce odstraněním náletových dřevin na pozemku, počátkem října by mělo konečně začít vyklizení pozemku a objektu od komunálního odpadu. Současně by měl vlastník řešit žádost o odstranění stavby, jinak se nám nezvaní hosté budou do objektu vracet,“ uvedla předsedkyně



Interiér squatu Nad Ondřejovem, který dlouhodobě využívají problematičtí lidé jako ubytovnu... Foto: MČ Praha 4

Výboru pro bezpečnost Zastupitelstva MČ Praha 4 Lucie Michková (ODS), která se problematice squatů v Praze 4 dlouhodobě věnuje.

Se squaty jako semeništi potíží radnice usilovně a dlouhodobě bojuje a díky součinnosti s městskou a státní policií o nich má přehled. „V momentě, kdy zjistíme prázdný objekt, ihned vyzýváme vlastníka, aby ho zabezpečil či uzavřel. Zjišťujeme důvody, proč je volně přístupný, zda probíhá

dědické řízení, jsou neshody v rámci majetkového vypořádání v rodině nebo je nemovitost v dražbě či k prodeji. Výjimkou ale není ani pobyt vlastníka v léčebně pro dlouhodobě nemocné či neakceptovatelný stavební záměr. Bohužel, mnohdy se stává, že dokud vlastník neobdrží stavební povolení, nechává stavbu volně přístupnou a v ní se pak schází problémové osoby,“ posteskla si Lucie Michková a upozornila na další krizová místa se squaty, kterými jsou Zachova a Vrbova.

Squaty Praha 4 sice systematicky likviduje, ale někdy je to práce na měsíce nebo dokonce na roky. Například právě objekt Vrbova je v majetku Úřadu pro zastupování státu ve věcech majetkových, s nímž Praha 4 už tři roky vyjednává převod na hlavní město. Poté městská část požádá hlavní město o svěření Vrbovy do správy. Až se tak stane, chce Praha 4 odstranit několikrát vyhořelé buňky a v místě udělat parkovou oddechovou plochu. (md)



Praha 4 také usilovně pracuje na zlikvidování squatu ve Vrbově ulici. Foto: MČ Praha 4

Ve školách investujeme do budoucnosti

V letošním roce bylo v Praze 4 rušno v základních a mateřských školách i přes prázdniny. V řadě školních budov probíhaly opravy a modernizace, které městská část z většiny zaměřuje na udržitelnost a snižování energetické náročnosti. Celkem Praha 4 v průběhu léta realizovala devět investičních akcí a další dvě jsou ještě na tento rok naplánovány.



Plastika na fasádě ZŠ Filosofská prošla opravou a opět zdobí plochu nad školním vchodem.

Už v červnu zahájila městská část první opravy a rekonstrukce objektů mateřských a základních škol zřízených Prahou 4. Primárním cílem většiny letošních akcí bylo snížení energetické náročnosti.

„Provoz školských zařízení je rok od roku nákladnější, a tak hledáme cesty, jak chytře ušetřit zejména na energiích. Snížením nákladů na vytápění a chlazení si vytváříme prostor i pro další modernizace,“ vysvětluje plány městské části místostarosta pro investice Jan Hušbauer (ANO 2011).

Úpravy proti přehřívání učeben

V průběhu léta proběhly rekonstrukce v devíti mateřských a základních školách. Jednalo se o tři rekonstrukce kotelen, zateplení jednoho objektu a kompletní re-

konstrukce jídelen, rozvodů a vybudování jednoho nového sportoviště. Ještě v tomto roce budou zahájeny práce v dalších dvou školách, ve kterých městská část investuje do opatření proti přehřívání učeben.

K důležitým akcím patřilo zateplení a rekonstrukce fasády Základní školy Filosofská, kde se oproti původnímu projektu i na žádost místních obyvatel podařilo zachránit plastiku na fasádě. Její jednotlivé části prošly v dílně rukama restaurátorů a nyní znovu zdobí plochu nad vchodem do školy. Tím ale výčet zdaleka nekončí.

„Kromě drobné údržby, kterou si školská zařízení zajišťují sama, a uvedených velkých rekonstrukcí na nás každoročně čeká řada rozsáhlejších oprav toho, co se jednoduše časem a používáním opotřebovává. Takových oprav jsme měli na letošek naplánováno osmnáct, cel-

kem za necelých 21 milionů korun,“ vypočítává Jan Hušbauer. Část těchto oprav se uskutečnila během léta, některé čeká realizace teprve nyní na podzim. Zpravidla se jedná o opravy podlah v tělocvičnách, opravy dlažeb, střešních krytin, částečné výměny rozvodů nebo například opravy sociálních zařízení.



Celkem bylo na velké rekonstrukce vyhrazeno z rozpočtu přes 82 milionů korun. Dvě plánované akce mohou být ještě provedeny díky úsporám, kterých se podařilo docílit na již dokončených a předaných projektech

Podle místostarosty Hušbauera by měla městská část v trendu investic do školských zařízení a snižování jejich energetické náročnosti pokračovat i v dalších letech. Jde o bezpečnost a dobré podmínky pro vzdělávání dětí. (red)

Den vzniku samostatné republiky

Městská část Praha 4 zve veřejnost k účasti na pietním aktu, kterým si v České republice připomínáme založení samostatné Československé republiky v roce 1918. Samostatný československý stát byl spontánně vyhlášen v Praze 28. října poté, co se rozšířila zpráva, že Rakousko-Uhersko přijalo podmínky amerického prezidenta Woodrowa Wilsona pro jednání o příměří. Dohodou představitelů domácího a zahraničního odboje bylo stanoveno, že nový stát bude republikou a jeho prezidentem se stane Tomáš Garrigue Masaryk. Pietní akt ke Dni vzniku samostatného československého státu se uskuteční u Památníku tří odbojů na náměstí Generála Kutlvašera v Nuslích v pondělí 30. října, začátek je ve 12.00 hodin. (red)

NÁZORY zastupitelů


ODS

Pavel Fikar
zastupitel MČ Praha 4

Jak je to se správou zeleně a chodníků

Vážení spoluobčané, obyvatelé Prahy 4, řada z vás se na MČ Praha 4 obrací se stížnostmi na neutěšený stav chodníků, silnic a dalších ploch. Jednou je to kvůli chodníku, jindy kvůli výmolům v silnici, často také kvůli nevhodně provedené seči zeleně či přeplněným odpadkovým košům. Rozumím tomu, že když se něco takového děje na území Prahy 4, tak je radnice Prahy 4 pochopitelným příjemcem těchto stížností. Jenže situace je bohužel jiná, než si mnozí lidé myslí. To bych rád uvedl na pravou míru. Praha 4 má skutečně zodpovědnost za celou řadu ploch, především zeleně. Jedná se o pozemky, které jsou hlavním městem tzv. svěřeny do péče Prahy 4. Na druhou stranu, většina chodníků, silnic, ale i část zelených ploch do této péče svěřeny nejsou – a tak zůstávají zcela pod vlivem magistrátu. A ten jejich údržbu svěřil společnosti Technická správa komunikací a.s. (TSK a.s. – 100% vlastněna hlavním městem). A zde nastává problém. Ačkoliv se jedná o pozemky, chodníky a silnice na území Prahy 4, tak samotná Praha 4 nad nimi a jejich správou nemá žádný vliv.

Stačí otevřít oči...

Vzhledem k dlouhodobě nevyhovující péči o tyto plochy pan starosta Ondřej Kubín na začátku září inicioval schůzku zástupců Prahy 4 a TSK. Na této schůzce nám byl ze strany TSK přislíben větší důraz na péči o plochy v Praze 4 a také intenzivnější součinnost při řešení problémů vzniklých dlouhodobým zanedbáním ze strany TSK. Doufejme, že takto navázaná spolupráce bude fungovat. Pečlivě sledujeme, jak TSK své sliby dodrží. Bohužel, jak jsme byli informováni, TSK disponuje jen jedním inspekčním pracovníkem pro Prahu 4. To je pochopitelně málo a o takto prováděné kontrole na celé Praze 4 si můžeme myslet své. Snažíme se TSK na výrazné problémy upozorňovat, ale i tato „výpomoc“ má své limity. Naši „čtyřkovi“ správci oblastí mají i tak hodně práce s pozemky svěřenými do péče Praze 4.

Jednoduché řešení bych pro TSK však měl. Podle výroční zprávy za rok 2021 měla TSK celkem 446 zaměstnanců. Předpokládáme, že i v roce 2023 zůstávají tato čísla podobná. Kdyby každý z těchto 446 zaměstnanců při cestě do a z práce, na jednání či na oběd měl mobilní aplikaci, do které by zaznamenával ty zcela jasně viditelné nedodělky či zanedbanou péči, pak by se nemusela TSK vymlouvat na nedostatečný počet inspekčních pracovníků.


TOP 09

Petr Tomáš Opletal
radní MČ Praha 4

Jak jde čas s kulturou

Léto je za námi, dny se krátí a já bych se rád s vámi podělil o kulturní akce, které již proběhly, ale i o ty, co brzy proběhnou. Nicméně tento článek jsem psal v polovině září, takže to časově přizpůsobím.

Pocta statečné ženě

Na konci srpna byla slavnostně odhalena lavička Ireny „Inky“ Bernáškové nad kostelem Sv. Anežky české a svatých českých patronů na Spořilově. Irena „Inka“ Bernášková byla česká novinářka a odbojářka, která za druhé světové války položila svůj život v boji proti německé okupaci. Irena Bernášková byla berlínským lidovým soudem odsouzena k trestu smrti a 26. srpna 1942 byla v Berlíně popravena gilotinou. Stala se tak první Češkou odsouzenou k trestu smrti lidovým soudním dvorem v Berlíně. Irena Bernášková byla vyznamenána roku 1998 prezidentem Václavem Havlem in memoriam medailí Za hrdinství.

Již proběhlo, nebo proběhne

V naší historické radnici v Nuslích proběhl koncert „Zlatá Pecka“, jehož patronkou je světově známá mezzosopranistka Dagmar Pecková. Společně vystupovaly také její mladé talenty a jejich dech beroucí výkon vykresloval úžasnou atmosféru celého koncertu.

Historie a současnost Prahy 4 – v polovině září byla zahájena výstava pana Mgr. Václava Kryštofa. Věnuje se významným historickým, společenským či politickým událostem 20. století až do současnosti. Tato výstava je k vidění ve foyeru radnice MČ Praha 4 (Antala Štaška) až do 5. října.

Čtvrtý ročník Nuselských pivních slavností. Tato již tradiční nuselská akce se uskutečnila v parku Fidlůvačka za účasti dvaceti pivovarů, z toho čtyři z nich jsou z Prahy 4. Celou akci moderoval nuselský herec Radim Fiala. Každý pivovar měl prostor prezentovat svůj zlatavý mok a o hudební zábavu se postaraly skupiny jako The Shower, So Fine, Bůh Ví a Znouzecnost.

Svatováclavské velebení – ve státní svátek proběhla další tradiční akce pro malé i velké. K vidění byla představení Divadla Pruhované panenky a Divadla Spejbla a Hurvínka a také hudební skupina Kujme pikle band. A nechybělo vystoupení Rytířů Koruny České. Výstava Skrytá místa pražského vodárenství. Tato expozice je putovní a z Mariánského náměstí v Praze 1 zavítá k nám na Prahu 4. Akce proběhne od 9. 10. do 9. 11. 2023 (místo výstavy bude ještě upřesněno). V den zahájení budete mít možnost za pomoci virtuálních brýlí si prohlédnout nespočet úžasných technických staveb.


