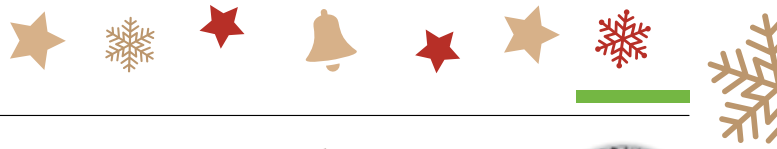


Tučňák



Měsíčník městské části Praha 4 • PROSINEC 2018

UŽIJTE SI V KLIDU
PŘEDVÁNOČNÍ ČAS



Zprávy z městské části Praha 4



MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 4

Rada MČ Praha 4 na svém zasedání 14. listopadu:

ROZHODLA

- jako zadavatel veřejné zakázky malého rozsahu pod názvem „Zajištění vánoční výzdoby na území MČ Praha 4“ o výběru nejvhodnější nabídky společnosti MK-mont illuminations, s.r.o., se sídlem Průmyslová 6, 431 51 Kláštec nad Ohří, za cenu na dobu čtyř let ve výši 2.202.200 Kč včetně DPH;
- poskytnout vybraným ředitelům základních a mateřských škol zřizovaných městskou částí Praha 4 finanční odměnu;
- opětovně zveřejnit záměr pronájmu části

pozemku parc. č. 2207/1 o výměře 227 m² z celkové výměry 10 582 m² a pronájmu stavby nezapsané v katastru nemovitostí o výměře 429,90 m², která je součástí pozemku parc. č. 2207/1, vše katastrální území Krč, Praha 4, za minimální nabídku nájemného ve výši 39 Kč/m²/měsíc bez DPH, tj. 25.619 Kč/měsíc bez DPH;

- vydat Technické správě komunikací hl. m. Prahy souhlasné stanovisko se stavbou „PHS SPOŘILOV - 5. května, č. akce 999171, Praha 4“ spočívající ve výstavbě protihlukové stěny

na pozemku parcelní číslo 5513/13 v k. ú. Záběhlce;

SCHVÁLILA

- dodatek č. 10 ke směrnici Rady městské části Praha 4 pod názvem Pravidla pro nakládání s pohledávkami městské části Praha 4 tak, že u definitivního odpisu pohledávky vyšší 100.000 Kč v jednotlivém případě se vyžaduje souhlas Zastupitelstva městské části Praha 4. (red)

Zeptali jsme se za vás

Dobrý den,
chtěl bych vás požádat o informaci, jaká je aktuální situace s rekonstrukcí Branické ulice, která byla přislíbena zástupci městské části Praha 4 již před několika lety. Uplynuly čtyři roky a není vidět žádný posun. Stav centra Braníka je opravdu žalostný, obávám se, že se situace spíše zhoršuje. Tato část naší čtvrti se stává vybydlenou zónou, obyvatelé se jí raději vyhnou a prostor stále upadá. Kromě rekonstrukce vodovodu se nic z přislíbené rekonstrukce neděje. Určitě by mnoho obyvatel Braníka uvítalo informace k budoucím plánům radnice v Braníku. Děkuji.
Robert Pavelka, Braník

Rekonstrukce Branické ulice je stavební akcí hlavního města Prahy, nikoli MČ Praha 4. Žádost o stavební povolení obdržel Stavební úřad Praha 4 v březnu 2016. V průběhu řízení byla žádost několikrát doplňována a účastníci řízení uplatnili řadu námitek. Stavební povolení vydal stavební úřad 15. 9. 2016, proti němu podali účastníci řízení v zákonem stanovené lhůtě odvolání.

V odvolacím řízení odbor dopravních agend pražského magistrátu napadené rozhodnutí zrušil a věc vrátil k novému projednání. V rámci nového projednání stavebníků (Technická správa komunikací) svoji žádost

několikrát na základě námitek účastníků řízení doplnil a po projednání bylo vydáno nové stavební povolení s datem 11. 10. 2018. Proti tomuto rozhodnutí podali účastníci řízení opět odvolání. Stavební úřad nyní zkontroluje, zda je odvolání včasné a přípustné, a pokud bude, seznámí s ním účastníky řízení a umožní jim se k němu vyjádřit.

Účastníci řízení jsou vlastníci sousedních nemovitostí a z toho, že se odvolali, je zřejmé, že s návrhem rekonstrukce místní komunikace Branická, tak jak byla navržena stavebníkem, nesouhlasí.

PŘEHLED ZASTUPITELSKÝCH KLUBŮ MČ PRAHA 4

ZASTUPITELSKÝ KLUB:	PŘEDSEDA KLUBU:	E-MAIL:
Klub ANO 2011	Ing. Radek Lacko	radek.lacko@praha4.cz
Klub ODS	Ing. Zdeněk Kovářik	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:

261 192 111 (ústředna), **800 194 237** (bezplatná informační linka), **800 131 290** (Zelená linka životního prostředí a čističky), **800 100 128** (bezplatná informační linka pro seniory).

INFORMAČNÍ CENTRA ÚŘADU MČ PRAHA 4:

nám. Hrdinů 3/1634, tel.: 241 410 806
 • Jilovská 1148/14, tel.: 261 192 694 • Hlavní 1402/141, tel.: 272 651 962 • Branická 44, tel.: 244 462 044
 • CzechPOINT Antala Staška 2059/80b, tel.: 261 192 358 •

Zprávy z Prahy

Nové záchytné parkoviště P+R

Uživatelé osobních automobilů mohou zaparkovat na nově otevřeném parkovišti P+R v prostorách Kongresového centra Praha (parkovací zóna JIH 1) v blízkosti stanice metra C Vyšehrad. Kapacita krytého parkoviště je 260 parkovacích stání a provozní doba je stanovena od 4.00 hodin do 1.00 hodin. Denní parkovné stanovil magistrát na 90 Kč a poplatek za noční stání na 210 Kč. (red)

Primátorem Prahy je Zdeněk Hřib

Zastupitelstvo hl. m. Prahy na svém ustavujícím zasedání zvolilo pražským primátorem Zdeňka Hřiba (Piráti) a zvoleni byli i ostatní členové Rady hlavního města Prahy. Náměstky primátora jsou Petr Hlaváček a Petr Hlubu-

ček (oba TOP 09, STAN a KDU-ČSL), Adam Scheinherr a Pavel Vyhnánek (oba Praha sobě). V jedenáctičlenné radě dále zasednou Jan Chabr (TOP 09, STAN a KDU-ČSL), Milena Johnová (Praha sobě), Hana Kordová Marvanová (TOP 09, STAN a KDU-ČSL), Vít Šimral (Piráti), Hana Třeštíková (Praha sobě) a Adam Záborský (Piráti). (red)

Přijedte si pro kompost

V kompostárně hlavního města Prahy ve Slivenci je aktuálně připraveno zhruba 60 tun hotového hnojiva. Pražané, kteří sem v loňském roce přiváželi rostlinný odpad, si nyní mohou přijet pro hotový kompost: 1 kilogram kompostu za každých 5 kilogramů odevzdaného odpadu. (red)

Pomozte při obnově památníku obětem první světové války z Krče

MČ Praha 4 plánuje obnovit pamětní desky na památníku krčským obětem první světové války, který stojí mezi stromy v cípu Velkého háje nad Šimsovým sanatoriem. Památník byl zbudován v roce 1931 podle návrhu akademického sochaře Bohumila Hlaváčka a odhalen se dočkal při výročí založení republiky 28. října 1931.

Do dnešních dnů se zachoval v dobrém stavu kromě bílých mramorových desek se seznamem krčských obyvatel padlých ve válce, které byly umístěny na přední a zadní straně památníku. Máte-li k dispozici dobové fotografie pomníku či seznam padlých uvedený na původních deskách, kontaktujte odbor kultury, sportu a dotační politiky, telefon 261 192 479. Děkuje. (red)

Vážení čtenáři, vážení občané,

naše městská část má nové zastupitelstvo vzešlé z říjnových komunálních voleb a radu, kterou toto zastupitelstvo na svém prvním ustavujícím zasedání 16. listopadu 2018 zvolilo. Koalici tvoří tři volební strany Piráti a nezávislí, Praha 4 sobě - Zelení a nezávislí a Společně pro Prahu 4 (STAN/KDU-ČSL). O tom, jakou agendu mají jednotliví členové rady na starost, jaké má současná koalice priority a jak chce Prahu 4 spravovat, si můžete přečíst v tomto vydání Tučňáka.

Praha 4 patří k městským částem s nejvyšším věkovým průměrem svých obyvatel. Je to způsobeno tím, že mladí lidé, kteří se od padesátých let stěhovali na nově vznikající sídliště, dosáhli seniorského věku, ale současně to svědčí o tom, že se lidem v Praze 4 líbí a nechtějí se na stará kolena stěhovat jinam. Naším seniorům nabízíme řadu služeb od pobytové odlehčovací služby přes služby denního stacionáře až po pečovatelskou službu a nezapomínáme ani na nabídku sportovních činností a kulturních a vzdělávacích aktivit, které je mají udržet v dobré kondici, pohodě a co nejvíce v kolektivech lidí, s nimiž si rozumějí. Nabídce služeb pro aktivní stáří se tentokrát věnuje rubrika Téma.

Vážení spoluobčané, konec roku je obvykle příležitostí k bilancování. Bilancovat může také městská část. V tomto roce jsme dokončili obnovu přírodního koupaliště na Lhotce, které v letošní vlně veder poskytlo vítané osvěžení

tisícičkám návštěvníků. Příjemné osvěžení nabídl také nové vodní prvky v parku Na Pančákách. Velké úsilí jsme věnovali řešení problémů s těžkou nákladní dopravou v okolí Spořilovské spojky. Výsledkem je příprava těžkého zakrytí této nadměrně zatížené komunikace, která i s pomocí veřejnosti dospěla do fáze připraveného projektu. Jsem rád, že se dobré řešení podařilo prosadit, a děkuji všem, kteří přispěli k tomu, že se nepříznivou situaci na Spořilově daří řešit.

S veřejností jsme projednali také obnovu dalších lokalit v Praze 4. Jde o revitalizaci současných parků, v nejbližší době to bude například park V Zápoli a areál Michelské vodárny, místní plácek v Jihlavské ulici a prostranství před základní školou Filosofská. Na Kačerově bychom rádi vybudovali Park OSN v místech, kde Jazzová sekce v osmdesátých letech vysadila lípu a umístila pamětní desku jako připomínku založení Organizace spojených národů.

Vážení čtenáři, vstupujeme do období předvánočního shonu. Víím, že chcete vše stihnout a nakoupit pro své blízké vysněné dárky, aby ty letošní Vánoce byly opravdu šťastné a veselé. Přesto bych vám rád popřál aspoň několik klidných zastavení v předvánočním shonu, například při komunitním zdobení vánočních stromků, akci, kterou letos spolu s vámi pořádáme už počtvrté. Díky této nové tradici je vánoční atmosféra v Praze 4 více naším společným dílem. O dalších vánočních a novoročních akcích v naší městské části se dočtete na následujících stránkách.



Petr Štěpánek,
starosta městské části Praha 4

Přeji vám v těchto dnech co nejvíce klidu a odpočinku, hodně zdraví a hodně hezkých zážitků v kruhu svých blízkých. Užijte si předvánoční čas i vánoční pohodu a vstupte úspěšně a v dobré náladě do příštího roku. Nad stránkami Tučňáka se znovu sejdem v lednu 2019.

Nepřehlédněte

DEJME DĚTEM DÁREK K JEŽÍŠKU
aneb **Strom splněných přání**

Přijďte s námi **VÁNOČNÍ PŘÁNÍ DĚTEM** z dětských domovů v celé ČR!

od **11.11.** do **12.12.**

V nákupním centru **Novodvorská Plaza** od 19.11. do 16.12.

Děkujeme, že nám pomáháte dělat dětem radost!

Přání dětí naleznete na **WWW.stromsplnenychprani.cz**

deje dětem šanci
SeSrdcem.cz
PX
PRAGUE STOCK EXCHANGE
BURZA CENNÝCH PAPIRŮ PRAHA
NOVODVORSKÁ PLAZA

Novoroční koncert
na **Nuselské radnici**
Táborská 500/30, Praha 4

EMAUZSKÝ SBOR A ORCHESTR

10. ledna 2019, 17 hod.

Umělecký vedoucí a dirigent – **Tomáš Čechal**

Vstupenky na jednotlivé koncerty v ceně 50,- Kč v prodeji od 3. prosince 2018 na pobočce Czechpoint v budově úřadu MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, 140 46 Praha 4.

KONCERTY na Nuselské radnici



Pomáháme našim seniorům



V rámci projektu Mezi námi navštěvují pravidelně děti z MŠ Na Zvoničce naše seniory. Foto: ÚSS 4

Ústav sociálních služeb v Praze 4 (ÚSS 4) se kromě poskytování pečovatelské služby v šesti okrscích Prahy 4, pobytové odlehčovací služby a služby denního stacionáře rovněž věnuje sociálně aktivizačním činnostem směřovaným na naše seniory. I když odborníci významově odlišují pojmy samota a osamělost, většinou se shodnou na stejném závěru – pokud člověk kolem sebe nemá dlouhodobě spřízněnou duši, které by

si mohl postěžovat či si s ní jen tak nezávazně poklábosit, uzavírá se postupně před světem a může se propadat i do depresí. Ty se pak často stávají spouštěčem dalších onemocnění.