ANO 2011

Radek Lacko
radní MČ Praha 4

Podporujeme trend žít doma

Podle dostupných demografických dat patří populace městské části Praha 4 k jedné z „nejstarších“ v rámci Prahy a celkově dochází ke stárnutí našich obyvatel, na které je zapotřebí v rámci plánování sociálních služeb reagovat. S poskytováním potřebné podpory seniorům má na našem území dlouholeté zkušenosti Ústav sociálních služeb Praha 4, příspěvková organizace (dále jen ÚSS4), o jehož činnosti zde průběžně informujeme. V minulosti dlouho přetrvával názor, že institucionální péče je tou nejlepší možnou variantou pro osoby, které jsou v nějakém ohledu závislé na pomoci jiné osoby. V tomto směru již našťastí došlo k velkému posunu a i my podporujeme trend spočívající v co nejdelším možném setrvání osob v domácím prostředí oproti pobytovým službám, kam by měli lidé odcházet až skutečně v situaci značně zhoršeného zdravotního stavu, kterou není možné doma ani za pomoci sociálních služeb zvládnout.

Transformace pečovatelské služby ÚSS4

Za účelem naplnění výše uvedeného je zapotřebí, aby dosud poskytovaná pečovatelská služba ÚSS4 postupně prošla určitou transformací. Konkrétně mám na mysli plné využití potenciálu služby jako takové a jednotlivých pečovatelek. Práce pečovatelky by určitě neměla být zaměřována s dovážkovou službou obědů a nákupů, pradelnou či uklízečkou. Tyto neodborné a s faktickou péčí nesouvisející úkony v současné době dokáží plně zabezpečovat jiné veřejné služby. Oproti tomu zajištění podpory při péči o člověka, který je skutečně závislý na pomoci jiné osoby například při oblékání, podávání jídla, hygieně, přesunu z invalidního vozíku na postel apod., a to i několikrát denně, rozhodně nelze komerčními službami nahradit. Díky transformaci dojde k navýšení kapacity jednotlivých pečovatelek, které budou moci věnovat svůj čas a odbornost skutečně potřebným klientům, kterým tak bude umožněno co nejdéle setrvat ve svém domácím prostředí. Vzhledem k tomu, že se pečovatelská služba snaží také být co nejvíce dostupná, bude nyní nově působit i ve Vikově ulici, která je nedaleko plánovaného Sociálního komplexu Hudečkova.

Klub Svatoslavova

ÚSS4 kromě jiného provozuje i několik Center aktivního stáří. Probíhají zde Sousedské kluby (dříve kluby seniorů), kde se lidé společně setkávají se svými vrstevníky. Nyní došlo k úspěšnému dokončení rekonstrukce Centra aktivního stáří na adrese Svatoslavova 227/27, kam všechny občany zvu k sousedskému popovídání.

NÁZORY zastupitelů



Piráti a nezávislí

Josef Vlach
zastupitel MČ Praha 4

Pomoc seniorům s digitální gramotností

Víme všichni, co vlastně pojem digitální gramotnost znamená? Rozumíme jí moudrostí či vědomostí, které člověk potřebuje k bezpečnému, sebejistému, kritickému a tvořivému využívání digitálních technologií při práci, učení i ve volném čase. Podpora pro seniory v oblasti digitální gramotnosti je tedy nejen v Praze 4 důležitá proto, aby se mohli plnohodnotně podílet na společenském životě, ale i využívat výhody, které dnešní digitální svět nabízí. Jedná se zejména o oblasti, jako jsou digitální nástroje pro vyhledávání informací, osobní komunikaci a navazování kontaktů, nakupování, ale i komunikaci s úřady či zábavu. Zároveň je nezbytné umět se pohybovat v online prostředí bezpečně a chránit se před kybernetickým zneužíváním či podvodů.

Projekt Moudrá Síť

Přestože s časem přibývají senioři, kteří si s informačními technologiemi rozumí, pro část z nich zůstávají digitální nástroje z různých důvodů nedostupné. Je pro ně obtížné naučit se tyto technologie využívat a překonat ostych z něčeho nového či neznámého. Proto jako Pirátská strana podporujeme v Praze 4 projekty, které se svým zaměřením i cíli přibližují těmto potřebám. Jedním z nich je i projekt „Moudrá Síť“. Propojuje digitální asistenty z řad studentů a vzájemně a uživatele pomocí internetové aplikace. Uživatel zadá svůj dotaz nebo popíše svůj technický problém, který potřebuje vyřešit na svém zařízení. Může jím být stolní počítač, notebook, chytrý telefon, tablet, ale i připojení k tiskárně, případně využití funkcí chytré televize. Dotaz si převezme konkrétní digitální asistent a problém vyřeší například v knihovně, v klubu, doma nebo poskytne pomoc na dálku.

Cíle projektu Moudrá síť

Cílem je v první řadě pomáhat seniorům správně a bezpečně ovládat jejich zařízení, aby uměli elektronicky komunikovat se svými blízkými, úřady, lékařem, mohli zůstat déle ve svém přirozeném prostředí a společensky aktivní. Díky studentům, kteří se do projektu zapojují jako digitální asistenti, vzniká jedinečné mezigenerační propojení a vzájemně předávání zkušeností. Stačí na stránkách www.moudrasit.cz kliknout na tlačítko „Potřebuji pomoc!“. Služba je zdarma pro uživatele nad 60 let.

Naší snahou je a vždy bude více těchto projektů podporovat i v rámci Grantových žádostí, kde zejména v oblastech prevence kybernetického zneužití a digitální gramotnosti se pomoci seniorům v Praze 4 dostává jen sporadicky.



Praha 4 sobě Zelení a nezávislí

Eva Benešová
zastupitelka MČ Praha 4

Prázdné byty v bytové krizi

Důstojné bydlení se pro mnoho pražských obyvatel stává čím dál tím nedostupnější. Bytů je málo, což umožňuje šroubovat ceny do mnohdy nemravných výšin. Drtivá většina odborníků se shoduje, že se z této krize nedostaneme bez toho, aniž bychom přistoupili k regulaci. Data ze západních zemí a velkých měst ukazují, že zdanění prázdných nemovitostí vrátilo na trh významné procento bytů – ve Francii to bylo třináct procent bytů, ve Vancouveru dokonce patnáct procent. V Praze by to dle odhadů mohlo znamenat dalších šest tisíc volných bytů. Bohužel v českém prostředí platí, že jakákoliv zmínka o regulaci volného trhu či nastavení určitých mantinelů vyvolává ze zábrobí strašidlo dávno vyhybného socialismu.

Je zarážející, že zhruba 2 500 prázdných bytů je v majetku hlavního města, z toho asi 240 má ve správě Praha 4. Překvapivou skutečností patrnou z dat Institutu plánování a rozvoje hlavního města Prahy je i to, že jen velmi malé procento nájemníků pražských obecních bytů patří mezi specifické a zranitelné skupiny (senioři, zdravotně postižení, profesní skupiny) či mezi sociálně znevýhodněné spoluobčany. Vládnoucí ODS a její přívrženci sice rády straší přízrakem socialismu, na druhé straně by všechny slabší nebo méně majetné spoluobčany viděly nejraději někde daleko za městskými hradbami. Stejně to dělali komunisté s těmi, jejichž existenci popírali a chtěli ji před zbytkem světa skrýt.

Z výše zmíněných dat také plyne, že každá městská část volí k bytové politice rozdílný přístup – zatímco v jedné pražské části se dominantně zaměřují na bydlení pro seniory, v jiné městské části preferenčně přidělují byty zdravotně postiženým či profesním skupinám.

Pronajmout a opravit

V současné bytové situaci potřebujeme každý volný byt a je ostudou Prahy 4, že je lidem neposkytne, třeba formou sociálního bydlení. Ze zkušeností vím, že byt určený pro sociální bydlení nemusí být nutně nově zrekonstruován. Než bydlet na ubytovně, je pro mnoho našich spoluobčanů i starý byt s umakartovým jádrem velká výhra. Drtivá většina jich s pomocí sociálních pracovníků bez problémů bydlí, pracuje a platí nájem. Městská část by mohla z takto vybraného nájmu byty později opravovat. Bylo by výrazně přínosnější, kdyby šel příspěvek/doplatek na bydlení, o který si může nájemce zažádat, do kapsy městské části, a nikoliv majitelům ubytoven a spekulantům s bydlením.



Společně pro P4 STAN a nezávislí, KDU-ČSL

Tomáš Kaplan
zastupitel MČ Praha 4

Kolik toho spolkně radnice

Není v Praze 4 většího tématu než výše nákladů, které platí naše městská část za pronájem budovy radnice u stanice metra Budějovická, ačkoli tato budova nedisponuje ani prostory, kde by bylo možné konat jednání zastupitelstva.

Připomenu, že městská část platí dnes celkově ročně za užívání budovy částku přes 80 milionů korun. Pronájem radnice tak stojí ročně téměř celou jednu desetinu rozpočtu městské části Praha 4. Jen za poslední rok se platby spojené s užíváním radnice zvedly o více než 15%. Děje se tak na základě dlouhodobé smlouvy o nájmu, jejíž uzavření prosadila ODS Praha 4 v roce 2011 a uzavřela ji na neuvěřitelných a ekonomicky naprosto nezdůvodnitelných 35 let.

Bohužel je to nyní stejná ODS Praha 4, která se brání jakémukoli pokusu o ukončení smlouvy či jakékoli snaze o projednání změn smluvních podmínek. Pro tuhle laxnost a zavírání očí před realitou neexistuje žádné obhajitelné vysvětlení.

Podstatná sleva by potěšila

A věřte mi, že by skutečně bylo co vyjednávat. Praha 4 dnes platí za jeden metr čtvereční užívané plochy částku přesahující 700 korun. Dovolím si tvrdit, že tahle částka je dnes o 100% vyšší než nájemné v daném místě a čase obvyklé. Pro porovnání, městská část Praha 10 se aktuálně stěhuje také do cizích prostor a výše dojednaného nájemného činí 238 Kč plus DPH za metr čtvereční pronajímané plochy.

Je třeba být spravedlivý, současný vlastník budovu radnice kupoval v době, kdy nesmyslná nájemní smlouva z roku 2011 již byla uzavřena. Původní vlastník, který smlouvu uzavíral, si jistě těch těžce a obdivuhodně vyjednaných 35 let s plnou inflační doložkou započítal do ceny.

Na druhou stranu, úřad městské části je jedním z nejlepších a nejprestižnějších nájemců a v porovnání s cenou obvyklou má vlastník budovy víc než dostatek prostoru pro kompromis a podstatnou slevu, pokud se tedy současně vedení nepokusí smlouvu ukončit. Na straně vedení radnice, pana starosty a ODS Praha 4 pak stačí jedno jedině: skutečně s tou věcí chtít něco udělat. A na tomhle a pouze na tomhle to celé stojí. A ještě dlouho stát bude...

Pěkňý podzim všem!

Obrazem z Prahy 4

Malé ohlédnutí za zahájením školního roku

Školní rok 2023/2024 začal v pondělí 4. září ve všech mateřských a základních školách, které městská část Praha 4 zřizuje. V provozu je 23 mateřských a 21 základních škol. Slavnostního zahájení nového školního roku a přivítání žáčků prvních tříd se

zúčastnili členové Rady a Zastupitelstva MČ Praha 4. Do lavic prvních tříd základních škol letos usedlo 1330 dětí, mezi nimi také více než 80 ukrajinských žáků. Do mateřských škol bylo nově přijato 1237 dětí, včetně téměř 90 dětí z Ukrajiny. **(red)**



Starosta Ondřej Kubín (ODS) se zúčastnil prvního školního dne v ZŠ Filosofská.



Radní Tomáš Hrdinka (ANO 2011) zavítal do ZŠ Školní.



Radní Radek Lacko (ANO 2011) popřál v ZŠ Na Líše všem školou povinným hodně úspěchů.



Do ZŠ Jeremenkova přinesl dětem malé pozornosti místostarosta Patrik Opa (ODS).



Místostarosta Jan Hušbauer (ANO 2011) pozdravil školáky v ZŠ Poláčkova.



V ZŠ U Krčského lesa přivítal školáky zastupitel Petr Kučera (TOP 09).



V ZŠ Na Chodovci otevřel nový školní rok místostarosta Filip Vácha (TOP 09).



Nejen s prvňáčky si v ZŠ Mendíků rád popovídal radní Petr Tomáš Opletal (TOP 09).



Pro veselější začátek školního roku předala 1. místostarostka Irena Michalcová (ANO 2011) dětem v ZŠ Jižní i sladké balíčky.

Výstava přibližuje historii a současnost Prahy 4



Představitelé městské části Praha 4 zahájili v polovině září výstavu nazvanou Historie a současnost Prahy 4. Expozice představuje dnešní městskou část od prvních zmínek o čtvrtích a lokalitách Prahy 4 po současnost. Ukazuje vývoj jednotlivých obcí, vznik Velké Prahy, významné stavby i dopravní infrastrukturu. Věnuje se i důležitým historickým, společenským či politickým událostem a v neposlední řadě představuje také významné osobnosti Prahy 4 a zajímavé události posledních třiceti let. To vše uvidíte na výstavních panelech ve foyeru Úřadu městské části Praha 4 do 5. října. **(red)**

Srpnová vzpomínka na zastřelené mladíky

Srpen 1968 a invaze „spřátelených“ armád na území naší republiky s sebou přinesla i mrtvé na území MČ Praha 4. Karel Paríšek a Karel Němec, 15letí chlapci, byli sovětskými okupanty zákeřně zastřeleni na Podolském nábřeží. Jejich památce se přišli poklonit 1. místostarostka Prahy 4 Irena Michalcová (ANO 2011), místostarosta Patrik Opa a radní Jaroslav Míth (oba ODS). **(md)**



Praha 4 odhalila lavičku protinacistické odbojáčky Inky Bernáškové



MČ Praha 4 odhalila na Spořilově lavičku Inky Bernáškové, první Češky zavražděné nacisty. Nachází se v mírném svahu za kostelem sv. Anežky České v horní části Roztylského náměstí. Připomíná její odbojovou činnost, která byla úzce spojena především s vydáváním ilegálního časopisu V boj, se získáváním prostředků a techniky na jeho výrobu, ale také s převáděním československých vojáků do zahraničí, kde mohli bojovat proti nacistickým okupantům.

Na lavičce je umístěn QR kód, po jehož načtení získají zájemci základní informace o životě, odbojové činnosti a smrti této statečné obyvatelky Spořilova. **(red)**



Slavnostního odhalení lavičky se spolu s iniciátorkou projektu Lavička Inky Bernáškové Janou Vrzalovou zúčastnili starosta městské části Praha 4 Ondřej Kubín (ODS), 1. místostarostka Irena Michalcová (ANO 2011), místostarostové Patrik Opa (ODS) a Filip Vácha (TOP 09) a radní Petr Tomáš Opletal (TOP 09). **(red)**

Odbornice na hubnutí Iva Málková: Jíme více, než musíme, a celebrity nejsou vhodným vzorem!

Martin Dudek

Jako odbornice na téma hubnutí určitě víte, že náš národ patří mezi nejobéznější v Evropě. Co je toho příčinou?

Obezita je opravdu velkým problémem, zkracuje nám délku života a je spojena s řadou přidružených onemocnění. Navíc je stále na vzestupu a předpokládá se, že do roku 2030 jí bude trpět miliarda lidí. Obezita byla prohlášena nemocí a na jejím vzniku se podílí mnoho faktorů. Nicméně základ zhubnutí je již 40 let, co se zabývá touto problematikou, stejný – zvýšit energetický výdej a snížit příjem, kdy cílem je, aby se energetický deficit hradil z tukových zásob. V praxi to znamená změnit jídelníček co do množství, skladby a výběru kvalitních potravin, zvýšit pohybovou aktivitu, snížit sedavou činnost a pracovat s psychickými faktory, které nás vedou k jídlu navíc oproti plánu.

Proč ale právě Česká republika patří do horních pater tabulky států s největším počtem tluštíků?

Jak jsem již uvedla, základní příčinou je větší příjem energie než výdej. A protože tradiční česká kuchyně je méně zdravá než třeba kuchyně středomořská a jsme národ pivařů, přijímáme ještě více energie než jinde.

**Není to přesto trochu divné? Potravinové řetězce ve-
hementně nabízejí zdravé**



„Dnes máme daleko větší výběr potravin než dříve, a kdyby člověk chtěl a měl k tomu dostatek znalostí, může si sestavit jídelníček z nutričně výhodných surovin,“ je přesvědčená Iva Málková. Foto: STOB

potraviny, časopisy o jídle dávají velký prostor vegetariánským jídlům či méně kalorickým pokrmům, celebrity propagují zdravý životní styl, a přesto tloustneme?

Oproti minulosti jsme obklopeni tzv. obezitogenním toxickým prostředím a to nás bohužel podněcuje k nadměrné spotřebě potravin plných cukrů a nevhodných tuků. A tak v řetězcích podlehneme figlům obchodníků a je až nedůstojné, že kupujeme to, co nám vnucují. Podlehneme slevám velkých balení, a co máme doma, to pak sníme. U pokladny vhodíme při čekání ve frontě do košíku sladkost, na kterou byla zrovna reklama v televizi a kterou jsme vůbec neměli v úmyslu koupit, v restauraci sníme

porci jak pro horníka, i když by nám stačila poloviční porce, v kině si automaticky koupíme kotel popcornu. Ten má vysoký glykemický index, který může u citlivějších jedinců rozhoupat hladinu cukru v krvi, a zhruba po dvou a půl hodinách začne být člověk nervózní, podrážděný a potřebuje něco sníst. Když vyjde z kina, kolem na něj číhají „mekáče“ a rychlá občerstvení. Člověk přestává být rozhodujícím činitelem ve volbě potravy, nereaguje na signály svého těla, ale podléhá obchodníkům, kteří vyrábějí více, než lze zkonsumovat.

A celebritám se asi také nedá příliš věřit...

Troufám si říci, že právě celebrity se podílí určitou měrou na nárůstu obezity. Většinou propagují pod atraktivními slogany s námi lehce, snadno a natrvalo zhubnete nepodložené trendy ve stravování. Často chybí jedna ze základních živin. Dnes například frčí ketodiety, kdy můžete i zhubnout, ale tento způsob stravování je neudržitelný, a člověk většinou přibere více, než zhubnul. A takto prohubne život.

Den zdraví se STOBem

Přijďte se užít pohodovou sobotu 21. října a získat motivaci ke zlepšení stravovacích a pohybových návyků či k redukci váhy. Ochutnáte mnoho dobrých nutričně výhodných potravin, které lze i zakoupit. Poradí vám odborníci z oblasti zdraví (např. vyšetření zraku, glykemie, křečových žil, kožních znamének nebo svalové síly, spánková poradna, poradna pro děti s kily navíc i „nejedlíky“). Můžete si nechat změřit tělesné parametry, vyzkoušet si různé druhy cvičení, udělat testy zdatnosti a samozřejmě se poradit s odborníky ze STOBu a zakoupit si pomůcky usnadňující hubnutí. Součástí programu je také módní přehlídka sportovních podprsenek, zajímavé recepty s ochutnávkou a kvíz o ceny. To vše zdarma 21. října v Konferenčním centru City u Arkád Pankrác. Info na www.stob.cz/cs/den-zdravi. (red)

Bejvávalo v Nuslích:

Pekařina, to je dřina...

Snad nikdo kromě mlynářů a pekařů neví, jaká je to námaha, než se vyrobí křupavý rohlík, natož pytel poctivé mouky. Celá staletí šlo o malé rodinné živnosti, ze kterých teprve ve 20. století vznikaly větší průmyslové podniky.

VNuslích bylo kdysi 17 pekáren a dva mlýny. Ten významnější založil Antonín Hlasivec. Narodil se v roce 1862 v Podolí a po vyučení a praxi začal od roku 1888 obchodovat s moukou a dalšími komoditami. V letech 1897-1904 si postupně pronajal několik mlýnů, po vypršení nájmu mlynářskou živnost odhlásil a založil na Pankráci č. p. 49 pecnářství. Jeho podnik postupně rostl a v roce 1910 se opět vrátil k mlynářství. Postavil vlastní moderní mlýn, jenž měl šest dvojitých šrotovacích stolic, čtyři vymílací stolice a tři kameny. Mlýn byl plně elektrifikován vlastní silou a společně s pekárnou se stal třetím největším podnikem v Praze, po Zátkově a Odkolkově pekárně.

Podnikatelská závist

Příchodem války nastaly krušné časy, zejména pro mlýny a pekárny, které musely striktně dodržovat přidělový systém, a navíc péct i chléb pro obce. Začal závistný boj, kdo bude mít veřejnou zakázku. Hlasivec získal pečení pro Vinohradskou obec, což se místním pekařům nelíbilo. Jenže když je obec oslovila, nedokázali realizovat požadovanou cenu 10 K za 100 kg spečené mouky. Proto se obec obrátila na Hlasivce, který nabídl ze všech nejnižší cenu 7,50 K. Vinohradští pekaři dostali ještě nabídku, aby pekli za 8 korun, že jim obec jako místním zakázku zadá, ale odmítli. Přesto mu potom záviděli.

V roce 1916 měl Hlasivec drobný problém s přidělem mouky a obilí od Válečného obilního ústavu, který ho vyzval k revizi. Toho využili dva úředníci, kteří mu nabídli, že ho za 4 000 K problémů



Pohled do pankrácké pekárny podnikatele Antonína Hlasivce v roce 1910. Zdroj: MCP

zbaví. Soud je nakonec pro podvod odsoudil ke třem měsícům žaláře, ovšem Hlasivec měl s množstvím přidělů stále problém. Přesto byl v březnu 1918 spolu s Odkolkovou pekárnou jediný, kdo měl v Praze ještě nějakou zásobu mouky, ale v květnu již nebyl chléb ani pro ty, kteří na něj měli lístky. Trable měl i po válce, v červnu 1920 mu stávkovali dělníci, a tak nemohl dodat chléb do svých prodejen. Přitom například v roce 1922 dostávali jeho pekaři 345 Kč týdně, což byl vysoký plat. Pro srovnání, pekaři v Kladně si přišli jen na 180 Kč.