„Je proto naším velkým cílem a výzvou, abychom našim nejen osamělým seniorům nabídli takové aktivity, díky kterým budou mít chuť přijít mezi nás,“ říká nová vedoucí sociálních služeb ÚSS 4 Linda Obrtelová a dodává: „Je dlouhodobě potvrzeno, že společenský život

je i ve vyšším věku velice žádoucí a zdravý prospěšný. Na našich akcích se proto lidé setkávají, vyměňují si zkušenosti, pomáhají si vzájemně a také se seznamují se službami, které ÚSS 4 nabízí.“ Pojďme si některé z nich připomenout.



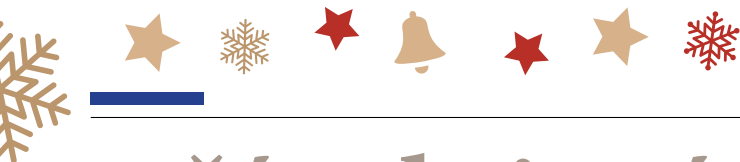
ÚSTAV SOCIÁLNÍCH SLUŽEB
V PRAZE 4

Kluby seniorů mají pestrý program

V městské části Praha 4 působí pod křídly ÚSS 4 celkem 10 seniorských klubů, rozmístěných po celé Praze 4. Na jejich chod dohlíží vedoucí klubů Radka Nováková, ale jednotlivé kluby mají vlastní vedoucí, kteří většinou také určují jejich program. „Kluby mají různá zaměření – od úzce specializovaných, například malířského, přes kroužek paličkování, numismatiků, francouzštiny, cvičení paměti, šachistů, hudební až jen čistě po společenské posezení u kávy či čaje... V jejich rámci se pořádají výlety, komentované procházky po Praze a další různé akce a přednášky. Tyto akce jsou seniorům z Prahy otevřené. Například v Braníku a v Podolí probíhají nově seniorská cvičení,“ říká Linda Obrtelová a pokračuje: „Celý klub záleží na lidech, kteří do něj chodí, ale především na jednotlivých vedoucích, kteří do klubové činnosti vkládají svůj volný čas a energii. Těm bych za tuto záslužnou činnost ráda poděkovala.“ Pokud chcete klub navštěvovat či s ním spolupracovat, kontaktujte Radku Novákovou, která vám ráda sdělí veškeré informace o jednotlivých klubech a jejich činnosti. A pozor, kluby většinou nejsou věkově limitovány!

Seznam klubů seniorů

Klub seniorů - Podolská 31/208, Praha 4-Podolí,
Klub seniorů - Branická 43/55, Praha 4-Braník,
Klub seniorů - Roztylské nám. 2772,
Praha 4-Záběhlice,
Klub seniorů - Bělčická ul., Praha 4-Záběhlice,
Klub seniorů - Svatoslavova 27/227,
Praha 4-Nusle,
Klub seniorů - Marie Cibulkové 4/626,
Praha 4-Nusle,
Klub seniorů - Na Úlehli 3/1274, Praha 4-Michle:
Klub seniorů - Golčova 24, Kunratice,
Klub seniorů - Jílovská 11/432, Praha 4-Braník,
Klub seniorů - Vikova 4/1223, Praha 4-Krč



prožít aktivní stáří



Stacionář uleví pečovatелům

V denním stacionáři v Braníku, který nabízí až osm míst, je poskytována ambulantní služba osobám, které mají sníženou soběstačnost například z důvodu věku nebo zdravotního postižení a jejich situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Zařízení je v provozu v pracovní dny od 7.00 do 15.30 hod. a je zde zajištěna celodenní pomoc například s úkony osobní hygieny, poskytována strava, ale jsou tu organizovány i aktivity na vyplnění volného času uživatelů. V případě potřeby lze využít dovoz a odvoz uživatele z domova do zařízení a zpět automobilem ÚSS 4 za úhradu jako fakultativní službu. Ve stacionáři je rovněž půjčovna kompenzačních pomůcek.

Užitečné kontakty

Ústav sociálních služeb v Praze 4, příspěv. org.
Podolská 208/31, 147 00 Praha 4, www.uss4.cz
Vedoucí sociálních služeb Linda Obrtelová, tel. 296 320 300, e-mail: linda.obrtelova@uss4.cz
Vedoucí klubů seniorů Radka Nováková, tel. 296 320 370, 606 354 133, e-mail: radka.novakova@uss4.cz
Denní stacionář Braník: Pavla Bárová, tel. 605 241 550
Půjčovna kompenzačních pomůcek: Tereza Kazan, tel. 773 791 419
Odlehčovací centrum Jílovská - příjem žádostí: tel. 296 320 382, 773 791 423
Centrum neformální péče: Iva Mikšů, tel. 770 119 775.

Zapojit se mohou všichni

Blíží se Vánoce, a proto je nyní aktuální projekt Českého rozhlasu „Ježíškova vnučata“. Ten propojuje osamocené lidi, kteří využívají sociální služby například v seniorských domovech nebo právě v domech s pečovatelskou službou, se zbytkem společnosti a lidé plní babičkám a dědečkům vánoční přání. „Jsme součástí této velké vánoční radosti, jelikož i v našem ÚSS 4 bohužel žijí osamělí senioři. Buď mají rodiny dlouhodobě v zahraničí, nebo neměli děti či jim zemřel životní partner. Velice mile nás překvapilo, že všechna přání našich seniorů, zveřejněná na webu jeziskovavnučata.cz, byla během pár minut rozebrána. Navíc se nám ozvali další lidé z Prahy 4, kteří by se rádi a dlouhodoběji zapojili do našich aktivit,“ říká potěšeně Linda Obrtelová a obratem dodává, že do společenské činnosti ÚSS 4 se může zapojit skutečně každý. „Například v Domě s pečovatelskou službou Marie Cibulkové se začali scházet senioři nejen z domu, ale i z blízkého okolí a každé úterý si při kávě povídají, tvoří a teď v čase vánočním například pečou perníky, připravují výzdobu, adventní věnce a přání. Věk nehraje roli, společenských akcí se mohou zúčastnit také mladší lidé,“ uzavírá.

**Služby,
které skutečně
pomáhají!**
www.uss4.cz

3 OTÁZKY PRO



Jak vnímáte stárnutí populace?

Je to, bohužel, stále opomíjené téma. Je však skutečně důležité uvědomit si, jaké dopady má a bude mít stárnutí na naši společnost jako na celek, ale i na každého z nás. Prodlužující se délka života je pro společnost výborným signálem. Nicméně společnost se musí na tuto zásadní demografickou změnu připravit. U nás jsou tyto přípravy, bohužel, stále na začátku. Stejně jako ve většině vyspělého světa i u nás se zvyšuje podíl starších lidí. V současné době je téměř každý pátý občan starší 65 let, v roce 2030 to už ale bude každý čtvrtý a v roce 2050, i když se nám to zdá být za velmi dlouhou dobu, to bude každý třetí občan. Znamená to, že budeme mít celkem tři a půl milionu obyvatel starších 65 let. A každý desátý občan bude starší pětadesát let. Je

tedy klíčové, aby co nejvíce z nás přijalo svůj díl zodpovědnosti a stali jsme se aktivnějšími.

V čem chybí mladší generace během komunikace či kontaktu se staršími lidmi?

Myslím, že hlavním problémem je generalizace starších lidí, určitá kliše. Každý z nás je jedinečný jak z hlediska vnitřního naladění, tak i potřeb. Není možné pro všechny seniory vytvořit stejné podmínky, „zaškatulkovat“ je. Je třeba se seniorů ptát, jak by si představovali trávení svého času, nenutit je do společnosti, do určitých aktivit, neplánovat jim život. To, co se nám může zdát jako skvělá a užitečná aktivita, nemusí být zrovna to pravé. Stejně tak je na druhou stranu problémem izolace, pokud je společnost či rodina odsune na vedlejší kolej a zajistí jim jen základní potřeby. Domnívám se, že senior by měl být partnerem v dialogu o vlastním životě. Vhodná motivace, nenásilná nabídka ko nejpestřejších aktivit, podpora při uskutečňování plánů - právě to může pomoci seniorovi zůstat aktivním co nejdéle. Není tak

LINDU OBRTELOVOU,
vedoucí sociálních služeb ÚSS 4

jen pasivním příjemcem „zábavy“, kterou někdo zorganizuje. Právě toto aktivní rozhodování podporuje pocit soběstačnosti, nezávislosti a vlastní hodnoty. Nejdůležitější je tedy otevřená a rovnocenná komunikace.

Je důležité být v seniorském věku aktivní?

Aktivity bezesporu činí náš život zajímavějším a udržují nás v lepší psychické a zdravotní kondici. Každý si však pod tím může představit něco jiného - od čtení knížky po horskou turistiku nebo objevování cizích krajů. I když seniorský věk přináší řadu omezení (zdravotní, finanční apod.), přesto v současnosti mnoho seniorů využívá důchodového věku k realizaci aktivit, na které dříve z různých důvodů nedošlo. Věřím, že novým fenoménem, tak jako je to v zahraničí, se může stát dobrovolnictví seniorů. Pokud si však senior z jakéhokoli důvodu nemůže nějakou svou aktivitu zajistit, je pak na rodině, blízkých nebo pečovateli ho podpořit, pomoci mu nebo jej vhodně motivovat. A to je mimo péče další z klíčových činností Ústavu sociálních služeb Praha 4.



Krátce

Úřad městské části Praha 4 bude po Vánocích uzavřen

Upozorňujeme veřejnost, že ve dnech 27. prosince - 28. prosince a dále 31. prosince bude z provozních důvodů uzavřen Úřad městské části Praha 4. Fungovat v těchto dnech nebudou ani informační centra. (red)

Čtyřlístek pomáhá dětem v nemocnici

Kdo by neznal Čtyřlístek a jeho hrdiny - Fifinku, Piňdu, Bobíka a Myšpulína. Již od roku 1969 dělá radost malým i větším čtenářům a podle průzkumu je Čtyřlístek dokonce nejoblíbenějším komiksem v České republice. Jeho autor Jaroslav Němeček, čestný občan Prahy 4, se rozhodl dodávat bezplatně časopis do Thomayerovy nemocnice, aby dětem zpříjemnil pobyt a ony se mohly alespoň na pár chvil přenést do pohádkové vesnice Třeskoprsy. Se slavným Čtyřlístkem se mohou obyvatelé Prahy 4 setkat i na stránkách kalendáře, který na příští rok připravuje městská část. (red)

Vánoční strom pro děti stojí v Nuslích

V neděli 2. prosince byl v parku u Nuselské radnice rozsvícen vánoční strom pro děti z dětského domova. Na stromě si můžete „utrhnout“ místo ozdoby zabalená dětská přání dětí. Nejsou nijak finančně náročná, je možné je zakoupit a zabalený dárek (třeba i s krátkým pozdravem) náležitě označený jménem dítěte odevzdat v Metropolitní odborné umělecké škole, Tábořská 32. (red)

Běžecská škola Prahy 4 pokračuje i v zimě

Běhá se každý čtvrtek od 18.00 hodin a sraz běžců je po celou zimu až do 28. března 2019 ve Žlutých lázních. Bezplatná běžecská škola je určena pro každého, kdo chce začít s běháním, chce zhubnout, posílit svoji kondici nebo se vyrovnat se stresem či si jen při běhání vyčistit hlavu. Cílem tohoto projektu městské části Praha 4 je sdružit všechny příznivce běhání a umožnit jim podle jejich výkonnosti společný a tělu zdravý pohyb v tréninkových skupinách. Pro přátele běhání, kteří si nechtějí zdravý pohyb odříct ani po náročném silvestru, je naplánován na 1. ledna 2019 od 12.00 hodin opět ve Žlutých lázních novoroční výběh. (red)

MČ Praha 4 zve na adventní koncert školního pěveckého sboru Planina

Pěvecký sbor Planina, řízený sbormistrem Ondřejem Žákem, se poprvé představí veřejnosti ve středu 12. prosince od 16.30 hodin ve velkém sále Nuselské radnice na svém předvánočním koncertě. Sbor byl založen v roce 2004 a jeho zpěváci, žáci a žákyně základní školy Na Planině, zazpívají všem posluchačům české i zahraniční písně, veselé i vážné, které dokážou navodit pravou adventní atmosféru. Pokud si v hektické předvánoční době najdete čas, přijďte si poslechnout Planinu do krásného prostředí historické Nuselské radnice. (red)

Místo staré pankrácké tržnice bude nová prodejna Globusu



Přilehlý parčík projde revitalizací a bude doplněn o některé volnočasové prvky.

Nezbytná budova čp. 1600 v ulici Na Pankráci, známá jako pankrácká tržnice, se po rekonstrukci změní na nový moderní funkční celek s restaurací, kavárnou, prodejnou, řeznictvím a pultovým prodejem firmy Globus. Společnost Globus zvolila pro tuto prodejnu zcela nový koncept, jehož cílem je vytvořit místo ke společenskému setkávání. Nová prodejna je plánována hlavně pro místní obyvatele, takže nepřinese další dopravní zatížení.

„Aktivitu společnosti Globus vítáme. Na rohu ulic Na Pankráci a Hvězdova je málo využívaný parčík a jeho doplnění o nové

mlatové cestičky, lavičky s wi-fi připojením, pítka a místem na grilování umožní nejenom místním obyvatelům příjemně strávit třeba letní odpoledne,“ uvedl starosta Petr Štěpánek (Praha 4 sobě).