Rodinná tragédie

Dobře se rozvíjející rodinný podnik potřebuje ke svému dalšímu růstu dvě věci, potomka a kapitál. Hlasivec měl jediného syna Zdeňka, který byl nadán spíše umělecky. Hrál na housle, maloval, dokonce měl i výstavu obrazů, ale nakonec se stal architektem. Nejen proto

se otec rozhodl svůj podnik prodat. V roce 1916 založil za účasti České průmyslové banky firmu A. Hlasivec, spol. s r. o., s kapitálem 700 000 K. Firmě prodal svůj podnik za 300 000 K, resp. podíl 100 000 K získala jeho žena Anna. Banka držela většinu 400 000 K. Kromě třípatrového mlýna a pekárny prodal i pražírnu kávy. V té době měl kromě centrály na Pankráci i prodejnu ve Spálené ulici, také stánek v Pražské tržnici a chléb dočítával desítkám koloniálů.

Podnikatelský úspěch však sudičky osudu vyvážily problémy osobními. Vztah s jeho synem se stále zhoršoval a otec ve snaze najít řešení odkázal svůj majetek vnoučatům. Syna chtěl vydědit, ale k tomu se Antonín Hlasivec již nedostal. Rodinná tragédie vyvrcholila 30. listopadu 1924, kdy ho syn zastřelil. O dramatu, které na několik týdnů ovládl tehdejší tisk, se dozvíte v příštím Tučňáku.

Rudolf Piša

Historik Rudolf Piša připravuje knihu o osudech nuselských domů a jejich obyvatel. Pokud máte doma historické fotografie, plánky či záznamy pamětníků, ozvěte se na jeho telefonní číslo 603 545 901 či na e-mail: pisa@das-mcp.cz. Za spolupráci předem děkuje.



Dobrý den, pravidelně čtu vaše periodikum a musím pográtulovat k perfektní práci. Poslední měsíčník jsem přečetl od A do Z a s dovolením připomínám, že mi schází nějaká rubrika s příspěvky s nedostatky a nápady občanů Prahy 4. Jako příklad uvádím tři auta bez SPZ odstavena na parkovišti Lidlu v ulici Lhotecká 1015, prakticky od jara! Denně tam sice jezdí policejní posádka nakupovat zřejmě svačinky pro sebe, ale jak vidět, absolutně to nikoho celou dobu nezajímá...

Děkuji, zůstávám s úctou a pozdravem
František V.

Dobrý den, na stránkách Tučňáku můžete téměř pravidelně najít dopisovou rubriku obyvatel městské části Praha 4, v níž řešíme různé nešvary. O autovracích jsme psali již nespočetkrát a postup je stále stejný. I vy, jako obyvatel naší městské části, můžete autovrak nahlásit přímo organizaci, která se jejich likvidací zabývá. Jde o Správu služeb hlavního města Prahy a na jejich stránkách je odkaz na příslušný formulář - www.sshmp.cz/sluzby/nahlaseni-vraku. Autovrak lze samozřejmě nahlásit také městské policii či Úřadu MČ Praha 4, ale oba subjekty stejně tyto podněty předají zmíněné Správě služeb hlavního města Prahy. Samotné odstranění autovraku je ovšem běh na dlouhou trať a nebude to ze dne na den. Jde o dlouhodobější proces, kdy je nutné dodržet zákonné lhůty.

Děkuji za pochvalu a věřím, že budete s obsahem Tučňáka spokojeni i nadále.

Martin Dudek,
šéfredaktor Tučňáka

Hudebník Karel Heidenreich: Jak český Fantomas vyděsil malé dítě

Několik desetiletí se Karel Heidenreich živil estrádní hudbou, když jako kytarista doprovázel zvučná pěvecká jména Hála, Chladil, Simonová či Černocká. Za tu dobu posbíral mnoho historek a o některé se tento dlouholetý obyvatel Prahy 4 rozdělil i se čtenáři Tučňáka.

Martin Dudek

Karlova cesta ke kytarě a hudbě začala už v jeho pubertálních letech. „Proč jsem začal hrát právě na kytaru? No přeci kvůli holkám, to je jasné,“ odpovídá upřímně na otázku žatecký rodák. I když nevystudoval žádnou hudební školu, v době středoškolského studia se jako samouk uchytil v kapele hrající v 70. letech po místních barech. Tuto školu života si zopakoval i po příchodu do Prahy.

„Studoval jsem tady dva roky nadstavbu, ale v podstatě jsem je jen proflákal. Hudba opět zvítězila a já v 80. letech vystupoval v dnes už legendárních barech a diskotékách Jalta, U Drahňovských, Savarin, Tatran či Sklíčka. Jenže nám umřel kapelník, skupina se rozpadla, takže jsem rád kývl na nabídku přejít ke Karlu Hálovi, který doplňoval populární duo Chladil-Simonová. Tenkrát jsme jezdili po takzvaných estrádách a koncertovali jsme po celé republice,“ vzpomíná Karel Heidenreich a pokračuje: „Šnůry to byly vydatné, třeba na Slovensku jsme byli měsíc, a díky hudbě jsem poznal celé tehdejší Československo. Jednou jsem si to spočítal a v ostravském hotelu Imperial jsem při křižování republikou bydlel dohromady asi rok.“

Major z Pankráce

Na necelé dvouroční působení v kapele vedené Milanem Chladilem rád vzpomíná. „Byla to nejprofesionálnější skupina, ve které jsem působil, všechno v ní fungovalo. Chladil nám garantoval 15 kšeftů měsíčně, abychom se užívali, a na všechno byly noty. Ani se před vystoupením nezkoušelo, jednou se to přehrálo a šlo se naostrot,“ listuje paměti, ovšem speciální vzpomínky má na Karla Hálu. „Byl to ohromný srandista a měl velmi bujnou fantazii. Třeba o sobě prohlašoval, že bydlí na Pankráci, je major a na zahradě má zakopané dělo. Jednou jsme hráli v malém moravském městě. Byl listo-



pad, už šero, na ulicích nikdo a my jsme autem nemohli najít kulturák. Najednou jsme zahlédli maminku s malým dítětem. Hála na místě spolejezdce stáhnul okénko, a jak vystrkoval hlavu, spadl mu klobouk na zátylek. Zasvítila jeho lebka, a než stačil cokoliv říct, dítě zařvalo: ‚Fantomas!‘ a zmizelo nenávratně ve tmě...“

Karel Hála se uměl i hezky „radovat“ ze života. „Byl to božský zpěvák a měl neuvěřitelný hlasový rozsah. Ale když se ‚prdnu‘, stálo to za to. V sále musela zhasnout světla, bedňáci ho přivedli na pódium a opřeli o piáno. Pak se rozsvítilo, dali mu do ruky mikrofon a Karel naprosto perfektně a bez jediné chyby všechno odpíval. Potlesk, opět tma a bedňáci Karla odnesli do zákulisí.“

Počítání tramvají

Karel Heidenreich už profesionálně nevystupuje, a i když zvažoval, že by mohl vychovávat nové kytaristy, nakonec od toho ustoupil.

„Známý mi říkal – nedoporučujeme ti to, jak tě známe, ty jsi maximalista. Chtěl bys to po žácích, ale tím bys je úplně zničil,“ konstatuje dlouholetý obyvatel Prahy 4, který nejprve bydlel na Kačerově, pak u Budějovické a nyní, jak říká, v horních Nudlích, tedy Nuslích. „Když jsem se přistěhoval na Budějárnu, bydlel jsem v blízkém paneláčku, u kterého byl parčík, kam jsem chodil hrát na kytaru. Ale pak se v okolí začalo stavět, místní mizeli a všechno, co bylo zelené, je zastavěné... To mě naštválo a byt jsem vyměnil. Zpětně vidím, že to byla hloupost. Bydlet u Budějovické má jedno ohromné plus, které jsem si tehdy neuvědomil. Veškerá občanská vybavenost je v rovině. Teď bydlím v posledním bloku ulice Lounských, kde nic není, a na nákupy si musím dojet dolů na Táborskou či na Synkáč. A pak zase hezky do kopce...“ říká muž, který se v důchodu baví neobvyklým koníčkem. „Občas zajdu do hospody, ale už to není ono. Ve volném čase proto koukám z okna a počítám na Táborské tramvaje. Vezmu telefon a zavolám známému textaři, který bydlí u dejvického Internacionálu: ‚Hele, Ládo, právě jela tramvaj 18, číslo vozu 82 a 83. Je 11.05. Zavolej, kdy bude u tebe, jestli jede na čas. Za 35 minut volá Láda – jo, už přijela...“



Zpěvák Karel Hála (druhý zleva) měl s Karlem Heidenreichem (s kytarou) společné bydliště v Praze 4. Foto: archiv KH



Divadlo na Fidlovačce

Křesomyslova 625, Praha 4,
pokladna tel.: 773 831 705,
e-mail: pokladna@fidlovacka.cz
Po-pá: 15.00-19.00 h., so, ne a státní
svátky: hodinu před představením
a během něj (jen pokud se hraje)
www.fidlovacka.cz.
On-line rezervace a prodej:
www.webticket.cz, prodej též
v sítích: Ticketportal, GoOut

- Čt 5. 19.00** Muž mojí ženy
Pá 6. 19.00 Rain Man
So 7. 15.00 Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách
Ne 8. 15.00 Dánská dívka
Čt 12. 19.00 Muž mojí ženy
Pá 13. 19.00 Absolvent
So 14. 15.00 Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách
Ne 15. 15.00 Kouř
Út 17. 19.00 KRAJINA 0 - host
Čt 19. 19.00 Branický zázrak - host
Pá 20. 19.00 Branický zázrak - host
So 21. 15.00 Testosteron
St 25. 20.00 Vlasta Horváth - host
Čt 26. 19.00 Rain Man
Pá 27. 19.00 Proč muži neposlouchají a ženy neumí číst v mapách
So 28. 15.00 Sugar (Někdo to rád horké)
Ne 29. 15.00 KRAJINA 0 - host
Út 31. 19.00 KRAJINA 0 - host



KC PRAGOS

Jihlavská 30, u metra Budějovická
www.pragos.cz, klub@pragos.cz
tel. 736 489 297

- So 7. 17.00** Cirkusová show pro děti a dospělé
So 14. 20.00 Sám se svou kytarou – koncert Ivana Čmoka
Pá 20. 19.00 Travesti show
Každá neděle 14.00-17.00 Setkání šachistů
VEVCHÁZKY
So 7. 14.00 Z Jinonic do Radlic
So 14. 12.00 Petschkův palác
Ne 22. 14.00 Židovským městem



Petschkův palác Foto: Wikipedie



Divadlo BRAVO!
(bývalé
Branické divadlo)
Branická 411/63
147 00 Praha-Braník

www.divadlobravo.cz
info@divadlobravo.cz
tel.: 731 153 139

- Út 3. 19.00** Žena, růže, píseň, kost - Losers cirque company
St 4. 19.00 Žena, růže, píseň, kost - Losers cirque company
Čt 5. 19.00 Konkurz - Losers cirque company
Ne 8. 15.00 Hra o trůn - Bratři v tricku
Po 9. 19.00 Plovárna - Bratři v tricku
Út 10. 19.00 Nespoutaní - Losers cirque company
St 11. 19.00 Nespoutaní - Losers cirque company
Čt 12. 19.00 Absurditky - Kozel ve fraku
Ne 15. 15.00 Ronja, dcera loupežníka - Studio Damúza
Čt 19. 19.00 Happy hour - Squadra sua
Po 23. 19.00 Konkurz - Losers cirque company
Út 24. 19.00 Loop - Losers cirque company
St 25. 19.00 Loop - Losers cirque company
Po 30. 19.00 The loser(s) - Losers cirque company



Divadlo Bez Hranic
Křesomyslova 14, Praha 4 – Nusle
Tel. 607 088 273
e-mail: rezervace@divadlobezhranic.cz
www.divadlobezhranic.cz

- Ne 1. 19.30** Hráči a sráči – tragikomedie (divadlo Maškara)
Čt 5. 19.30 Kočičí hra – tragikomedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Pá 6. 19.30 Božská komedie: Soumrak bohů – komedie (Činoherní studio BERETA)
So 7. 18.00 Sluha dvou pánů – interaktivní komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Po 9. 19.30 Vše nejlepší, Henry! aneb Prachy nesmrdí – komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Pá 13. 19.30 Nikdy neříkej nikdy – komedie (divadlo NNN)
So 14. 19.30 S tvou dcerou ne – komedie (divadlo Sentiment)
Út 17. 19.30 Stalo se v Chamonix – detektivní komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
St 18. 19.30 Magda Malá a Bohuš Matuš: Slávici z muzikálů (DIVADLO BEZ HRANIC)
Pá 20. 19.30 Nikdy neříkej nikdy – komedie (divadlo NNN)
So 21. 17.00 Mrtvola v hotelu Westminster – komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Út 24. 19.30 Sni dál – neřeš věk a žij – premiéra hudební komedie (divadlo DO-PRA-VA)
St 25. 19.30 Improvizace - improvizované představení (Improvizace.cz)
Pá 27. 19.30 Sni dál – neřeš věk a žij – hudební komedie (divadlo DO-PRA-VA)
Út 31. 19.30 Hana Křížková a Ivo Šmolgas – hudební talkshow (DIVADLO BEZ HRANIC)



DIVADLO DOBEŠKA
Jasná I. 1181/6, 147 00, Praha 4
Telefon: 244 468 173
e-mail: rezervace@divadlodobeska.cz
www.divadlodobeska.cz
STUDIO DOBEŠKA
kurzy • zábava • relaxace
www.divadlodobeska.cz/studio

- Ne 1. 15.00** O rytíři Juráškovi - pohádka divadla ANIMA CANDIDA
Po 2. 18.00 Marie Tvrzová: obrazy - vernisáž
19.30 Milostný trojúhelník - divadlo (Lukáš Pavlášek, Martin Zbrožek a Jan Maxián)
St 4. 19.30 Asteroid City - kinokavárna
Čt 5. 20.00 Iva Bittová a duo Fischer/Jedlinský - koncert
Pá 6. 19.30 Špion za oponou - divadlo
Ne 8. 15.00 Tam, kde žijí divočiny - pohádka
St 11. 19.30 #annaismissing - kinokavárna
Čt 12. 19.00 Skvělejší, tlustší, blbě - stand up (Aneta Christovová, Vladka Pirichová a tajemný Otta)
Pá 13. 20.00 František Skála & Třaskavá směs - koncert
Ne 15. 15.00 Husy na tahu aneb Co jsme všechno viděli, když jsme k Vám letěli - pohádka
St 18. 19.30 Úsvit - kinokavárna
Pá 20. 19.30 Plevy - divadlo
Ne 22. 15.00 O čertovi Kolofónovi - loutková pohádka
Út 24. 19.00 Přednáška o architektuře s Davidem Vávrou - téma Lausanne - Koleček - jezero, Basilej - Oplatek - řeka
St 25. 19.30 Bod obnovy - kinokavárna
Ne 29. 15.00 Pes a drak - pohádka
Po 30. 18.00 Andrea Tachézy: obrazy - vernisáž
19.30 Besídka 2023 - Divadlo Sklep
Út 31. 19.30 Výběr z Besídek



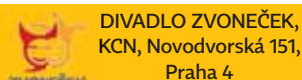
Kino Rest.art
Podolská 33, Podolí, býv. klub Tobaco
Vstupné 150 Kč, zlevněné vstupné (studenti a důchodci) 60 Kč.

- Ne 1. 19.00** Brutální vedro
Út 3. 19.00 One Man Show
Čt 5. 19.00 Minulé životy
Pá 6. 19.00/20.00/21.00 Svatba Jiřího Káry (Remastered)
Ne 8. 19.00 #annaismissing
Út 10. 19.00 Brutální vedro
Čt 12. 19.00 White Plastic Sky
Ne 15. 19.00 One Man Show
Út 17. 19.00 Minulé životy
Čt 19. 19.00 #annaismissing
Ne 22. 19.00 White Plastic Sky
Út 24. 19.00 Příběh Toma Saviniho
Čt 26. 19.00 White Plastic Sky
Ne 29. 19.00 Minulé životy
Út 31. 19.00 Příběh Toma Saviniho (Halloween special)



Na Jezerce 1451/2a,
140 00 Praha 4, Nusle
Tel.: 261 224 832, 725 442 150
E-mail: vstupenky@hrusinsky.cz
www.divadlonajezerce.cz

- Po 2. 19.00** Takový žertík (J. Dell, G. Sibleyras), režie: Lukáš Hlavica
St 4. 19.00 Pánský klub (M. Balcar), režie: Matěj Balcar
Čt 5. 19.00 Ze života Čapka (P. Vacek), režie: Petr Vacek (vhodné pro děti)
Pá 6. 19.00 Občan první jakosti (M. Balcar), režie: Matěj Balcar
Po 9. 19.00 Mnoho povyku pro lajk (M. Balcar), režie: Matěj Balcar, NOVINKA
Čt 12. 19.00 After Life (R. Gervais), režie: Jan Hřebejk
Pá 13. 19.00 Naprostí cizinci (P. Genovese), režie: Matěj Balcar
So 14. 19.00 Charleyova teta (J. B. Thomas), úprava a režie: Jan Hrušínský, (vhodné pro děti)
Ne 15. 19.00 Manželské vraždění režie: Jan Hřebejk
Út 17. 19.00 Práskni do bot (O. McCafferty), režie: Jan Hřebejk
Čt 19. 19.00 Manželské vraždění režie: Jan Hřebejk
Pá 20. 19.00 Sláva strojů a měst (A. Rašín), režie: Jaroslav Dušek
Ne 22. 19.00 Pánský klub (M. Balcar), režie: Matěj Balcar
Po 23. 19.00 Mašíni (J. Jirků), režie: Janek Jirků
St 25. 19.00 Mnoho povyku pro lajk (M. Balcar), režie: Matěj Balcar, NOVINKA
Čt 26. 19.00 Už je tady zas! (T. Vermes), režie: Matěj Balcar
Pá 27. 19.00 Občan první jakosti (M. Balcar), režie: Matěj Balcar
So 28. 19.00 Gin Game (D. L. Coburn), Hrají: Jiřina Bohdalová a Milan Kňažko, režie: Radek Balaš
Po 30. 19.00 Naprostí cizinci (P. Genovese), režie: Matěj Balcar



www.zvonecek.info
divadlo@zvonecek.info

- So 7. 14.00 a 15.30** Perníková chaloupka
So 14. 14.00 a 15.30 Kašpárek letí do pohádky
Čt 19. 16.00 Tři prasátka
So 21. 14.00 a 15.30 Začarovaný les

Více kulturních
a sportovních akcí najdete
na www.praha4.cz
v sekci Kalendář akcí.

Pro seniory

Co skrývají pražské hřbitovy?

Znáte významné ženy, jejichž místem věčného odpočinku jsou Olšanské hřbitovy? Kdo z kladných, ale i záporných hrdinek historie obývá tento kout Prahy? Již v úterý 10. 10. vám tyto otázky zodpoví Kamila Jurajdová z Hřbitovů a pohřebních služeb hl. m. Prahy, která vás provede podzimmími alejemi mezi náhrobními kameny.

Pokud jste spíše fanoušky válečné historie, pak si na své přijdete při třetí říjnové vycházce hřbitovy. Tentokrát bude cílem 2. olšanský obecní hřbitov, kde se nachází Čestné vojenské pohřebiště, jímž bude provázet Mgr. Martin Čížek. Data registrace a místa srazů naleznete v plánu akcí. Kapacita je omezena. (red)

Nahoru na horu

V doprovodu oblíbené PhDr. E. Havlovcové se vydáte zdolat významnou pražskou horu, která odděluje Žižkov od Karlína. Co vše ještě o Vítkově nevíte? Čím je zajímavá socha na jeho vrcholu? Jaká je historie kopce s krásným výhledem do všech stran Prahy? Zjistíte to na říjnových vycházkách. Při přihlašování berte zřetel na své fyzické schopnosti, výšlap není pro každého a míst k odpočinku nebude mnoho. (red)

Do paláce nebo do Rudolfiny

Koncem října čeká zájemce opakovaní komentované exkurze Rudolfiny z letošního února, kde byla k vidění jak Dvořákova, tak Sukova síň a mnoho dalšího (včetně návštěvy pódia/jeviště). Ovšem počítejte s nutností zdolat několik schodů a korzováním vnitřkem budovy.