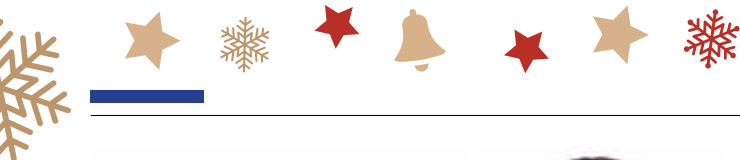
Parčík projde po dohodě s městskou částí Praha 4 revitalizací. Centrální prostor parku zůstane otevřený s travnatou plochou. Jeho okrajové části budou doplněny o výsadbu, která prostor pohledově odcloní. Využití okolního prostoru pro relaxaci ve stínu stromů a úprava parčíku zohledňují terénní uspořádání a logicky propojí stěžejní komunikační body tohoto místa. (red)

Integrace cizinců pokračovala v Praze 4 i v letošním roce

Praha 4 jako městská část s největším počtem cizinců pokračovala i letos již čtvrtým rokem v realizaci projektů zaměřených na integraci cizinců legálně žijících v Praze 4. Projekt Žijeme na čtyřech společně 2018, na který MČ Praha 4 dostala dotaci Ministerstva vnitra ČR v rámci programu projektů obcí na integraci cizinců, opět významně podpořil především základní a mateřské školy v naší městské části.

Díky tomuto projektu tak letos již na 20 školách probíhaly aktivity zahrnující doučování češtiny pro děti s problémy s ovládnutím českého jazyka, poznávací výlety k seznámení s českou kulturou či projektové dny škol zaměřené naopak na seznámení žáků s kulturami cizích zemí. Školy mohly díky projektu financovat i nákup učebních pomůcek, další vzdělávání učitelů a učitelek či služby asistentů pedagoga, což je v situaci, kdy počet dětí z ciziny ve školních lavicích soustavně narůstá, velmi významná úleva pro vedení škol, pedagogy i samotné děti.

Vešle podpory škol se projekt zaměřil ve spolupráci s organizací Centrum pro integraci cizinců i na vzdělávání dospělých (čeština a sociokulturní orientace) a v jeho rámci proběhnul v pankráckém parku také čtvrtý ročník festivalu Kaleidoskop. (red)



Petr Štěpánek, starosta

Lukáš Zicha,
místostarostaIva Kotvová,
místostarostkaTibor Vansa,
místostarostaPetra Rejchrtová,
radníJan Hora,
radníMatej Šandor,
radníJosef Svoboda,
radníOndřej Růžička,
radní

Městská část Praha 4 má novou radu

Ustanovující zasedání Zastupitelstva MČ Praha 4 zvolilo za starostu, podruhé za sebou, Petra Štěpánka (Praha 4 sobě). Místostarosty se stali Tibor Vansa (Piráti), jehož agendou je doprava, životní prostředí a místní Agenda 21; Lukáš Zicha (Společně pro Prahu 4) – kultura, majetek a podpora podnikání; a Iva Kotvová (Praha 4 sobě) – školství, rodinná politika a evropské fondy.

V Radě MČ Praha 4 dále zasednou: Jan Hora – otevřená radnice a IT, Matej Šandor – investice a městské společnosti, Petra Rejchrtová – územní rozvoj a výstavba (všichni Piráti), Josef Svoboda – sociální a zdravotní politika, a Ondřej Růžička – životní prostředí a správa veřejných prostranství (oba Společně pro Prahu 4). Všechny tři volební strany – Piráti a nezávislí, Praha 4 sobě – Zelení a nezávislí a Společně pro Prahu 4 (STAN/KDU-ČSL) – podepsaly koaliční smlouvu, ve které si stanovily programové závazky na aktuální čtyřleté období.

• Transparentní radnice a moderní služby

Nová koalice bude pokračovat v přímých přenosech zasedání zastupitelstva prostřednictvím internetu a zajistí, aby záznam z jednání byl dostupný veřejnosti. Zavede rozklikávací rozpočet městské části. Bude zveřejňovat proces řešení občanských podnětů. Zavede možnost objednat se na Úřad MČ Praha 4 na konkrétní časové rozpětí. Umožní občanům hodnotit služby úřadu on-line. Všechna jednání komisí a výborů budou přístupná veřejnosti.

• Transparentní veřejné zakázky a výběrová řízení

Koalice zvýší podíl zakázek uzavíraných pomocí veřejných výběrových řízení. Veřejné zakázky se budou přidělovat pouze společností, u kterých bude znám jejich konečný majitel. Veřejné zakázky budou zveřejňovány transparentně a v dostatečném časovém předstihu. Výběrová řízení na pozice ředitelů příspěvkových organizací městské části budou organizována jako otevřená.

• Digitalizace a participace

Zmodernizuje stávající elektronickou úřední desku. Zřídí portál otevřených dat, na kterém budou zveřejňovány veškeré faktury a smlouvy. Spustí pilotní program participativního rozpočtování ve výši 5 milionů korun.

• Finance a městské společnosti

Koalice zrealizuje prodej společnosti 4-Energetická v novém otevřeném výběrovém řízení. Zachová systém víceletých grantů.

• Územní rozvoj

Bude vyžadovat důsledné vypořádání již podaných připomínek městské části k Metropolitnímu plánu. Zahájí zpracování podrobných regulačních plánů nebo územních studií z hlediska zeleně. Bude usilovat o plnou opravu terasy nad stanicí metra Budějovická.

Podpoří výstavbu jediného mostu přes Vltavu na území Prahy 4, který nebude určen pro automobilovou dopravu.

Zvýší bezpečnost v Praze 4, zejména v okolí mateřských a základních škol.

• Doprava a životní prostředí

Rozšíří parkovací zóny v nejvíce krizových lokalitách.

Podpoří stavbu metra D.

Zajistí pravidelná měření emisí na kritických místech Prahy 4.

Nepodpoří zvyšování kapacity Vídeňské ulice pro automobilovou dopravu.

Zadá studii, jak zlepšit prostředí klíčové křižovatky Podolská-Sinkulova v Podolí.

• Školství, kultura a sport

Koalice bude pořádat otevřená konkurzní řízení na funkce ředitelů ZŠ a MŠ.

Bude dále rozvíjet dětská hřiště a sportoviště na území městské části.

Bude podporovat sezónní kulturní aktivity pod širým nebem a podporovat a spolupracovat se skautskými oddíly.

• Bydlení, sociální služby a bezpečnost

Nepodpoří vznik žádné herny.

Zajistí více strážníků v problémových oblastech. Byty městské části až na případy dokončení privatizace nebude dále prodávat.

Bude spolupracovat s Poradnou při finanční tísní. Podpoří bezbariérová opatření.

Podpoří zajištění terénní sociální péče určené lidem v domácím prostředí.



Vánoční a novoroční boh

Rybovka zazní i z originálních not

Symfonický orchestr Dalibora Havlíčka provede 20. prosince od 19.00 hod. v KC Novodvorská Českou mši vánoční J. J. Ryby, a to asi se 40 sborovými zpěváky a sólisty. Na velký vánoční koncert zve dirigent Dalibor Havlíček.

Proč by si lidé neměli nechat ujít tento koncert?

Česká mše vánoční se hraje už 222 let. Toto tradiční dílo se už krátce po svém vzniku stalo symbolem českých Vánoc, který si o adventu nikdo nesmí nechat ujít. Na našem koncertě budeme hrát podle not vycházejících z velmi starého dobového opisu, který dokonce prošel rukama i samotného Jakuba Jana Ryby. Budeme se však

držet i tradiční české interpretace, kterou diváci znají. S naším orchestrem vystoupí dokonce tři pěvecké sbory najednou. Vše je už dlouhou dobu velmi precizně a svědomitě připravováno. Dáváme si záležet na každé hudební frázi, taktu i notě, abychom měli pro diváky Prahy 4 připravený dokonalý hudební vánoční zážitek.

Je v programu i nějaké překvapení?

Několik překvapení pro diváky samozřejmě máme. Mohu jen prozradit, že by na koncertě měly zaznít i dvě koledy - jedna na úvod a jedna na konci. Které to ale budou, to se dozví diváci až na koncertě. Máme dále ke koncertu připravený hezký tištěný program, ve kterém si

diváci budou moci přečíst o Janu Jakubu Rybovi a jeho České mši vánoční mnoho zajímavostí. V neposlední řadě v něm přichází najdou i text ke zmíněným koledám, a když budou mít chuť, mohou si je s námi zazpívat.

Jaký je váš vztah k Praze 4 nebo alespoň ke KC Novodvorská?

V Praze 4 jsem vyrůstal. Hned vedle kulturního centra se nachází základní škola Jílovská, kam jsem chodil do školy a kde jsem jako dítě první přišel s hudbou do styku. Kulturní centrum Novodvorská je pro mne vlastně taková srdeční záležitost. Proběhl zde totiž úplně první koncert našeho orchestru. (md)



V KC Novodvorská zazní Česká mše vánoční J. J. Ryby. Foto: archiv DH

Akce v kaple sv. Václava Thomayerovy nemocnice

V neděli 9. 12. v 15.00 hod. vánoční divadlo „Jak děti hledaly Mesiáše“. Hrají a zpívají děti a mladší z Církve československé husitské a ze základních škol v Praze 4, Krči a Braníku. Společný zpěv koled. Vstup volný.

Ve středu 12. 12. v 18.00 hod. J. J. Ryba: Česká mše vánoční v podání Modřanského chrámového sboru, Emauzského sboru a orchestru a jejich sólistů. Vstup volný.

Ve čtvrtek 13. 12. v 16.00 hod. Adventní koncert pedagogů a žáků ZUŠ Křtinská Jižní Město. Vstup volný.

V pondělí 17. 12. v 18.30 hod. tradiční předvánoční koncert ženského pěveckého sboru NA-SHIRA pod vedením Evy Máchové. Vstup volný. Ve čtvrtek 20. 12. v 16.00 hod. „Předvánoční ztišení“ – prostor pro zamyšlení, zpěv, modlitbu, poslech hudby a žalmů, milé společnosti při svících adventního věnce. Setkání bez rozdílu vyznání.

Vánoční akce TJ Sokol Spořilov

So 8. 12. 15.00 hod. Mikulášská besídka pro děti s nadílkou. Součástí programu je i vánoční výtvarná dílna. Lístky je nutné zakoupit předem. So 8. 12. 20.00 Mikulášská zábava pro dospělé. Hraje živá kapela.

So 15. 12. 10.00 hod. Vánoční příběh – poetické loutkové divadelní představení plné koled. Ve spolupráci s divadlem KAKÁ.

Po 17. 12. 17.00 hod. Adventní světýlka. Vánočnímu stroměčku scházejí světýlka. Kdo ho pomůže andělíčkům rozsvítit? Vydejte se pro vánoční světlo a na své cestě rozsvíte zimní spořilovské uličky svými lampiony. Přijďte se vánočně naladit a také ochutnat něco vánočních dobrot a voňavý horký ovocný punč. Sraz je před sokolovnou.

Všechny akce se uskuteční na adrese Severozápadní VI. 1668. Lístky na akce lze zakoupit každé pondělí od 16.00 do 18.00 hodin v sokolovně.

Vánoční výstavy betlémů v Praze

24. 11. - 2. 1. Betlémská kaple.

1. 12. - 2. 1. Ambity kostela P. Marie Sněžné - Jungmannovo náměstí.

7. 12. - 6. 1. Senát, Valdštejnské náměstí.

1. 12. - 2. 1. Botanická zahrada Na Slupi.

Betlémy v Třešti a Telči - zájezd 29. 12., informace na tel.: 727 932 233. Akci pořádá Spolek českých betlémářů.





Bohoslužby a akce v Praze 4

BB Centrum zve na koncert

V úterý 11. 12. (18.00–19.30 hod.) jsou všichni srdečně zváni do Společenského centra Bethany na Hvězdný vánoční koncert, který začne v 18.00 hod. a vystoupí na něm umělci zvučných jmen Vratislav Kříž (baryton), Yukiko Kinjo (soprán), Kateřina Englichová (harfa), Jitka Hosprová (viola) a Lenka Navrátilová (klavír). Na akci je vstup volný.

Církev československá husitská, Dolnokrčská 1, Krč

Ne 9. 12. od 15.00 hod. - vánoční divadlo s koledami „Jak děti hledaly Mesiáše“ (ekumenická kaple Thomayerovy nemocnice)
Po 24. 12. od 23.00 hod. Půlnoční s koledami
Út 25. 12. od 10.00 hod. bohoslužba na Hod boží vánoční
Ne 30. 12. od 9.15 hod. děkovná bohoslužba v závěru roku
Ne 6. 1. od 9.15 hod. bohoslužba na Tři krále s losováním biblických veršů

Církev československá husitská, Sbor Alberta Schweitzera, U Michelského mlýna 124/27, Michle

Ne 9. 12. 10.00 hod. Program pro děti s vyráběním vánočních dárků z korálků, knoflíků, od 12.00 hod. společné (komunitní) zdobení stromku
Ne 16. 12. 16.00 hod. Zpívání koled
So 22. 12. 18.00 hod. J. J. Ryba: Česká mše vánoční
Ne 23. 12. 10.00 hod. mše
Po 24. 12. 24.00 hod. půlnoční pobožnost
Út 25. 12. 10.00 hod. mše
Ne 30. 12. 10.00 hod. mše
Ne 6. 1. 2019 10.00 hod. mše

Římskokatolická farnost u kostela Panny Marie Královny míru, Ve Lhotce 36

Každou adventní sobotu

7.00 hod. rorátní mše svatá,
mše svatá v 17.00 hod. zůstává

Setkání rodičů zemřelých dětí – sdružení Dlouhá cesta

Ne 9. 12. 15.00 hod. Program sdružení Dlouhá cesta; 17.15 hod. Koncert sdružení Dlouhá cesta; 18.30 hod. Mše svatá za zemřelé děti a jejich rodiče
Předvánoční koncert MČ Praha 4 pro seniory
Út 11. 12. 14.00 hod.