Začátek listopadu patří prohlídkám Clam-Gallasova paláce po rekonstrukci, jak si mnozí z vás přáli. Zkontrolujte, jak rekonstrukce dopadla a co na vás čeká v útrobách jednoho z vrcholných děl pražské barokní architektury. Na obou akcích je nutné uhradit vstupné, jeho výši zjistí zájemci v plánu akcí. (red)



Říjen 2023		Přihlašování od 8.00 hod.
Procházka Olšanskými hřbitovy – významné ženy	10. 10. od 14.00 h., Vinohradská 1835/153, Praha 3	Přihlašování od 2. 10. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem (u tram. zast. Olš. hřbitovy).
Čtyřkotoučky VIII – Tunýlky pod Vyšehradem k Pankráckému kostelíku	11. 10. (středa) od 14.00 h., Praha 4	Přihlašování od 9. 10. Procházka s průvodkyní (MUDr. V. Trojanová), sraz na tram. zast. Ostrčilovo náměstí.
Výstup na horu Vítkov	12. 10. od 14.00 h., Vítkov, Praha 3	Přihlašování od 9. 10. Procházka s průvodkyní (PhDr. E. Havlovcová) – náročný terén, pouze pro dobře chodící, sraz na zastávce Tachovské náměstí směr Ohrada (bus č. 207, 133).
Procházka za význ. válečnými hroby a Čestné voj. pohřebiště	17. 10. od 14.00 h., Olšanský 2. obecní hřbitov, U Nákl. nádr., Praha 3	Přihlašování od 11. 10. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem (u tram. zast. Mezi Hřbitovy).
ČNB – opakování	18. 10. (středa) od 15.15 do 16.30 h., Na Příkopě 28, Praha 1	Přihlašování od 16. 10. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem. Dostavte se nejpozději 15 min. před (15.00).
Výstup na horu Vítkov – opakování	19. 10. od 14.00 h., Vítkov, Praha 3	Přihlašování od 16. 10. Procházka s průvodkyní (PhDr. E. Havlovcová), náročný terén, pouze pro dobře chodící, sraz na zastávce Tachovské náměstí směr Ohrada (bus č. 207, 133).
Rudolfinum – opakování	24. 10. od 14.00 h., Alšovo nábř. 12, Praha 1	Přihlašování od 18. 10. Komentovaná prohlídka (opakování z 19. 1.), sraz před vchodem (naproti Umprum). Vstupné 75 Kč.
ČNB – opakování	25. 10. (středa) od 15.15 do 16.30 h., Na Příkopě 28, Praha 1	Přihlašování od 23. 10. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem. Dostavte se nejpozději 15 min. před (15.00).
Rudolfinum – opakování	31. 10. od 14.00 h., Alšovo nábř. 12, Praha 1	Přihlašování od 23. 10. Komentovaná prohlídka, sraz před vchodem (naproti Umprum). Vstupné 75 Kč.
Listopad 2023		
Clam-Gallasův palác	7. 11. od 14.00 h., Husova 158/20, Praha 1	Přihlašování od 1. 11. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem. Vstupné 130 Kč/os.
Čtyřkotoučky IX – Vyšehradský Slavín	8. 11. (středa) od 14.00 h., Praha 4	Přihlašování od 6. 11. Procházka s průvodkyní (MUDr. V. Trojanová), sraz před Táborskou branou (první brána před vstupem na Vyšehrad od Pankráce).
Clam-Gallasův palác - opakování	9. 11. od 14.00 h., Husova 158/20, Praha 1	Přihlašování od 1. 11. Komentovaná exkurze, sraz před hlavním vchodem. Vstupné 130 Kč/os.
K akcím se přihlašujte na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od data uvedeného v tabulce. 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 a není nároková. Kapacita akcí je omezena, ne vždy je možné vyhovět všem zájemcům, děkujeme za pochopení. Na akcích je pořizována fotografická dokumentace. Aktuální informace sledujte na www.praha4.cz (seniorweb). V případě dotazů pište na barbora.vesela@praha4.cz .		

Společenská rubrika

Stanislav Dušek, který žije s manželkou Věrou přes 50 let v Braníku, se v plné duševní i fyzické svěžesti dožil v září 90 let. Přejeme hodně štěstí, zdraví, optimismu, pohody a radosti do dalších let. Rodina a přátelé.



Dne 20. září oslavila 85. narozeniny naše maminka, manželka, babička a prababička Jarmila Vokurková ze Spořilova. Hodně zdraví a pohody do dalších let přeje celá rodina.



Dne 1. října se dožívá významného životního jubilea Helena Bažatová z Podolí. Naši mamince, babičce a prababičce přejeme k jejím 90. narozeninám vše nejlepší, hodně zdraví, štěstí a vitality do dalších let. Dcery Eva a Helena s rodinami.



Chcete pogratulovat prostřednictvím Tučňáka?

Není nic jednoduššího – na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz zašlete stručnou gratulaci a portrétní fotografii oslavence/kyňe. Zveřejnění je zdarma, jedinou podmínkou je včasné zaslání příspěvku. Pohlíďte si proto uzávěrku časopisu, kterou najdete v tiráži na straně 22. (red)

Domácí násilí a psychická krize. Organizace nabízejí pomoc ženám, mužům i dětem

Po zářijovém zastavení v Ústavu sociálních služeb Praha 4 vám v tomto vydání Tučňáka opět představujeme další organizace, jež jsou podporovány dotacemi v oblasti sociální a zdravotní.

Velmi důležitou skupinou jsou takové, které se zabývají krizovou pomocí osobám ve složité, akutní sociálně-zdravotní nebo jiné situaci a poskytují jim odborné sociální poradenství a pomoc. Opět se tedy budeme věnovat poskytování služeb, jež podporují práci s dětmi a jejich rodinami. Těmito službami se zabývají například organizace: Centrum sociálních služeb Praha – Intervenční centrum, Acorus, z. ú., ROSA – centrum pro ženy, z. s., Host Home Start Česká republika z.ú., Centrum LOCIKA a Terapeutické centrum Modré dveře z.ú.



Centrum sociálních služeb Praha – Intervenční centrum je služba určená

osobám ohroženým domácím násilím po vykázaní agresora ze společného obydlí, ale také ženám a mužům, u kterých se domácí násilí odehrává a k vykázaní ambulantně všem osobám starším 16 let. Vedle přímé pomoci ohroženým je posláním služby i osvěta v oblasti domácího násilí a rozvoj interdisciplinární spolupráce. Intervenční centrum také pořádá vzdělávací akce a je garantem setkání interdisciplinárních týmů, tedy jednotlivců a institucí, jež se zabývají problematikou domácího násilí. Poskytuje právní a sociálně-právní poradenství, psychologickou pomoc a krizovou intervenci.

Kontakty:
Sídlo organizace: Chelčického 39, Praha 3
Telefon: 281 911 883
e-mail: icpraha@csspraha.cz



Acorus, z. ú. poskytuje

osobám ohroženým domácím násilím komplexní odbornou pomoc směřující k překonání nepříznivé sociální situace a k začlenění do běžného života bez přítomnosti násilí. Pomoc je poskytována prostřednictvím služeb azylového domu, kde je nepřetržitý provoz 24 hodin denně, přičemž adresa je pro klienty i jejich děti utajena. Nabízí krizovou pomoc pro samotné dospělé ženy nebo s maximálně třemi dětmi v akutní náročné situaci, vzniklé v důsledku domácího násilí. Dále odborné sociální poradenství v této ob-

lasti a rovněž poskytuje právní informace. Organizace zajišťuje krizovou pomoc dětem, které zažívaly nebo zažívají domácí násilí ve formě komplexní odborné pomoci. Jedná se o krizovou pomoc, individuální, skupinové a další formy terapie.

Kontakty:
Sídlo organizace: Dělnická 213/12, Praha 7
Krizová pomoc dětem: Haštalská 766/28, Praha 1
Telefon: 283 892 772
e-mail: info@acorus.cz



ROSA – centrum pro ženy, z. s., je nezisková organizace, poskytující komplexní pomoc ženám, obětem

domácího násilí. Ta zahrnuje odborné poradenství, krizovou intervenci, sociálně terapeutické a sociálně-právní poradenství, vytvoření bezpečnostního plánu a poskytování utajeného azylového ubytování pro ženy, které jsou ohrožené domácím násilím. Odborné sociální poradenství poskytuje osobní bezplatné konzultace obětem, služba azylové dům ROSA nabízí azylové bydlení, jehož adresa je utajena a tím poskytuje svým obyvatelkám a jejich dětem bezpečné útočiště.

Kontakty:
Sídlo organizace: Na Slupi 1483/14, Praha 2
Telefon: 241 432 466, bezplatná linka - 800 605 080
e-mail: info@rosacentrum.cz



HOST Home Strat Česká republika z.ú. je organizace, která se

zabývá pomocí cílové skupině – rodinám s dětmi do šesti let. Její pomoc spočívá v poskytování služeb v oblasti sociálně-právní ochrany dětí. Pracovníci organizace se snaží rodiče naučit přistupovat ke svým dětem odlišným, a neškodlivým způsobem než takovým, který rodiče převzali zase od svých rodičů. Často je nad rodinami, se kterými organizace spolupracuje, stanoven soudní dohled. Pracují i s rodinami, kde došlo k nečekané životní krizi – rozchod partnerů, úmrtí v rodině či finanční potíže rodiny.

Kontakty:
Sídlo organizace: V. P. Čkalova 784/22, Praha 6
Telefon: 725 721 968
e-mail: info-praha@hostcz.org



Centrum LOCIKA z.ú. je organizace, která

se věnuje pomoci dětem, jež zažívají domácí násilí v rodině jako oběti, ale i svědci. Poskytuje odborné služby dětem formou terapeutické práce, je nápomocna dětem například u výslechů na policii či u soudu a v neposlední řadě pomáhá dítěti vyrovnat se s dopady násilí. Rodiče dětí se snaží podpořit v rodičovských kompetencích, podporuje zdravý vztah rodiče a dítěte. Služby organizace se zaměřují na celou rodinu, kdy je snaha zastavit násilí v rodině, stabilizovat rodinné situace apod.

Kontakty:
Sídlo organizace: Umělecká 588/6
Telefon: 734 441 233
e-mail: info@centrumlocika.cz



Terapeutické centrum Modré dveře z.ú. poskytuje

souhrn služeb, které se zabývají řešením krize spojené s psychickým stavem člověka. Krizová pomoc je poskytována všem, kdo pomoc potřebují bez ohledu na věk, klient může zůstat v anonymitě a pomoc je poskytována zdarma. Cílem krizové pomoci je orientace člověka v náročné situaci a nasměrování k dalšímu vhodnému řešení, které povede ke zlepšení a stabilizaci života člověka. Pomoc může klient využít formou osobní konzultace, kdy není potřeba se předem objednat, či telefonicky.

Kontakty:
Sídlo organizace: K Horkám 16/23, Praha 10
Telefon: 725 515 934
e-mail: modredvere@modredvere.cz



Výše uvedené organizace jsou opět pouhým výčtem z řady mnoha organizací, které se zabývají danou problematikou. Dalším organizacím se budeme věnovat v dalších číslech. (red)

Oběťmi domácího násilí jsou především ženy. Ilustrační foto: Pixabay

Inzerce



zveme na výstavu **PRVNÍ SBĚR** zapomenuté skvosty Umělecké zahrady v Nuslích

Umělecká zahrada v Praze Nuslích je místem s bohatou historií, kde se od počátku 20. století setkávali velcí umělci s realitou komercializace a profanace při kopírování svých vlastních děl. Založil ji roku 1924 akademický sochař Karel Novák (1871–1955) jako čistě výtvarný projekt, který se postupně rozrostl na dobře prosperující sochařský a řemeslnický závod v Československu. Pod rukama jeho zaměstnanců vzniklo velké množství monumentálních i dekorativních plastik v privátním i veřejném prostoru.



Dlouhotrvající prosperitu ukončila až doba socialismu, znárodnění a postupná devastace. Od počátku 90. let 20. století dochází zásluhou soukromého investora k postupné obnově a zpřístupnění areálu veřejnosti. Jedním z důležitých výstupů těchto snah je i výstava První sběr. Snaží se vůbec poprvé představit několik nejzajímavějších dochovaných výrobků ze sbírky Umělecké zahrady a upozornit tak na opomíjenou roli Novákovy ateliéru v dějinách českého výtvarného umění.