Předvánoční koncert PORGu

St 12. 12. 18.00–19.00 hod.

Rybova Česká mše vánoční v OC Plaza – provede Chrámový sbor

So 15. 12. 16.00 hod.

Koncert ZŠ Písnice

Po 17. 12. 17.00 hod.

Koncert sboru Dulcia Carmina

So 22. 12. 14.30 hod.

Pondělí 24. 12. Štědrý den - 9.00 hod. Mše sva-

Římskokatolická farnost u kostela sv. Prokopa, Školní, Braník

So 8. 12. 9.00 až 12.00 hod. adventní rekolekce (duchovní cvičení) včetně mše sv. a příležitosti k přijetí svátosti smíření.
Ne 23. 12. 10.30 hod. adventní mše sv. (4. neděle adventní), 16.00 hod. Živý betlém (vánoční příběh s hudeb. doprovodem)
Po 24. 12. Štědrý den: 16.00 hod. mše sv. nejen pro děti a seniory, 24.00 hod. půlnoční mše sv.
Út 25. 12. Slavnost Narození Páně (Boží hod vánoční): 10.30 hod. mše sv., 14.30–16.30 hod. s možností návštěvy kostela (jesličky)
St 26. 12. 10.30 hod. mše sv. Svátek sv. Štěpána
Čt 27. 12. 18.00 hod. mše sv. Svátek sv. Jana, apoštola a evangelisty
Ne 30. 12. 10.30 hod. mše sv. Svátek Svaté rodiny (možnost obnovení manželských slibů)
Po 31. 12. 18.00 hod. mše sv. Sv. Silvestra, papeže, s poděkováním a prosbou o Boží pomoc do nového roku
Út 1. 1. Nový rok: 10.30 hod. mše sv. Slavnost Matky Boží Panny Marie



Českobratrská církev evangelická, Modřanská 1821/ 118, Braník

Mše

Po 24. 12. Štědrý den: 16.00 hod.

Út 25. 12. Boží hod: 9.30 hod.

Po 31. 12. Silvestr: 16.00 hod. Po bohoslužbách následuje přátelské setkání s volným programem: kytary, ukulele, rozhovory, společenské hry, pohoštění i menší ohňostroj.

Po 1. 1. Nový rok: 9.30 hod.

Předvánoční oddechnutí

Malí i velcí herci ochotnického souboru při evangelickém kostele v Braníku srdečně zvou na tradiční vánoční představení. Letošní název „Tak trochu jiný král Artuš aneb hra o hledání grálu“ napovídá, že půjde o děj plný pátrání, objevů i zmoudření. Napínavý příběh doprovázený písničkami a orchestrem můžete vidět v neděli 23. 12. od 14.00 a od 16.00 hodin. Vstupné dobrovolné, kontakt: sbor Českobratrské církve evangelické, Modřanská 1821/118, Braník, zastávka MHD Přístaviště.

Římskokatolická farnost u kostela sv. Michaela archanděla, Pod Vyšehradem, Podolí

Ne 23. 12. čtvrtá adventní neděle: 9.00 h. mše sv.
Po 24. 12. Štědrý den: 22.00 hod. půlnoční mše sv.
Út 25. 12. Slavnost Narození Páně (Boží hod vánoční): 9.00 hod. mše sv.
St 26. 12. 9.00 h. mše sv. Svátek sv. Štěpána
Pá 28. 12. 15.00 hod. mše sv. Svátek svatých Mládětek, mučedníků
Ne 30. 12. 9.00 hod. mše sv. Svátek Svaté rodiny (možnost obnovení manželských slibů)
Út 1. 1. Nový rok: 9.00 h. mše sv. Slavnost Matky Boží Panny Marie

Sobota 5. 1. Vigilie slavnosti Zjevení Páně

17.00 hod. Mše svatá s žehnáním vody, kadidla a křídý

Neděle 6. 1. Slavnost Zjevení Páně

8.00, 10.00 a 18.30 hod. Mše svatá s žehnáním vody, kadidla a křídý

Možnost návštěvy betlémů:

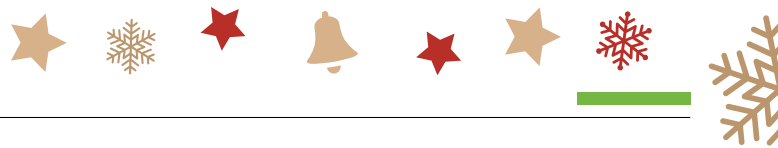
sobota 22. 12. a neděle 23. 12. (od neděle venkovní betlém i s živými ovečkami) od 13.00 do 17.00 hod., v neděli do 18.00 hod.

pondělí 24. 12. (venkovní betlém i s živými ovečkami) od 10.00 do 15.00 hod.

úterý 25. 12. až středa 2. 1. (do 26. 12. vč. venkovní betlém i s živými ovečkami) od 13.00 do 18.00 hod. (sobota 29. 12. do 17.00 hod.)

sobota 5. 1. a neděle 6. 1. od 13.00 do 17.00 hod., v neděli do 18.00 hod., ostatní dny po celý leden vždy hodinu přede mší svatou.

Info na www.lhoteckafarnost.cz.



Výsledky umělecké soutěže

V září vyhlásila MČ Praha 4 v rámci podpory mezigeneračního soužití již 5. ročník výtvarné a literární soutěže pro žáky mateřských (MŠ) a základních škol (ZŠ) nacházejících se v MČ Praha 4. V letošním roce bylo pro výtvarnou část vybráno téma: „Co dělá/umí moje máma / můj táta“. Pro literární část pak tématy: „Jsem součástí naší rodiny“ a „Dopis člověku, kterého mám rád/a“. Do literární části soutěže bylo zasláno 116 prací z 10 ZŠ, do výtvarné části přišlo 205 prací, 69 prací bylo z 10 MŠ a 136 prací z 11 ZŠ.

Výsledky literární části - kategorie 1.-5. třída

Ocenění	Jméno	Adresa školy
1. místo	Jakub Butor	ZŠ s RvJ Filosofská
2. místo	Štěpán Šebeš	ZŠ s RvJ Filosofská
3. místo	Tadeáš Růžička	ZŠ Ohradní
3. místo	Šimon Hurský	ZŠ Na Liše
3. místo	Veronika Dlouhá	Škola Kavčí hory

Kategorie 6.-9. třída

Ocenění	Jméno	Adresa školy
1. místo	Barbora Kolářová	ZŠ Plamínkové
2. místo	Emanuela Hoffmannová	Škola Kavčí hory
2. místo	Magdalena Macháňová, Eliška Ungerová, Prokop Cihlár	ZŠ s RVTV Jitřní
2. místo	Zina Suljič	ZŠ Jílovská 1110
3. místo	Phuong Anh Dang	Škola Kavčí hory
3. místo	Sandra Müllerová	ZŠ s RvJ Filosofská
3. místo	Jonas Šimek	Škola Kavčí hory
3. místo	Ivelina Mincheva	ZŠ s RvJ Filosofská
3. místo	Anna Sopková	ZŠ Jílovská 1110

Výsledky výtvarné části - kategorie 1.-5. třída

Jméno	Adresa ZŠ
Veronika Blažková	Škola Kavčí hory
Natalie Anita Pokorná	ZŠ s RvJ Filosofská
Martina Havranová	ZŠ Na Chodovci
Melanie Máčeková	ZŠ Plamínkové
Adam Meixner	ZŠ Ohradní
Adéla Vojáčková	ZŠ Na Chodovci
David Nguyen	ZŠ Jeremenkova
Jiří Trnka	ZŠ U Krčského lesa
Adéla Erbanová,	
Alžběta Jozová	ZŠ Bítovská

Výsledky výtvarné části - kategorie MŠ

Jméno	Adresa MŠ
Ema Janečková	MŠ Trojlístek, Točitá
Kačka Pospíšilová	MŠ Němčická
Daniel Falber	MŠ Trojlístek, Točitá
Tereza Kohoutová	MŠ Němčická
Tereza Kuthanová	MŠ Trojlístek, Točitá
Adélka Dostálová	MŠ Jílovská
Viktorie Víchová	MŠ Voráčovská
Valérie Kvasňová	MŠ Němčická
Anička a Kačenka Surových	MŠ Němčická. (red)



Proč je důležité vracet život do vnitrobloků

Vnitrobloky jsou lákavou, ale zatím spíše opomíjenou příležitostí měst a městských částí využít prostor mezi domy k vytvoření klidného přírodního zákoutí. Uvnitř města stále roste tlak na využití prostoru a zároveň lidé hledají ke svému bydlení doplněk v podobě zahrady nebo dvorku. Vnitroblok je přesně takovým místem, kde lidé mohou tvořit sousedské společenství. „V Praze 4 máme řadu míst, do kterých můžeme vrátit život,“ uvedl radní pro infrastrukturu životního prostředí Ondřej Růžička (STAN/KDU-ČSL), který se minulý měsíc zúčastnil konference Živé vnitrobloky. „V současné době chci s pomocí veřejnosti vytvářet vnitrobloky, které by bylo možné s podporou městské části upravit pro trávení volného času obyvatel okolních domů,“ prozradil. Na sousedské úrovni mohou vnitrobloky navíc reálně zlepšit sousedské vztahy, dodat náplň všedního dne (typickými uživateli vnitrobloků jsou rodiče s dětmi nebo senioři), zpříjemnit bydlení a také je zhodnotit. Tyto prostory jsou součástí domů a je důležité o ně pečovat, tak jako například o střechu. Obrovským přínosem může být ozelenění vnitrobloků v horkých dnech, kdy se po obnově stává klimatickou oázu, většinu dne zastíněnou. Zelené dvory skvěle zadržují vodu a dobře se s ní v tomto mikroprostoru hospodaří.

„Mluvíme o jednoduchých opatřeních, jako je odstranění části betonu a jeho nahrazení zeminou, vyvedení okapové roury do sudu nebo obnova studní,“ uzavírá Ondřej Růžička. (red)



Zanedbaný vnitroblok se může přeměnit v oázu klidu.

Provozovna roku

Klinika AXON dává lidem naději

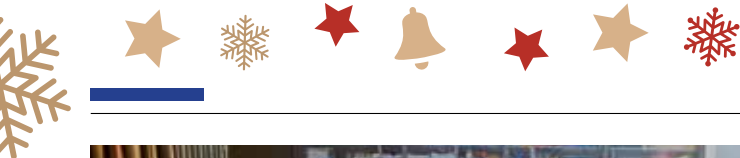
V novém ročníku ankety Provozovna roku, kterou každoročně vyhláší MČ Praha 4, zvítězila v letošním roce v kategorii Rehabilitace a masáže Neurorehabilitační klinika AXON. Zdravotní zařízení působí v naší městské části poměrně krátce, teprve čtyři roky, a od začátku sídlí v ulici Marie Cibulkové. „Poloha nedaleko metra Vyšehrad nabízí našim klientům dobré dopravní spojení nejen do centra Prahy. Navíc historie Vyšehradu a jeho až mystické kouzlo nás jen povzbudilo v tom, že se nám na tak dobré adrese bude dařit,“ říká marketingová manažerka Elena Michálková.

Klinika AXON je vysoce specializovanou soukromou klinikou, která poskytuje intenzivní terapii malým i dospělým pacientům s mozkovou obrnou, pacientům po cévní mozkové příhodě, nádorech mozku, traumatech hlavy, úrazech páteře či s jinými onemocněními, která vznikají na úrovni centrální nervové soustavy. „AXON je unikátní především svým systémem intenzivních terapií se zaměřením na koncept TheraSuit a také robotickým centrem, jehož dominantou se stal robotický přístroj Lokomat. Ten je určený pacientům jak s trvalým, tak dočasným postižením dolních končetin,“ vysvětluje Elena Michálková a pokračuje: „Jsme

jediným zařízením v České republice, které vlastní obě velikosti ortéz pro Lokomat, pro děti i dospělé. Rehabilitaci na Lokomatu nepodmiňujeme předchozím doporučením praktického lékaře. Pacienta vyšetří náš lékař a určí, zda je pro něj tato rehabilitační metoda vhodná.“

Podnikání na jedničku

Klinika prosazuje individuální přístup a pracuje podle nejnovějších poznatků v neurologii a rehabilitaci. „Naši špičkoví terapeuti mají přístup k informacím a technologiím, s jejichž pomocí bojujeme mýty o tom, co je možné,“ dodává Elena Michálková, která si pochvaluje spolupráci s naší městskou částí: „Podniká se nám zde jedním slovem výborně! Díky tomu jsme se mohli do soutěže o Provozovnu Prahy 4 přihlásit a pochlubit se, v čem jsme dobří. A jelikož jsme zdravá firma se zdravým sebevědomím, vítězství v anketě nás potěšilo, ale nepřekvapilo. Nicméně si velmi vážíme toho, že městská část organizuje podobné soutěže, jako je tato. Také nás potěšilo osobní předání ocenění přímo místostarostou Lukášem Zichou, ke kterému došlo na oslavě 4. narozenin naší kliniky. Věříme v dobrou spolupráci s městskou částí i v dalších letech a jakoukoliv další podporu jedinec uvítáme.“ (md)



Snídaně pomohla dětem z dětských domovů

V přízemních prostorách Úřadu MČ Praha 4 se uskutečnila koncem října charitativní snídaně na pomoc dětem z dětských domovů. Akci uspořádala v součinnosti s úřadem organizace Dejme dětem šanci, která pravidelně připravuje nespočet projektů, majících za cíl co nejvíce ulehčit vstup do samostatného života dětem a mladým lidem z dětských domovů. Zájemci si mohli zakoupit lahodnou snídani a krásné dárkové předměty a podpořili tak dobrou věc. Akce proběhla pod záštitou Ivy Kotvové (Praha 4 sobě), místostarostky MČ Praha 4. (red)



Modrý pavilon má řeznictví

Místostarosta Lukáš Zicha (STAN/KDU-ČSL) slavnostně otevřel řeznictví v Modrém pavilonu v ulici Štúrova. Jak při této příležitosti uvedl, je pevně přesvědčen o úspěchu této provozovny a získání stálé klientely. (red)



Slavnostní koncert uctil Nusle

Před 120 lety byla obec Nusle povýšena císařským nařízením na samostatné město. Při této příležitosti MČ Praha 4 uspořádala v hlavním sále Nuselské radnice slavnostní koncert v podání houslisty Václava Hudečka a klavíristy Lukáše Klánského. Slečna Marie Hasoňová, laureátka Akademie Václava Hudečka, doprovodila mistra při Sonátě č. 9 op. 2. E dur pro dvoje housle od George F. Händela. Přítomné uvítala a koncert zahájila Iva Kotvová (Praha 4 sobě), místostarostka MČ Praha 4. (red)



Velký Den zdraví

V říjnu proběhl v Kulturním centru Novodvorská Velký Den zdraví, který nabídl návštěvníkům bohatý program - od vyšetření odborným lékařským personálem přes přednášky o prevenci a workshopy až po cvičení a doprovodný program pro děti. Místostarostka Iva Kotvová (Praha 4 sobě) si vyzkoušela bojové umění Krav Magu a opět ji potěšila vysoká účast návštěvníků i to, že lidé z Prahy 4 na své zdraví opravdu myslí. Bohužel v několika případech byl dokonce zjištěn vážný zdravotní stav a vyšetřené osobě byla doporučena návštěva specialisty. (red)



Kunratická slavila jubileum

Na start jubilejního 85. ročníku Velké kunratické se postavilo celkem 4433 běžců. Ti často zaběhli svoje osobní rekordy, protože letní sucho ovlivnilo hladinu potoků i tvrdost tratí. (red)



Den stromů v Praze 4

V rámci ekologické výchovy MČ Praha 4 připravila akci Den stromů. Na čtyřech stanovištích se především malí zájemci dozvěděli informace o životě stromů, o lesních společenstvích a také jak se správně pečuje o lesy. (red)



Lípa svobody je v PJZŠ Horáčkova

Sté výročí založení Československé republiky si žáci a učitelé PJZŠ Horáčkova připomněli slavnostním vysazením lípy svobody v areálu školy. Zapojili se tak do kampaně Stromy svobody 1918–2018. Lípu zasadili a zároveň ji zaregistrovali na webových stránkách Stromů svobody, kde si ji již nyní můžete vyhledat. Sazení lípy doprovázel program připravený v duchu prvorepublikové atmosféry. Areálem se následně nesly české i slovenské písničky. Společně se sborem Rolníčka si účastníci zazpívali Masarykovu oblíbenou „Ach synku synku“. K připomínce vzniku republiky přispěly i básně, které vznikly a recitovaly se v době vysazování prvních stromů svobody po roce 1918. K slavnostní atmosféře přispěly i dvě harfenistky a dobové oblečení vystupujících. Na závěr programu zazněla česká i slovenská část hymny. Ve škole bylo připraveno malé občerstvení. Kdo nespěchal a měl chuť, mohl se tak ještě zastavit a pochutnat si na českých koláčcích, křížalách nebo jablíčkách. (red)



Projekt Edison v ZŠ Na Chodovci

Víte, že ve Vietnamu mají bankovky z plastu a že se dokonce dají omýt vodou? Víte, jak se obléká indické sárí? Víte, že se v Indii hovoří 29 jazyky? Žáci ze ZŠ Na Chodovci, která se letos zapojila do projektu Edison, už to vědí. Školu v říjnu navštívilo pět studentek z Polska, Gruzie, Vietnamu, Turecka a Indie, které dětem představily své země. Mluvílo se o kultuře, památkách, přírodních krásách, zvycích a dalších zajímavostech ze života jednotlivých zemí. Děti si vyzkoušely i některé praktické věci: malování hennou na kůži, oblékání sárí, psaní jmen gruzínskou abecedou, dokonce si i zatančily. Veškerá komunikace byla vedena v angličtině, a tak měli žáci možnost ověřit si své znalosti. A pokud někdo všemu nerozuměl, byli tu pomocníci z řad starších žáků, kteří studentky doprovázeli a zejména u mladších dětí pomáhali s překladem. (red)



Studio DAG nabízí zajímavé kurzy pro každého zájemce



Taneční skupiny jsou pro malé i odrostlejší zájemkyně.

Umělecká a sportovní škola DAG (Dancing Activity Group) začala nabízet uměleckou a sportovní výuku dětem, mládeži a dospělým jako jedna z prvních soukromých škol v České republice od roku 1990. Výuka zpočátku probíhala v jednotlivých kulturních a sportovních zařízeních po celé Praze, tančilo a cvičilo se v Lucerně, v Paláci kultury, na Brumlovce, v Kosmosu, v kulturním domě Labe, v YMCE, v kulturním domě Vzdušná a dalších. Od roku 1998 sídlí studio v budově Pod Terebkou 15 v Nuslích.

Nabídka aktivit je velmi pestrá a vybrat si tu může doslova každý. Škola vyhledává mezi dětmi talenty, podporuje aktivní vyžití a trávení volného času mládeže a dospělých a vychovává tak následně mimo jiné diváky i návštěvníky divadel, koncertů, výstav a sportovních událostí. V jednotlivých skupinách a třídách se účastníci kurzů každým rokem nově seznamují a jejich navázaná přátelství je mnohdy provázejí řadu let i mimo brány studia.

„Výuku formou kurzů u nás vedou erudovaní umělci, pedagogové, výkonní umělci, tanečníci, hudebníci, herci, výtvarníci a sportovci,“ říká ředitelka studia Lucie Pečená a pokračuje: „Ve studiu mají žáci a studenti k dispozici vybavené taneční a sportovní sály, učebny, sportovní, náčiní a zázemí.“

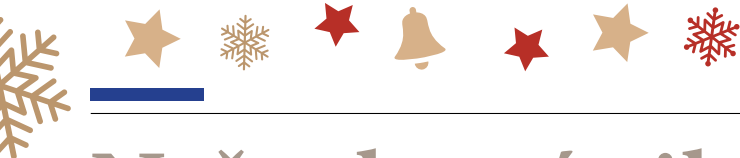
Škála nabídky je široká

Kromě pravidelné výuky škola pořádá každoroční divadelní představení, kde se prezentují všechny třídy. Během roku se vybrané skupiny účastní přehlídek či vystoupení pro veřejnost a společenských akcí, na které jsou zvány.

Studio každým rokem pořádá letní umělecko-sportovní kemp, který během prázdnin nabízí dětem celodenní vyžití v oblasti tance, hudby, výtvarných technik a sportu.

Škála nabídky činností je široká, a chce tak zaujmout dívky i chlapce, muže i ženy od tří do 100 let. Zájemci tu mohou najít například taneční přípravku, balet, moderní a taneční gymnastiku, moderní tanec, lidový tanec, streetdance, flamenco, společenské tance, herectví, zpěv, hru na nástroje, výtvarný ateliér, jógu, šerm a řadu dalších aktivit. Studio spolupracuje i s Jedličkovým ústavem a pořádá taneční výuku pro mladé lidi s handicapem. Taneční skupina pod názvem DagJedle se pravidelně schází na tréninkových lekcích a vystupuje také na kulturních a společenských akcích.

„Další zajímavostí studia DAG je úzká spolupráce s ojedinělým předškolním zařízením MŠ Prospect, školkou s rozšířenou uměleckou, jazykovou a sportovní výukou,“ uvedla dále Lucie Pečená. „Školka vyhledává a rozvíjí u dětí jednotlivé známky nadání, využívá metodu multisenzorického a zážitkového způsobu vyučování a aplikuje výuku uměním,“ uzavírá. (red)



Naše slavné vily a zajímavé domy

V městské části Praha 4 stojí desítky objektů, které si určitě zaslouží naši pozornost. A to buď z hlediska architektonického, nebo proto, že zdi těchto nemovitostí zachytily odlesk dávné slávy jejich obyvatel. Tučňák vám nyní představí čtyři z nich.



Kaplického jediná stopa

Architekt Jan Kaplický (1937–2009) prožil většinu svého plodného života v zahraničí, kam odešel po roce 1968. Jeho díla proto najdeme většinou za hranicemi, až na jedno. V Braníku, ve slepé uličce v oblasti Dobešky, stojí menší bílý domek, který byl postaven podle jeho návrhu. Objednavatelem byla čtyřčlenná rodina výtvarníků Františka a Ludmily Dvořákových. Stavbu vedl i prováděl budoucí majitel a dokončil ji až po odchodu Kaplického do emigrace. Dům má jedno patro, tři ložnice, obytný prostor s kuchyní, ateliér a stojí v kopci s krásným výhledem.



Rozdělená dvojčata

Postavíte-li se proti dvojvile v ulici U Dubu a budete-li si ji chvíli prohlížet, asi přijdete na jednu nesrovnalost. Levá část objektu vypadá o něco lépe než pravá. Jak je to možné? Může za to poněkud nepochopitelné rozhodnutí památkářů, kteří levou část prohlásili za kulturní památku a pravou nikoliv... Přitom dvojvila byla projektována architektem Ludvíkem Hilgertem (1895–1967) jako celek, i když v ní nakonec bydlely dvě různé rodiny – vlevo Hilgertovi a vpravo sochař Josef Kotyza.



Vilu si spisovatel neužil

Vojenský lékař, spisovatel a dramatik Divadla na Vinohradech František Langer (1888–1965), který se proslavil dramatickým dílem o legionářích Jízdní hlídka (v roce 1936 bylo zfilmováno), ale i komedii Velbloud uchem jehly či Obrácení Ferdýše Pištory, si nechal v Podolí postavit honosnou vilu. Paradoxem ovšem je, že si v ní dlouho nepobyl, důvodem jeho odchodu byl rozvod s manželkou Marií.

Velký bílý dům navrhl architekt Karel Honzík ve funkcionalistickém stylu a nechyběl v něm ani pokojík pro služku a byt ve sklepě pro domovníka. V současnosti probíhají u domu stavební a zahradní práce.



Na zahradě se boxovalo

Na rondokubistickou vilu v Hodkovičkách se architektoničtí odborníci dívají různými způsoby. Někteří ji opěvují, jiní tento sloh zavrhnou. Vila, která byla postavena v roce 1921, tak později byla předmětem žhavých odborných debat. Každopádně i dnes nabízí útočiště několika rodinám a už jen letití pamětníci vzpomínají, jak jeden z pozdějších majitelů nemovitosti, která je obklopená velkou zahradou, si zde prý nechal postavit boxerský ring i dva menší bazény.

Znáte-li další zajímavé domy a vily v naší městské části či máte na ně zajímavou vzpomínku, napište na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Děkujeme.



Krátce

Studenti z Nuslí a Saska vymýšleli recyklace odpadu

Již podruhé přijeli do Prahy žáci ze saského městečka Bad Schlemma na školní výměnu. Tentokrát se zúčastnili ekologického projektu se stejnými staršími žáky z nuselského Pražského humanitního gymnázia. Bydleli týden v jejich rodinách, dopoledne pracovali na projektu a odpoledne podnikali společné výlety po Praze. Ale hlavně museli ve smíšených česko-německých skupinkách prezentovat výsledky své týdenní práce na téma různé formy recyklace odpadu. Výměnný projekt by se nemohl uskutečnit bez podpory Česko-německého fondu budoucnosti, který podporuje spolupráci mezi Čechy a Němci již dvacet let. (red)



Úspěch na šampionátu v karate

Na konci října se v kanadském městečku St. John's konalo mistrovství světa a Světový pohár dětí v tradičním karate. Česká asociace tradičního karate vyslala na tento vrcholový turnaj i Jakuba Štěpána, zakladatele pražského Centra tradičního karate a obyvatele Prahy 4. Ten domů přivezl dvě medaile, v disciplíně fukugo (mix sestavy a zápasu) získal stříbro a v kumite bronz. (md)



NAŠE TIPY

Michle – Stolní oddíl TJ Sokol Michle pořádá nábor dětí od osmi let. Tréninky jsou každé pondělí a středu od 16.00 do 18.00 hodin. TJ Sokol Michle, Pod Stárkou 4, info: Gustav Rattay, tel. 602 655 223, e-mail zpp@seznam.cz.

Kamýk – MC Balónek pořádá v sobotu 8. prosince Mikulášskou nadílku (pro předškolkové děti od 10.00 hod. / pro školkové a starší děti od 16.00 hod.). Po nadílce se můžete těšit na balónkovou diskotéku. Vstup: 100 Kč / dítě + 1 dospělý, každý další dospělý 20 Kč. Mikulášský balíček je v ceně. Registrace: mcbalonekpraha@seznam.cz.