Výstava je pro veřejnost otevřena od 27. září do 31. října 2023
vždy středa, sobota, neděle od 10.00 do 18.00 hodin
komentované prohlídky 5. a 12. října 2023, vždy od 14.00 do 16.00 hodin



Čiklova 1706/13a, Praha 2 vstup z ulice Křesomyslova pod Nuselským mostem

www.umeleckazahrada.cz

Inzerce

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

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

NEJLEVNĚJŠÍ ODTAHY
 Tel.: 604 868 055

VELKÉ VELIKOSTI?
„Ano, máme...!“
 Obchod ROMANTYK
 Nuselská 70; Praha 4 - Nusle
 Tel.: 608 51 96 97
Po-Pá: 12-18; So: DLE DOHODY

I Love Parfums
 Kvalitní stáčené parfémy a kosmetika za skvělé ceny!
 Nuselská 44 Praha 4 Po-Pá 11-18 hod. nebo eshop
www.iloveparfums.cz

EKO LÉKÁRNA
 Nuselská 1754/53c, Praha 4
 Tel.: 734 508 959
 E-mail: nuselska.praha@ekolekarna.cz

♦ Většina léků na cholesterol, diabetes a astma **BEZ DOPLATKU**
 ♦ Rezervace e-receptu online na stránkách www.ekolekarna.cz
 ♦ Věrnostní program, slevové poukázky, slevy pro seniory
 ♦ Odborné konzultace, rozšířená nabídka EKO/BIO produktů
 ♦ Přijímáme karty a poukázky Sodexo, Edenred, Up, Benefit

Navštivte nás i v našich dalších lékárnách v Praze nebo nakupte na e-shopu.
www.ekolekarna.cz

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

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 1354, PRAHA 4

Stěhování - Autodoprava Balení - Vyklízení
 Dominik Císař
 Mobil.: 724 104 991
www.stehovanicisar.cz
 Na Vrstvách 23, Praha 4
Stěhujeme doma i ve světě

Firma Š + M
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

SPORT PRO DĚTI HOP4FIT

Kurzy pro děti s rodiči

- Děti od 3 měsíců do 3 let
- Kurzy na 10 týdnů
- Možné náhrady
- Zkušební lekce


 Atletická příprava

- Děti od 3 - 11 let
- Pololetní kurz
- Zkušební lekce

Cvičíme na Praze 4 a 12
 KRČ - Fitness Action
 BRANÍK - Areál Vítavanů
 MODŘANY - Studio Cvič.it

REGISTRACE ZDE 
 VÍCE INFORMACÍ NA **www.hop4.fit**

OPRAVY
 CHLADNIČEK a MRAZNIČEK **i soboty a neděle**
 • PRODEJ nových • ODVOZ starých •
Kontakt: 602 719 678

BURIAN
 Čištění koberců, mytí oken
773 540 170
CISTENIBURIAN.CZ

BALKAP, s.r.o.
 31 let jsme tu s Vámi
Malířství Madla
Lakýrnictví na zábradlí
 Jílovská 426/27 Praha 4, Lhotka
www.balkap.cz
 tel. 777 708 035, 777 708 034


- OPRAVA ŽALUZII
 - VÝMĚNA VODICÍCH LANEK
 - NOVÉ ŽALUZIE
 - SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN A DVEŘÍ
 - SÍTĚ PROTI HMYZU
 Tel: 733 720 950
pavel.janci@email.cz


Pro kalkulaci, objednávku nebo rezervaci inzerce kontaktujte inzertní oddělení:
Renáta Čížková
 tel.: 777 114 473
renata.cizkova@ceskydomov.cz

ZEDNICTVÍ-MALÍŘSTVÍ
 Provádím veškeré zednické, obkladačské, malířské, podlahářské a bourací práce. Odvoz sutí zajištěn. Rekonstrukce bytu, domu, nebytových prostor.
Mobil: 728 896 136

EMOČNÍ
 Jak s ní pracovat a překonat
BOLEST

Vzdělávací přednáška organizovaná Sborem baptistů, z.s.
10.10.
 od 19:00 h
RUDOLFINUM
 Sukova síň
 Vstup po schodech od Alšova nábřeží (od řeky)


 Na téma emoční bolesti bude přednášet křesťanský poradce a psycholog **Dr. Rick Carter, Ph.D.**
VSTUP je ZDARMA!
 Kapacita sálu je omezena.
www.EmocniBolest.cz



Servisní stránka

Boží talkshow se ženou, která nakrmila hladové školáky

V roce 2013 natočila Lea Surovcová první reportáž o hladových dětech v českých školách. Tehdy tomu nikdo nechtěl uvěřit. Dnes i její zásluhou funguje projekt Obědy pro děti, díky kterému si mohou dopřát oběd i školáci z chudých rodin. Čeho dalšího byla za svou novinářskou kariéru svědkem? Jak se jí v současnosti natáčí dokument o mladých ovdovělých rodičích? A jakou roli hraje v jejím životě víra? O tom bude vyprávět reportérka České televize v Boží talkshow ve středu 11. října od 19.00 hod. v kostele Panny Marie Královny míru na Lhotce. Vstup zdarma. (red)

Divadelní premiéra: Bylo nás pět (tenkrát)

Humoristický román Karla Poláčka Bylo nás pět upravil režisér Petr Vacek pro Divadlo Na Jezerce do podoby divadelní hry. Vackova verze Poláčkova příběhu pěti kamarádů na život a na smrt bude mít světovou premiéru 15. listopadu. (red)

Světelná expozice ve Žlutých lázních

Unikátní expozice Světla vyprávějí... v loňském roce zaznamenala obrovský zájem, a proto organizátoři připravili pokračování. Dechberoucí světelný park bude od 20. října tvořit půl milionu LED světelných diod, trojrozměrné světelné sochy o výšce až 8 metrů, desítky kilometrů světelných řetězců, tunelů, dekorací, interaktivní hry nebo kreativní dílny pro děti. Návštěvníci Žlutých lázní se také mohou těšit na oslavu Halloweenu v neděli 29. října.

Info na www.svetlavypreveji.cz. (red)

Přistavování kontejnerů na objemný odpad od 16.00 do 20.00 hodin – ŘÍJEN

stanoviště	dne	stanoviště	dne
Jivenská x Adamovská	02	Korandova x Havlovického	18
Čestmírova x Mečislavova	02	Na Líše x Na Novině	19
Pod Terebkou - nad schody	02	Jihlavská / proti garážím /	19
Pekárenská x Prostřední	02	K Výzkumným ústavům	19
Zálesí x Sulická	02	Zapadlá x Zelený pruh	19
Vavřenova	02	Psohlavců x Věkova	19
U Pernštejnských x Družstevní	03	Horáčkova X Bartáková	23
Pod Dálnicí č.1	03	Lukešova x Bohrova	23
Družstevní ochoz x Zdařilá	03	Bítovská	23
V Zálomu x Na Jezerce	04	Klánova x U Vodotoku	23
Nad Pískovnou x Přečhodní	04	Na Zlatnici x Na Podkovce	23
Halasova x U Strže	05	Na Veselí x V Občanském domově	24
Valtínovská x Hornokrčská	05	Podolská x K Vysoké cestě	24
Pod Višňovkou	09	Plamínkové (u garáží)	24
Murgašova	09	Kamenitá	24
Zachova x Nad Svahem	09	Jiskrova x Na Mlejnu	24
Herálecká I. x Pacovská	09	Podolská x U Vápenné skály	25
Mezivříš x Nad Šálkovnou	09	Branická x K Ryšance	25
Michelská x U Michelského mlýna	10	Jílovská (u Alberta)	25
Jeremenkova x Sitteho	10	Sinkulova x Na Klikovce	25
Pod lysinami 2 - u trafačky č. TS 5178	10	Baarova (u školy)	25
Nad lesním div. x Němčická	11	V Hodkovičkách x Jitřní	26
Pod Děkanou x Nad Spádem	11	Pod Jalovým dvorem	26
Žilinská	12	Ružinovská x Kukučínova	26
Pod Krčským lesem x Ružinovská	12	Nad Havlem x U Krčského nádraží	26
Zelený pruh x Za pruhy (u parkoviště)	12	Sládkovičova	30
Vrbova / u garáží /	12	Fillova x Rabasova	30
Kotorská (u jeslí)	16	Mirotická x Čimelická (u ulice Novodvorská)	30
U Habrovky x U Krč. vodárny	16	Jihozápadní V. x Jižní IX.	30
Marie Cibulkové x U Jedličkova ústavu	16	Na Chodovci (parkoviště proti škole)	30
Lopatecká x Doudova	16	Jižní XVI.	31
Boleslavova x Božetěchova	17	Choceradská x Senohrabská	31
Na Květnici - u stanoviště tříd. odpadu	17	Severovýchodní IV. x Severní IV.	31
Pod Vršovickou vodárnou III.	17	Viktorinova	31
Na Vrstvách x Pod Pekařkou	17	Ohradní x Na Křivíně	31
Vzdušná x Na Rovinách	18	Podolská x Pravá	31

Získejte zdarma bezplatnou právní radu

Obyvatelé MČ Praha 4 mohou získat právní rady bez nutnosti za ně zaplatit. Právní poradna je určena výhradně pro občany Prahy 4 s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4, a to každou druhou a čtvrtou středu v měsíci od 15.00 do 17.00 hodin v Nuselské radnici (Táborská 500). Nejbližší termíny jsou 11. a 25. 10. K poskytnutí služby je třeba, aby občan prokázal pracovníkovi

v recepci svou totožnost a trvalý pobyt na území MČ Praha 4. Pořadové lístky se vydávají v den konání poradny, a to nejdříve ve 14.30 hodin.

Občané Prahy 4 mohou rovněž využít nabídku advokáta JUDr. Davida Jaroše, který poskytuje bezplatnou právní pomoc každou první středu v měsíci od 15.00 do 17.00 hodin na adrese Jílovská 1167/71a, Braník. Termíny jsou

4. 10., 8. 11. a 6. 12. Návštěvu je nutno předem dohodnout telefonicky (296 359 172, 724 817 890) nebo prostřednictvím e-mailu: info@akjaros.cz. Informace o umístění kanceláře a dopravní dostupnosti naleznete na www.akjaros.cz. (red)



Harmonogram mobilního sběru nebezpečného odpadu a použitých olejů 2023

Kontaktní tel. na řidiče pro případ nenalezení svozového vozidla: 284 098 887, 284 098 888

Praha 4 – trasa A		St
18. 10. – st	1. křižovatka ul. Čestmírova x Mečislavova	15:00–15:20
	2. křižovatka ul. Jivenská x Adamovská	15:30–15:50
	3. ul. Družstevní ohoz č. 1153/11	16:00–16:20
	4. ul. Baarova č. 360/24 (u školy)	16:40–17:00
	5. křižovatka ul. Na Záhonech č. 1167/3 x Mezipolí	17:10–17:30
	6. Roztylské nám. č. 369/32	17:40–18:00
	7. Jižní nám. č. 970/9	18:10–18:30
	8. křižovatka ul. Hlavní x Na Chodovci č. 2880/59	18:40–19:00
Praha 4 – trasa B		Čt
19. 10. – čt	1. Nedvědovo nám. č. 140/13 (u školy)	15:00–15:20
	2. křižovatka ul. Na Klaudiánce x U Podolského hřbitova	15:30–15:50
	3. křižovatka ul. Na Vrstvách x V Rovínách	16:00–16:20
	4. křižovatka ul. Dvorecká č. 1162/2a x Jeremenkova (parkoviště)	16:30–16:50
	5. křižovatka ul. Milevská x Horáčkova (parkoviště u Normy)	17:00–17:20
	6. ul. Plamínkové - u garáží (naproti Pujmanové č. 1546/40)	17:30–17:50
	7. křižovatka ul. Za Zelenou liškou č. 953/1 x Senožacká	18:00–18:20
	8. ul. Jihlavská č. 611/18 (parkoviště u prodejny GATO)	18:30–18:50