Michle – V sobotu 8. prosince od 14.30 hodin můžete navštívit přednášku Léčivá síla odpuštění. Například se dozvíte, jak se vyrovnat s příkořím a bolestí z minulosti. Přednáší MUDr. Milan Moskala. KLUB ZDRAVÍ, Společenské centrum, Za Brumlovkou 4 (Bus od metra Budějovická 118 a 170, zast. Brumlovka). Info: 733 761 059, www.klubyzdрави.cz. Vstup volný.

Otužilci z Braníku chtějí další titul



Trénink probíhá v řece Vltavě mezi leďárny a Branickým mostem každé pondělí a středu od 16.00 do 18.30 hod. a v sobotu od 10.00 do 12.00 hodin.

Jakmile se venku ochladí a většina lidí začne nosit teplé oblečení, z jedné skupiny nadšenců z Prahy 4 začne vyzářovat radost. Jedná se o plavce z I. plaveckého klubu otužilců Praha (1. PKO), nejstaršího klubu tohoto typu v České republice. Tito obyvatelé klubovny na břehu Vltavy v Braníku právě zahájili zimní sezonu. Mladí i starší, muži i ženy, sportovci a rekreační plavci – všichni sdílejí stejnou vášň ke studené vodě. Ale aktivity členů I. plaveckého klubu otužilců se nesoustředí jenom na zimní sezonu. Za sebou mají i letní úspěchy: dva členové oddílu přeplovli přes kanál La Manche a klubová štafeta zdolala i Severní průliv. A na domácí scéně braníční otužilci obsadili 2. místo v Českém poháru dálkového plavání. Optimismus do nadcházející zimní sezóny jim tedy rozhodně nechybí.

Plavba končí v dubnu

Zimní plavání v České republice je organizova-

nou sportovní disciplínou s mnoha závody na otevřené vodě téměř každý víkend od října až do dubna. Vzdálenosti se pohybují od 100 do 1000 metrů a teplota vody může klesnout až k 1 stupni Celsia.

Aktuálně proběhl v rámci Českého poháru v zimním plavání sedm závodů a I. plavecký klub otužilců Praha vede týmovou soutěž před Fides Brno. Prezident I. plaveckého klubu otužilců Praha Tomáš Prokop k tomu říká: „Do našeho klubu teď v zimě přichází velké množství nových zájemců o otužování. Na soutěže jezdí většina našich plavců a cíl je vždy jasný – obhájit vítězství a tím potěšit za sebou vyhrát mezi oddíly Český pohár v zimním plavání.“

Každého, kdo chce ve studeném počasí a ledové vodě najít zalíbení, rádi v I. plaveckém klubu otužilců Praha uvítají. Více informací a podrobností na www.otuzilci-praha.cz. (red)

Anketa Sportovec roku Prahy 4 se blíží

Ocenění nejlepšímu sportovci bude MČ Praha 4 rozdávat již potřetí. Aktuálně se připravuje další ročník ankety, který bude vyhlášený začátkem příštího roku. Tradičně se plánují kategorie sportovec a sportovkyně, družstvo, trenér a sportovní naděje. Samozřejmě bude uvedena do síně slávy některá celoživotně sportující legenda.

Ankety se mohou zúčastnit všechny sportovní organizace sídlící a působící na území městské části Praha 4. Více informací bude zveřejněno na www.praha4.cz. (red)

Zvoneček oslavil kulatiny

Oblíbené loutkové divadlo Zvoneček oslavilo během posledního listopadového víkendu 50 let existence. V KC Novodvorská proběhl při této příležitosti Novodvorský Zvoneček, festival loutkových divadel, který potěšil velké i malé diváky.

Historie divadla se začala psát v roce 1968 v Braníku, kdy si Jiří Vorel zakoupil první loutky a nakonec jim natolik propadl, že založil loutkové divadlo Zvoneček. „Odkoupil například staré loutky od potomka legendárního českého loutkáře Matěje Kopeckého a s kamarádem jezdil po celé republice a vykupoval ze zrušených amatérských divadel loutky a marionety,“ vzpomínala jeho manželka a čestná občanka Alena Vorlová a přidává jednu historku: „Když jsem po letech uspořila 20 000 korun, přišel manžel a řekl – mám možnost koupit 19 starých loutek, ale prodávající za ně chce dvacet tisíc. Dala jsem mu je a od té doby jsme se na vůz nezmohli,“ vzpomíná paní Alena s úsměvem na místy nelehký život s vášnivým sběratelem. (md)

DNI

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

1. so 19.00 **Manželské vraždění** (E. E. Schmitt)
2. ne 19.00 **Už je tady zasl!** (Timur Vermes)
3. po 19.00 **Charleyova teta** (J. B. Thomas) - zadané
5. st 19.00 **Paní plukovníková** (Bengt Ahlfors) - zadané
6. čt 19.00 **Je úchvatná!** (Peter Quilter) - zadané
7. pá 14.00 **Charleyova teta** (J. B. Thomas) - zadané
14.00 **Charleyova teta** (J. B. Thomas)
8. so 19.00 **Generálka** (Jiří Hubač)
11. út 19.00 **Manželské vraždění** (E. E. Schmitt)
12. st 19.00 **Práskni do bot** (Owen McCafferty) - zadané
14. pá 19.00 **Charleyova teta** (J. B. Thomas)
15. so 19.00 **Charleyova teta** (J. B. Thomas) - zadané
16. ne 16.30 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)
19.30 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)
17. po 19.00 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)
18. út 19.00 **Takový žertík** (Jean Dell, Gérard Sibleyras)
19. st 19.00 **Generálka** (Jiří Hubač)
20. čt 19.00 **Paní plukovníková** (Bengt Ahlfors)
21. pá 19.00 **Poslední aristokratka** (Evžen Boček) - zadané
27. čt 19.00 **Už je tady zasl!** (Timur Vermes)
28. pá 17.00 **Poslední aristokratka** (Evžen Boček)
20.00 **Poslední aristokratka** (Evžen Boček)
29. so 19.00 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)
30. ne 19.00 **Práskni do bot** (Owen McCafferty)
31. po 17.00 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)
19.30 **Saturnin** (Zdeněk Jirotka)



Divadlo Bez Hranic

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

- So 1. 19.30 **Nepřet se anděla na jméno** - hořká komedie (Divadlo Sentiment)
Po 3. 19.30 **Naše Vánoce!** - premiéra travesty show, skupina Screamers
Út 4. 19.30 **Naše Vánoce!** - 2. premiéra travesty show, skupina Screamers
St 5. 19.30 **Krásný instalatér** - komedie (Divadlo Komorní Svět)
Čt 6. 19.30 **Limonádový Joe** - hudební komedie (DBH)
So 8. 19.30 **Na Vánoce budu gay...!** - komedie (DBH)
Ne 9. 19.30 **Vražda sexem** - komedie (DBH)
Po 10. 19.30 **Racajda** - úsměvné monodrama (DBH)
Út 11. 19.30 **Ucho** - drama (Divadlo Komorní Svět)
St 12. 19.30 **Divčí válka** - komedie (Divadlo OKKO)
Čt 13. 20.00 **Improvizace.cz** - improvizované představení (Divadlo Improvizace.cz)
Pá 14. 19.30 **Tohle není Maryša!** - netradiční drama (Divadlo Maškara)
St 19. 19.30 **Improvizační zápas** - improvizace (Divadlo Poločas nápadu)
Čt 20. 19.30 **Sluha dvou pánů** - komedie (DBH)
Pá 21. 19.30 **Limonádový Joe** - hudební komedie (DBH) + Vánoční večírek po představení Divadla Bez Hranic pro všechny diváky a příznivce
Pá 28. 19.30 **Den zkázy v advokátní kanceláři** - komedie (Divadlo BLAMA)
Ne 30. 19.30 **Dvouplošník v hotelu Westminster** - předpremiéra komedie (DBH)
Po 31. 15.00 **Dvouplošník v hotelu Westminster** - předpremiéra komedie (DBH)
19.30 **Dvouplošník v hotelu Westminster** - silvestrovská premiéra komedie (DBH)

Divadlo Na Fidlovačce

DIVADLO NA FIDLOVAČCE

Křesomyslova 625, Praha 4,
pokladna tel.: 241 404 040
pokladna e-mail: pokladna@fidlovačka.cz
po-pá 10.00-19.00 hod., so 13.00-18.00 hod.
(v případě večerního představení až do 19.00 hod.)
ne - hodinu před představením.

KOMORNÍ FIDLOVAČKA

Boleslavova 13, Praha 4
www.fidlovačka.cz. On-line rezervace a prodej:
www.webticket.cz, prodej též v sítích: Ticketportal,
TicketArt, Ticketmaster, GoOut a Kulturní portal.cz

- Ne 2. 15.00 **Miláček Célimare** - derniéra (DNF)
15.00 **Princezna na ocet** (KF)
Po 3. 19.00 **THE LOSER(S)** (DNF)
Út 4. 19.00 **Cizinec** (DNF)
19.00 **Třetí prst na levé ruce** (KF)
St 5. 16.00 **Tučníci na arše** (KF)
19.00 **Pravda** (DNF)
Čt 6. 19.00 **Ženy na pokraji nervového zhroutení** (DNF)
So 8. 15.00 **Sugar (Někdo to rád horké)** (DNF)
Ne 9. 15.00 **Pokoj lidem dobré vůle** (DNF)
17.00 **Čert a Káča** (DNF)
15.00 **Vánoční dílnička** (KF)
Po 10. 10.30 **Pokoj lidem dobré vůle** (DNF)
Út 11. 10.30 **Sen noci svatojánské** (DNF)
19.00 **Cizinec** (DNF)
19.00 **Po Fredrikovi** (KF)
St 12. 10.30 **Pokoj lidem dobré vůle** (DNF)
19.00 **Pravda** (DNF)
Čt 13. 19.00 **Familie** (DNF)
19.00 **Třetí prst na levé ruce** (KF)
Pá 14. 19.00 **Sen noci svatojánské** (DNF)
19.00 **Milan Svoboda & Big Band VOŠ KJ** (KF)
So 15. 15.00 **Jeptišky** (DNF)
Ne 16. 15.00 **Tečtle mechtle** (DNF)
Po 17. 10.30 **Výjimečný stav** - veřejná generálka (DNF)
19.00 **THE LOSER(S)** (DNF)
Út 18. 17.30 **WANTED** - vánoční představení Děti De La Fidla (KF)
19.00 **Mezi nebem a zemí** (DNF)
St 19. 19.00 **Vánoční koncert** (KF)
Čt 20. 10.30 **Pokoj lidem dobré vůle** - zadáno (DNF)
Pá 21. 10.30 **Cizinec** - zadáno (DNF)
19.00 **Ženy na pokraji nervového zhroutení** (DNF)
So 22. 15.00 **Pokoj lidem dobré vůle** (DNF)
Út 25. 15.00 **Mezi nebem a zemí** (DNF)
St 26. 15.00 **Sugar (Někdo to rád horké)** (DNF)
Čt 27. 19.00 **Eva tropí hlouposti** (DNF)
Pá 28. 19.00 **Familie** (DNF)
So 29. 15.00 **Mezi nebem a zemí** (DNF)
Po 31. 15.00 **Jeptišky** (DNF)



ZVONEČEK
TRADIČNÍ LOUČKOVÉ DIVADLO
Kulturní centrum Novodvorská
Novodvorská 151/1013, Praha 4
www.zvonecek.info
+420 608 982 230

- So 1. 14.00 a 15.30 **Kašpárkovy čertoviny**
So 8. 14.00 a 15.30 **Pohádka O Popelce**
So 15. 14.00 a 15.30 **Vánoční koleda**
Čt 20. 10.00 a 16.00 **Vodnická pohádka**
Pá 21. 10.00 **Jak Kašpárek s Kalupinkou slavili Vánoce** - předpremiéra
So 22. 10.00 a 14.00 **Jak Kašpárek s Kalupinkou slavili Vánoce** - premiéra

dobeška

DIVADLO DOBEŠKA

Jasná I. 1181/6, 147 00 Praha 4

Telefon: 244 468 173

Fax: 244 468 167

e-mail: rezervace@divadlodobeška.cz

www.divadlodobeška.cz

STUDIO DOBEŠKA

kurzy • zábava • relaxace

www.divadlodobeška.cz/studio

- Ne 2. 15.00 **Vánoční příběh** - autorská pohádka o českých tradicích. Divadlo KAKÁ.
Po 3. 19.30 **Besídka 2018** - tradiční představení divadla Sklep.
Út 4. 19.30 **Výběr z Besídek**
St 5. 16.30 **Mikulášská pumelice** - Mikuláš v DUNDUNU - mikulášský program členů divadla SKLEP s nadílkou pro děti.
Pá 7. 18.30 **Kurzy Jitky Hliské** - vánoční vernisáž
20.00 **Mirek Kemel** - vánoční koncert
So 8. 13.00 a 17.00 **Zárok** - Pohádková rezervace - vzpomínka na pohádková osmdesátá aneb hra za oponou
Ne 9. 15.00 **Pohádky z vánočního kabátu** - spolek Anima Candida
Po 10. 19.30 **Mlýny** - kulturní představení divadla Sklep
Út 11. 19.00 **Přednáška o architektuře s Davidem Vávrou** - tentokrát na téma: Nový Zéland a něco navíc
St 12. 19.30 **Oni a Silvio** - kinokavárna
Čt 13. 18.00 **J. J. Ryba** - Česká mše vánoční - vánoční koncert v podání členů operního sboru státní opery Praha.
Pá 14. 18.00 **Alena Schulz** - vernisáž
16.00-21.00 **Vánoční trhy ve Studiu Dobeška**
So 15. 10.00-14.00 **Vánoční trhy ve Studiu Dobeška**
Út 18. 19.30 **Trojúhelník z Nazaretu aneb prastarý příběh Josefa, Ani a Martinky** - tentokrát ve složení Josef Polásek, Aňa Geislerová a Martin Zbrozek vás zve ke svátečnímu rozjímání
St 19. 19.30 **Divka** - kinokavárna

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

NAŠE TIPY

Michle - Sbor A. Schweitzera, U Michelského mlýna 124/27, si připravil na 3. adventní neděli 16. prosince od 16.00 hodin hudební vystoupení skupiny Matin. Přijďte si poslechnout i zazpívat vánoční koledy a prožít s celou rodinou pokojnou a radostnou atmosféru. Na stejném místě



DOMOV SUE RYDER, z. ú., Michelská 1/7

140 00 Praha 4-Michle

Telefon: 244 029 111 • www.sue-ryder.cz

Poradenství • Osobní asistence • Domov pro seniory • Půjčovna kompenzačních pomůcek

Nezisková organizace Domov Sue Ryder pomáhá seniorům a jejich rodinám ve chvílích, kdy stárání začíná přinášet starosti.

Domov můžete podpořit finančním darem na www.sue-ryder.cz nebo návštěvou některé z následujících akcí.

Výstava k 20. narozeninám Sue Ryder

Fotografie Šárky Klímové ze života v Sue Ryder, informace z historie organizace, archivní články a fotografie. (2. 11. - 31. 12. 2018)

Po 3. a 17. 15.00-18.00 hod.

KOTY SWING BAND

Evergreeny různých žánrů zazní k tanci i poslechu. Restaurace Michelský dvůr.



CAFÉ NA PŮL CESTY

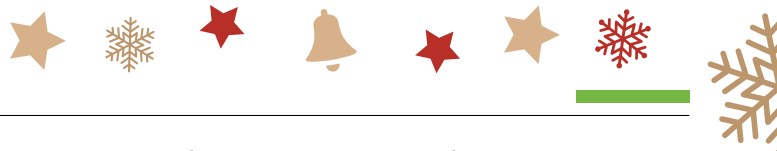
Centrální park Pankrác.

Telefon: 777 913 053

e-mail: cafe.provoz@greendoors.cz

- So 1. 16.00 **Divadlo pro děti**
20.00 **Palindromy + Mozaik** - koncert
Ne 2. 20.00 **Stormo (IT) + Kafka (CZ)** - koncert
Po 3. 20.00 **Nedržte zobbá** - OPEN MIC na půlce! - vystoupit může každý
Út 4. 18.00 **Vernisáž výstavy Petra Zákravského**
St 5. 19.30 **A2+ #83 - Daniel Meier (CZ), Agnes Hvizdalek (AT), Krekso feat. Agnes Hvizdalek (CZ/AT)** - koncert
Pá 7. 20.00 **The Outside + Trying To Find Me (KOL)** - koncert
St 12. 20.00 **Syrový tón** - koncert
Čt 13. 20.00 **Psychokat & Strojvůdce** - psychedelický kabaret
So 15. 15.00 **Vánoční tradice zážitkové** - workshop pro rodiče s dětmi s Martinou Semerádovou. Součástí workshopu bude malá výtvarná dílnička. Registrace na metodika@greendoors.cz
20.00 **Who Killed Rose + Black Holes** - koncert
Po 17. 15.00 **Sociální poradna**
St 19. 20.00 **A2+ #84 - Naše Ano (CZ), Cremaschi/Klamm (US/CZ)** - koncert
Čt 20. 20.00 **AERIAL - Michal Řehák + Paula Colbet (ESP)** - koncert
Pá 21. 20.00 **Flashback + Jovanera** - koncert
Po 31. 20.00 **Silvestr na půlce!** - dj Rudeboy Riddim + t.b.a

pak v sobotu 22. prosince od 18.00 hodin zazní koncertní provedení České mše vánoční J. J. Ryby.
Novodvorská - Zápisy do tanečních kurzů pro mládež v KC Novodvorská, které začnou v říjnu 2019, jsou již zahájeny. Více info na www.plaminek.cz, tel. 602 617 217. (red)



Společenská rubrika



Dne 23. října oslavila 90 let **Ludmila Hostašová z Krče**, naše drahá maminka, babička a prababička. Všechno nejlepší přeje rodina.

V nedávné době oslavila 90 let **Olga Kunstová z Nuslí**, která je nyní obyvatelkou Domova pro seniory v Krči v Sulické ulici. Hodně zdraví a spokojenosti do dalších let přeje rodina, vedení domova i radnice čtvrté městské části.



Řady „klubu stoletých“ na počátku listopadu rozšířila **Marie Prosová z Michle**. K významnému životnímu jubileu jí za radnici Prahy 4 přišla popřát pevné zdraví a hodně milých lidí v okolí místostarostka Iva Kotvová

(Praha 4 sobě). K přání se spolu s rodinou a Pražskou správou sociálního zabezpečení ráda připojuje i redakce Tučňáku.

Na konci listopadu posílil „klub stoletých“ v Praze 4 o **Františka Míčana z Krče**. Ke krásnému životnímu milníku mu do Domova pro seniory v Sulické ulici přišla popřát hodně zdraví a životního optimismu místostarostka Prahy 4 Iva Kotvová (Praha 4 sobě) spolu se zástupkyní PSSZ, vedením domova a rodinou. Redakce Tučňáku se k přání ráda připojuje a jen na okraj připomíná, že pan Míčan je jedním ze tří sto- a víceletých mužů v naší městské části.



Dne 7. prosince oslaví 80 let podolský rodák **Jaroslav Střeštík**. Skvělému pradědovi, dědovi a tatkovci přejí do další let všechno nejlepší, stále zdraví a spokojenost pravnučky, vnoučata, děti a Marie.

Dne 19. prosince oslaví 90 let **Eva Havlenová z Pankráce**. Mamince, babičce a prababičce přeje vše nejlepší, hodně zdraví, spokojenosti a dobré nálady do dalších let celá rodina.



Vydáte se do Lipska nebo do Krkonoš?

Ústav sociálních služeb Praha 4 pořádá pro seniorské zájemce dvě prosincové akce – vánoční výlet do Lipska a vánoční rekreační pobyt v Krkonoších.

Advent v Lipsku

Zastavte se na chvíli v předvánočním shonu a udělejte si čas na jednodenní výlet na vánoční trhy. Tentokrát můžete prožít klid a pohodu ve vánočně vyzdobené metropoli spolkové země Sasko - Lipsku. Město prošlo neuvěřitelnými změnami. Kdo znal Lipsko dříve, určitě ho nepozná a bude mile překvapen.

Adventní trh se koná na středověkém náměstí a v jeho okolí, kde se celé ulice promění ve velkou tržnici. Můžete ochutnat typické lipské laskominy jako čerstvě rozpečené preclíčky, meruňkový punč i speciální vánoční bowli. Historické památky si můžete prohlédnout s průvodkyní. Kdo ještě bude dokupovat vánoční dárky, má možnost v moderních nákupních střediscích v centru města.

TERMÍN: 14. prosince (pátek). CENA: 760 Kč,

včetně průvodce, pojištění léčebných výloh a dopravy.

Týdenní vánoční rekreace

Prožijte Vánoce uprostřed krásné přírody a s rodinnou pohodou. Hotel Star se nachází v centru Krkonoš, přímo ve středu turistického střediska Benecko v nadmořské výšce 750 m n. m. Domácí prostředí, pěkně vybavené dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím a TV, výborná kuchyně, okolí lákající k procházkám, možnost vzít si i běžky. Tady v přátelské atmosféře můžete společně oslavit Štědrý den a posedět u sváteční večeře.

TERMÍN: 21.-26. prosince. CENA: 4 600 Kč, v ceně je zahrnuto ubytování, plná penze, štedrovečerní večeře, vánoční večírek a doprava (možnost návštěvy půlnoční mše v Horních Štěpanicích).

V případě zájmu se ihned hlase u Radky Novákové, vedoucí klubů seniorů ÚSS 4, Podolská 31, nebo na tel. 296 320

370, 606 354 133.

(red)



ÚSTAV SOCIÁLNÍCH SLUŽEB
V PRAZE 4

Vzpomínka na Vánoce v době normalizace

Jak se slavily zimní svátky v Československu 70. a 80. let? Vánoční nákupy, tradice i zimní módu normalizační éry přibližuje výstava Retro zima za socíku v Tančicím domě. Přijďte si připomenout vánoční svátky, jak si je mnozí z této doby pamatují. Výstava, která zahrnuje téměř 1300 originálních předmětů, je rozdělena na tři části. První s názvem Kaleidoskop zimní zábavy představí v přízemí všechny aspekty normalizačních Vánoc. Další podlaží pojmenované

Ukáž, čo vieš! myslí především na nejmenší návštěvníky. Třetí expozice Fronta na Ježíška v nejnižším patře se věnuje socialistickým předmětům každodenní potřeby i nedostatkovému zboží. Senioři z MČ Praha 4 si výstavu mohou společně prohlédnout 13. 12. od 14.00 hod. Sraz je před Galerií Tančicím dům, Jiráskovo n. 1981/6. Vstupné je 110 Kč, v ceně vstupenky je i vstup na vyhlídkovou terasu. Přihlášky jsou přijímány od 10. 12. (red)



Centrum Elpida - vzdělávací a kulturní centrum pro seniory



Pá 7. 12. 10.00–12.00 h.

Můj sen – malování.

Výtvarná dílna s arteterapeutickými prvky.

So 8. 12. 7.00–20.00 h.

Vánoční trhy v Norimberku.

Výlet autobusem s prohlídkou města a obědem.

Čt 13. 12. 9.00–11.00 h.

Počasí v mobilním telefonu.

Z cyklu Dvouhodinovka s Androidem.

Čt 13. 12. 10.45–12.15 h.

Gymnastika myšlení.

Trénování paměti – ukázková lekce zdarma.

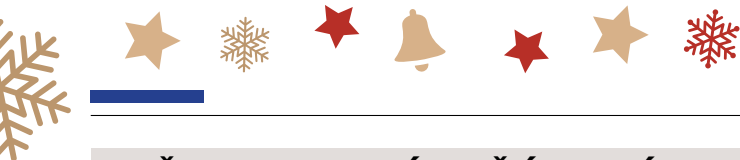
St 19. 12. 13.30–15.00 h.

Jsem senior/ka a rád/a bych ještě pracoval/a.

Akademie stáří.

Centrum Elpida, Na Strži 40, Praha 4 (hned u pošty).

Informace o kurzech: www.elpida.cz, tel.: 272 701 335.



PŘEHLED AKCÍ POŘÁDANÝCH MČ PRAHA 4

PROSINEC 2018

Nesedte doma, přijďte mezi nás (8) „Na Vánoce dlouhý noce“ - vánoční posezení s hudbou, občerstvením a tombolou	4. 12. od 14.00 h., KC Novodvorská	výdej vstupenek 27. 11. od 8.00 do 8.30 h., přepážka č. 34 (vlevo od podatelny), přízemí MČ Praha 4, Antala Staška - 150 míst – jen na vlastní OP!!
Betlémy v Betlémské kapli 2018 – Vánoční hrátky – tradiční vánoční výstava (bez průvodce)	6. 12. od 10.00 h., sraz Betlémské nám. 256/5	přihlášky na bezpl. linku 800 100 128 od 26. 11. – 25 míst; snížené vstupné 40 Kč
Adventní koncert – směr známých koled	11. 12. od 14.00 h., kostel Panny Marie Královny míru, Ve Lhotce 36	výdej vstupenek 4. 12. od 8.00 do 8.30 h., přepážka č. 34 (vlevo od podatelny), přízemí MČ Praha 4, Antala Staška - 180 míst – jen na vlastní OP
Retro zima za sociku – výstava v Galerii Tančící dům (bez průvodce)	13. 12. od 14.00 h., sraz před Galerii Tančící dům, Jiráskovo n. 1981/6, P2 (v ceně vstupenky je i vstup na terasu)	přihlášky na bezpl. linku 800 100 128 od 10. 12. – 35 míst, vstupné 110 Kč (při počtu nad 20 osob zlevněné vstupné 95 Kč)
<i>Upozornění! Nechodte prosím na akce bez přihlášení!</i>	<i>Telefonické přihlášky přijímány podle pořadí, jak se kdo dovolá, do vyčerpání kapacity.</i>	<i>Na uvedených akcích mohou být pořizovány fotografie pro webové stránky či periodikum MČ Praha 4.</i>

Kniha o vaření procvičí paměť

V Domově Sue Ryder proběhl slavnostní křest knihy Jak jsme vařili a jedli: knížka pro vzpomínání a procvičování paměti autorek Kláry Cingrošové a Kláry Dvořákové. Publikace nenásilnou formou, a to zapojením dlouhodobé paměti a vyvoláním vzpomínek na to, jak se dříve vařilo, jaké suroviny se používaly a jaké postupy přípravy pokrmů se nejvíce osvědčily, pomáhá seniorům procvičovat jejich paměť. Kmotrem knihy se stal oblíbený herec a zpěvák Jiří Štědroň. (red)



Knihu do života uvedli ředitel Domova Sue Ryder Matěj Lejsal, autorky Klára Cingrošová a Klára Dvořáková a herec a zpěvák Jiří Štědroň (zleva). Foto: archiv

Řekněte letos stop nevhodným dárkům

Také vám dělá radost dávat dárky, které skutečně potěší? Proseniorská organizace Elpida, která sídlí Na Strži 40, vám pomůžeme vyřešit letošní Vánoce bez rozpaků. Koupili jste (pra)rodičům mobilní telefon, ale už nemáte sílu je s ním naučit pracovat? Chtěli byste své kamarádce nebo kamarádovi dodat sebevědomí, aby se nebáli cestovat? Věnujte jim poukázku na některý z kurzů, které Elpida pořádá. Spektrum aktivit je širší než široké – kromě oblíbených počítačových a jazykových kurzů patří mezi favority například dílna YouTubingu, tvůrčí psaní se spisovatelkou Markétou Lukáškovou nebo nový cyklus Život v době informační, který seniorům pomáhá s orientací v mediálním světě. Poukázky je možné koupit přímo na recepci Elpidy nebo jednoduše z tepla domova online <https://shop.elpida.cz/Poukazy>. A pokud to má váš blízký do Elpidy daleko, můžete mu předplatit VITAL, časopis, na kterém se podílí přední novináři, spisovatelé a špičky napříč obory. VITAL můžete předplatit jednoduše na www.casopisvital.cz a předplatné můžete věnovat jako dárek – obratem si na webu vytisknete krásný dárkový certifikát. (red)

Společenská rubrika

Dne 9. prosince oslaví 90 let **Ing. Václav Krejčí ze Spořilova**. Chtěla bych mu společně s dcerou Pavlou, vnukem Honzou, vnučkou Janou a jejich rodinami poděkovat za všechno, čím nás obohatil. Za jeho moudrost, laskavost a schopnost být oázou klidu ve všech situacích, které život přináší. Přejeme mu do dalších let mnoho zdraví, štěstí, tvořivosti a radosti ze života! Manželka MUDr. Marie Krejčová.