Přistavení biokontejnerů – podzim 2023

Stanoviště	Datum	Hodina
Jeremenkova x Sitteho	07. 10. 2023	9:00–12:00
Družstevní ohoz x Zdařilá	07. 10. 2023	9:00–12:00
Korandova x Havlovického	07. 10. 2023	13:00–16:00
Na Kačerově x Kačerovská	07. 10. 2023	13:00–16:00
Nad Pískovnou x Přechnodní	08. 10. 2023	9:00–12:00
Nad Nuslemi x V Luhu	08. 10. 2023	9:00–12:00
Zálesí x U lesa	08. 10. 2023	13:00–16:00
Doudova x Na Lysině	08. 10. 2023	13:00–16:00
Paprsková x V Kole	14. 10. 2023	9:00–12:00
Pekárenská x Prostřední	14. 10. 2023	9:00–12:00
Lukešova x Bohrova	14. 10. 2023	13:00–16:00
Na Zlatnici x Na Podkovce	14. 10. 2023	13:00–16:00
V Křovinách x Gončarenkova (parkoviště se separem)	15. 10. 2023	9:00–12:00
Jižní IX x Jihozápadní V	15. 10. 2023	9:00–12:00
Zapadlá x Zelený pruh	15. 10. 2023	13:00–16:00
V Hodkovičkách x Jitřní	15. 10. 2023	13:00–16:00
Jižní XVI	21. 10. 2023	9:00–12:00
U Krčské vodárny x Krčská	21. 10. 2023	9:00–12:00
Nad Koupadly x Nad Zátisím (u separu)	21. 10. 2023	13:00–16:00
Nad Obcí II (slepý konec)	21. 10. 2023	13:00–16:00
Nad Kostelem x U Šálkovny	22. 10. 2023	9:00–12:00
Kamenitá	22. 10. 2023	9:00–12:00
Zachova x Nad Svahem	22. 10. 2023	13:00–16:00
Rosečská 1736/15	22. 10. 2023	13:00–16:00
Ve Studeném x Skaláků (u separu)	29. 10. 2023	9:00–12:00
Klánova x Na Dubině	29. 10. 2023	9:00–12:00
Za Skalkou x Nad Lomem	29. 10. 2023	13:00–16:00
Vlnitá x Nad Křížkem	29. 10. 2023	13:00–16:00

Individuální kurzy počítačové technologie

PC klub pro zdravotně postižené otevře opět kurzy pro začátečníky i pokročilé. Termíny jsou od října do prosince jednou týdně a kurzy jsou určeny především pro zdravotně postižené a seniory, ale lze je využít i jako rekvalifikační. Zájemci se naučí základem OS Windows, pokročilou práci s počítačem nebo programy z balíčku MS Office. V nabídce je také výuka a obsluha tabletů a chytrých telefonů. Osoby s průkazem ZTP, ZTP/P zaplatí 400 Kč, senioři 700 Kč za celý kurz a přihlásit se lze i na zimní kurzy leden-březen 2024.

Od října také pokračují kurzy angličtiny pro začátečníky i středně pokročilé a méně pohyblivé osoby se mohou přihlásit na cvičení na židli s prvky jógy. PC klub rovněž organizuje malé výstavy pro handicapované umělce a seniory. Pokud malujete, fotíte nebo vytváříte jiné umělecké výrobky, ozvěte se na níže uvedené kontakty.

PC klub pro zdravotně postižené,

U Zeleného ptáka 1158/5

Otevírací doba: po-st 10.00–18.00 hod.,
čt-pá 10.00–14.00 hod.

Tel.: 271 913 590 nebo 607 534 184

E-mail: zelenyptak@zelenyptak.cz

Nusle - Co je pro moderní ženu důležitější – kariéra, nebo rodinný život? A může se jí vůbec podařit žít plnohodnotně, pokud obě polohy nedokáže skloubit? Odpověď na tyto otázky hledá hra režiséra a scenáristy Marka Dobeše „Sni dál“ s podtitulem Neřeš věk a žij. Premiéra divadelní hry autora filmů Kajínek, Jan Žižka nebo Choking Hazard je naplánovaná na 27. října v Divadle Bez Hranic. (red)

Krč - Dobročinný bazar v kapli Sv. Václava ve Fakultní Thomayerově nemocnici (FTN) se uskuteční 5. až 7. října. Zakoupením jakékoliv věci podpoříte aktivity Centra podpůrné péče ve FTN, které zpřijemňují pobyt pacientům. Do bazaru můžete až do 6. října i věci věnovat, přijímány jsou nepoškozené a čisté oblečení, hračky, nádobí, povlečení, obuv apod. Kontakt: romana.hrabakova@ftn.cz, tel. 261 083 268, 603 248 039. (red)

Kamýk - Podzimní a zimní bazar dětských věcí v MC Balónek je naplánován na polovinu října. Příjem zboží se uskuteční 13.-14. 10., prodejní dny budou 15. až 17. 10. Více informací na <https://www.mcbalonek.cz>. (red)

Vyhrajte knihu o Islandu

Lucie Fedurcová žila několik let na Islandu v rybářské vesnici, kde pracovala, psala a byla v úzkém, každodenním kontaktu s místními obyvateli. Nebyla turistkou, ale nebyla ani jednou z místních. Vedle osobních prožitků ze života na islandském venkově proto ve svojí knize Tma je jen další druh světla odhaluje také mentalitu běžných Islandanů, popisuje nespočetné přírodní úkazy a scenerie tohoto tajuplného ostrova.

Kniha nabízí jedinečnou možnost zjistit, jaký je život v zemi na samé hranici polárního kruhu, kde část roku slunce vůbec nezapadne, část roku ani nevyjde a jindy zase nepronikne skrze sněhovou bouři. Publikaci vydalo nakladatelství Galén.



Soutěžní otázka

Které islandské město je největší?

- Reykjavík
- Keflavík
- Kópavogur

Odpověď zašlete do 10. 10. 2023 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Tři výherci získají po knize Tma je jen další druh světla, o výhře budou informováni e-mailem.

Výherci ze zájmového čísla

(správná odpověď: c - devět):

Anna Kolečová, Jindřich Kratochvíl, Marek Šímek, Karolína Novotná a Jiří Filipek.

Gratulujeme!

Nová tramvajová trať v Praze 4: Dvorce – Budějovická – Michle

Rada hlavního města Prahy schválila zahájení projektové přípravy dvou nových tratí, jedna z nich má být v Praze 4, konkrétně na trase Dvorce – Budějovická – Michle. Ta má spolu s Dvoreckým mostem tvořit v budoucnu jižní část tramvajového okruhu.



Tramvaj v oblasti Budějovické naposledy projela v roce 1974, pak byla kvůli otevření stanice metra trať zrušena. Zdroj: www.prazsketramvaje.cz

Pro naši městskou část je to důležitá infrastrukturní stavba, nás v Praze 4 ovšem nyní čekají intenzivní jednání s dopravním podnikem o podobě nové tramvajové tratě, aby vyhověla nárokům na urbanismus 21. století a obyvatelé Prahy 4 přitom nepřišli o zeleň, parkovací místa a neobtěžoval je nadměrný hluk," uvedl radní Prahy 4 pro dopravu Jaroslav Míth (ODS).

Tramvajová trať Dvorce – Budějovická – Michle bude od současných zastávek Dvorce vedena ulicemi Jeremenkova, Olbrachtova, Vyskočilova a V Zápolí do Pekárenské ulice, překříží Ohradní ulici a bude pokračovat k odstavnému nádraží. Po jeho okraji, mimo stávající komunikace, bude dále vedena do ulice U Plynárny, kde se v křižovatce s ulicí Nad Vinným potokem napojí na dosavadní tramvajovou trať, jak ve směru z centra i do centra. Celková délka tratě je dle existujících studií 4,8 kilometru a předpokládá se na ní deset párů zastávek.

Cinkot tramvajů za osm let?

V zastávce Olbrachtova (v současnosti Na Strži) vznikne přestupní vazba na metro D a v dopravním uzlu v zastávce Budějovická přestup na linku C. Odhadované náklady na výstavbu tramvajové tratě Dvorce – Budějovická – Michle jsou cca 1,7 miliardy korun. Samotné zahájení výstavby se předpokládá na začátku roku 2029, zprovoznění pak v roce 2031. Dopravní podnik se bude snažit na stavbu zajistit spolufinancování z dostupných fondů Evropské unie nebo jiných dotačních programů.

Dopravní podnik hlavního města Prahy nejdříve vypracuje podrobnou komplexní studii a následně tento investiční záměr projde procesem EIA. Druhá trať je plánovaná pro trasu Podbaba – Troja – Bohnice. Realizací obou projektů se tramvajová síť v Praze prodlouží o zhruba 8 kilometrů. (red)

Tučňák

Měsíčník MČ Praha 4, zdarma do schránky, ročník XXXIII

• 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: Ondřej Kubín, Irena Michalcová, Patrik Opa, Jiří Bigas, Petr Kučera, Eva Kebrlová, Alžběta Rejchrtová a Věra Marušíaková • 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 • Náklad: 82 000 • Za obsah zveřejněné inzerce je zodpovědný její zadavatel

• Distribuce říjnového čísla probíhá od 2. do 5. října. Distribuce listopadového čísla je plánována od 27. 10 do 1. 11. Distribuci zajišťuje Český domov Media House s.r.o. • **Uzávěrka listopadového čísla je 11. října 2023.**

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.

KONTAKTY NA REDAKCI A INZERCÍ



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

Inzerce

CHYBÍ VÁM PROSTOR? ZÍSKEJTE VÍCE MÍSTA

USKLADNĚTE SI SVÉ VĚCI U NÁS

- různé velikosti skladovacích kójí
- flexibilní doba pronájmu
- přístup 24/7
- zabezpečení pomocí kamerových systémů a osobních přístupových kódů

Jsme blííž, než si myslíte.

LESS MESS STORAGE - PRAHA

- **Dejvice** - ul. Evropská 696/113
- **Holešovice** - ul. Argentinská 516/40
- **Pankrác** - ul. Na Křivíně 1371/1

Podívejte se na:

WWW.LESSMESS.CZ



LESS MESS
STORAGE™

SC-502180/03

Prodat nemovitost je snadné. Když víš s kým.



RE/MAX Atrium

Spolupráce s Janou, aktuálně jednou z nejuspěšnějších makléřek v Praze, je jistota toho nejlepšího možného výsledku.

Mgr. Jana Kemrová
724 772 866

Podolská 811/138
147 00 Praha 4 - Podolí
jana.kemrova@re-max.cz
www.re-max.cz/janakemrova

RE/MAX
Atrium

SC-502149/02

Dopřej si s EUROPLASMOU

Staň se dárcem krevní plazmy

800 Kč

finanční náhrada za odběr*

Slevy až
25 %



**clever
fit**



Liftea



**CITY
ZEN**



niceboy®



* více na www.europlasma.cz

EUROPLASMA

SC-502180/01

Metrem přímo do vaší kanceláře.



roztylyplaza.cz

Passerinvest