Chcete-li zařadit gratulaci vaší blízké osobě (od 60 let výše), zašlete její foto a stručný text přání na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Zveřejnění je bezplatné.

Přijďte si zacvičit!

Cvičitelé Seniorfitnes, z.s., vědí jak vám pomoci s bolavými zády a ztuhlými klouby. A kde se cvičí? Fitness Action - Štúrova 1284/ 20, sídliště Krč, ve čtvrtek od 10.00 do 11.00 hodin. Cvičitelka Marie Bulínová, tel.: +420 725 748 479, e-mail: mariebulinova@seznam.cz. Cena je 60 Kč. Sokol Spořilov - Severozápadní VI č. p. 1668, v pondělí od 10.30 do 11.30 hod. Cena je 60 Kč. (red)

Hodinka splněných přání

Ústav sociálních služeb v Praze 4 srdečně zve všechny seniory, při příležitosti blížících se svátků vánočních, v úterý 18. prosince od 13.30 hodin na hudebně zábavný pořad Hodinka splněných přání. Na stříbrných saních fantazie se proletíte vánočním časem nad celou zeměkouli. Nahlédnete pod vánoční pokličku různých národů. Jak, proč a kdy lidé tyto svátky slaví v různých koutech země. Jaké mají jinde zvyky, na čem si pochutnávají i jak je to s nadělováním dárků. Kdo je nejmladší a kdo nejslavnější ze všech Ježíšků a Santů. Kdo byl, jak žil a kde odpočívá svatý Mikuláš a jak je to s Vánocemi ve světě vůbec. Budete se možná divit i smát. Pobaví vás vánoční písničky z Čech i ze světa, z minulosti i současnosti a zazní i trocha klasiky od W. A. Mozarta. Účinkují Jan Vízner a Helena Krupová. Akce se uskuteční v klubu seniorů ÚSS 4 Podolská 31, vstup zdarma. Vzhledem k omezenému počtu míst je nutné nahlásit co nejdříve svoji účast v ÚSS 4 Podolská 31 u Radky Novákové nebo na tel. 296 320 370, 606 354 133 či u své/ho vedoucí/ho seniorského klubu. (red)





FINANČNÍ POMOC PRO RODINY S VÁŽNĚ NEMOCNÝM DÍTĚTEM

Více než 3 000 rodin z České republiky dostává pravidelnou finanční podporu nadace Dobrý anděl, která pomáhá také rodinám, v nichž se dítě potýká s vážným onemocněním. Díky každoměsíčním příspěvkům dárců mohou všechny těžkosti zvládat lépe alespoň po finanční stránce.

Komu nadace pomáhá? Typicky se jedná o onkologické onemocnění, selhání orgánů, vážné metabolické poruchy, těžká kombinovaná postižení, svalovou dystrofií Duchenne, cystickou fibrózu, nemoc motýlích křídel. Mimo vyjmenovaná onemocnění je možné také pomoci dětem, které se potýkají se vzácnými onemocněními a s těžkými kombinovanými poruchami (mentálními, smyslovými, tělesnými). Kromě dětských pacientů podporují také rodiny s dětmi, v nichž onemocněl rakovinou jeden z rodičů.

Máte ve svém okolí rodinu s vážně nemocným dítětem? Doporučte ji pomoc nadace Dobrý anděl. Kontakt je velmi jednoduchý – stačí zavolat nebo napsat e-mail a pracovníci již zajistí vše potřebné. Důležité je nebát se ozvat, Dobří andělé rodinám rádi pomohou.



DOBRYANDEL.CZ
733-119-119
DOBRYANDEL@DOBRYANDEL.CZ

SC-381445/01

Specializovaná sluchadlová ordinace v Poliklinice Zelený pruh



Roškotova 1717/2
Praha 4 – Braník

Tel.: **730 511 797**

Objednejte se už dnes!

SLUCH určuje kvalitu Vašeho života

Nabízíme:

- ✓ Krátké objednací doby
- ✓ Odborný specializovaný personál
- ✓ Nejnovější trendy v oblasti sluchadel
- ✓ Návaznost na specializovaný servis
- ✓ Nedaleko metra C – Budějovická



„Pomůžeme Vám lépe slyšet v jakékoliv situaci.“

audiologie-foniatrie.cz

Partner pro Váš sluch

SC-381218/06

DÁRKOVÝ POUKAZ 250 Kč

Při nákupu jakéhokoliv sortimentu nad 1000 Kč Vám bude odečtena uvedená sleva. Nevztahuje se na sortiment zboží – zdravotní poukazy od lékaře. Z kupónu nelze vrátet a směnít jej za hotovost. Slevové kupóny nelze sčítat. Lze uplatnit jednorázově v kamenné prodejně HARTMANN-RICO na Praze 4.

Platnost akce 3. 12. – 21. 12. 2018.



O krok dál
pro zdraví

Zdravotnické potřeby

Nám. Bratří Synků 477/10
140 00 Praha 4
tel.: +420 724 671 108

Otevírací doba:
Po–Pá 09.00–18.00 h

www.prodejna-hartmann.cz



Nabídka našeho sortimentu:

- Zdravotní domácí a ortopedická obuv **Varomed, Santé, Moosbacher-Bama**
- **SVORTO** – ortopedické a speciální vložky do bot, korektory, podpatěny
- Módní, vycházková a zdravotní obuv **Rieker, TenPoits, Piazza, Manitu**
- **MAXIS, Avicenum** – speciální kompresní punčochy, podkolenky, ponožky
- Funkční a kompresní prádlo, sportovní oblečení **RUN, FITNESS – SWEEP SPORT**
- **Kneipp, RYOR** – přírodní a pečující kosmetika pro pleť, tělo a vlasy
- Ortopedické pomůcky – ortézy, bandáže, břišní pásy **MAXIS-MEDI**
- **Tensoval a Veroval tlakoměry** a další diagnostika, Veroval – speciální domácí testy
- Inkontinenční pomůcky **MoliMed, MoliCare, TENA, Depend** atd.
- **Péče o dítě a matku** – speciální teploměry **Thermoval**, doplňkový sortiment **Bel Baby, Avent**, plenkové kalhotky **Pampers** atd.

SC-381208/02

VELKÉ VELIKOSTI? „Ano, máme...!“

Nový obchod ROMANTYK
Nuselská 1497/70

Tel.: 608 51 96 97

PO – PÁ: 11:00 – 18:00
SO: 10:00 – 15:00

www.NadmerneOdevy-Praha.cz

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

**DÁMSKÉ + PÁNSKÉ
XXL až 8XL**

SC-381260/02

Prodej garáže 14 m²

ulice Pod Klauďánkou
Praha 4 - část obce Podolí
450 000 Kč

Místo se nachází v přízemí, vjezd do garáže je přes vrata na dálkové ovládání s kamerovým zabezpečením umístěným nad vjezdem. Prodává se garážové místo jako samostatná jednotka zapsaná v Katastru nemovitostí - způsob využití „garáž“.

Mobil: + 420 702 065 997
zaneta.pasekova@email.cz



SC-381455/01

**Stomadent
Prague**

STOMATOLOGICKÉ ORDINACE A ZUBNÍ HYGIENA

Praha 4 - Poliklinika Budějovická
zelená budova 6.patro

PŘIJÍMÁME NOVÉ PACIENTY

Smlouvy se zdravotními pojišťovnami

Antala Staška 1670/80, 140 00 Praha 4

Telefon: 776 50 59 59

Info@stomadent-prague.cz

www.stomadent-prague.cz

SC-380170/10

**TRI
ORÍŠKY
PRO
POPELKU**

43 PŘEDSTAVENÍ
KONGRESOVÉ CENTRUM PRAHA
OD 12. ŘÍJNA 2018

VSTUPENKY V SÍTICH

TICKET LIVE WWW.TICKETLIVE.CZ
ticketportal WWW.TICKETPORTAL.CZ

WWW.TRIORISKYPRAHA.CZ

SC-381071/13

Pro kalkulaci,
objednávku
nebo rezervaci
kontaktujte
inzerční oddělení:

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

MASÉRKA DO DOMU
regenerační masáže
odstraňující únavu
šetřím váš čas i peníze
Marcela Krejzová
603 440 480

SC-381094/03

SKUTEČNÝ DÁREK PRO BABIČKU A DĚDU!

TRPĚLIVÁ POMOC

S POČÍTAČEM ČI JINOU TECHNIKOU

tel.: 608 701 113

www.pocitacovyvnu.cz



SC-381315/03

Tomáš Munzar
Instalátér
608 554 617

INSTALATÉRSKÉ SLUŽBY
OPRAVY, MONTÁŽE,
REKONSTRUKCE

SC-380090/10

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-380084/10

David Burian
**STROJOVÉ ČIŠTĚNÍ
KOBERCŮ, MYTÍ OKEN**

Tel.: 773 540 170
e-mail: info@dbuklid.cz
www.dbuklid.cz

SC-380264/08

INSTALÁTERSTVÍ (bez paušálu za příjezd)
Výměny wc, baterií, opravy,
rozvody vody a topení

REKONSTRUKCE KOUPELEN A BYTŮ
Stavební práce včetně elektriky a vody
do 10 dnů včetně úklidu

Tel.: 777 948 025 • Rychle • levně • kvalitně

SC-380298/09

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

SC-372095/11

BALKAP, s.r.o.
23 let jsme tu s Vámi

Malířství Madla na zábradlí
Lakýrnictví Podlahy - Zednictví

Jílovská 426/27 Praha 4, Lhotka
www.balkap.cz
tel. 777 70 80 35 tel. 777 70 80 34

SC-372118/11

**VÝKUP AUTOMOBILŮ
VŠECH ZNAČEK
ZA HOTOVÉ**

na stavu a stáří nezáleží!
Tel.: 604 868 055

SC-380003/22

**** OPRAVY ****
CHLADNÍČEK a MRAZNÍČEK
**** i So a Ne ****

• PRODEJ nových • ODVOZ starých •
Kontakt: 602 719 678, 261 261 792

SC-372117/11

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

www.simi.cz **ZEDNICKÉ
OBKLADAČSKÉ
PRÁCE**

FA ŠMIL
241 493 633, 222 941 998, 603 501 166
NAO LEBNÁ DÍVÁDKEM 1354, PRAHA 4

SC-380173/10



NOVODVORSKÁ PLAZA

NÁKUPNÍ CENTRUM



MIKULÁŠSKÁ POHÁDKOVÁ NADÍLKA

Zábavný program
s Mikulášem, čerty a anděly.

5. prosince

16:00–19:00



STROM SPLNĚNÝCH PŘÁNÍ

Plníme přání dětem
z dětských domovů.

19. 11.–16. 12.

11:00–19:00

MAŇÁSKOVÉ DIVADLO ÚSMĚV

Každé úterý od 16:00
v prvním patře centra.

PROGRAM NA PROSINEC

4. 12.

Vánoční pohádka
S čertíkem

5. 12.

VÁNOČNÍ PŘEKVAPENÍ

11. 12.

Vánoční pohádka
Se sněhulákem

18. 12.

Vánoční pohádka
S kočárkou a psem

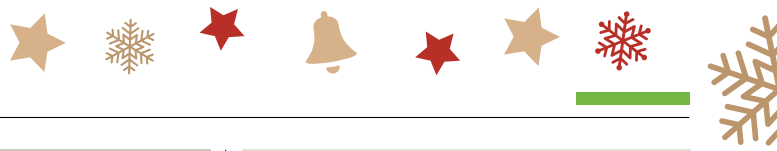
VÁNOČNÍ OTEVÍRACÍ DOBA

Nákupní Galerie Tesco

24. 12.	9:00–14:00	6:00–11:00
25. 12.	zavřeno	zavřeno
26. 12.	zavřeno	zavřeno
27. 12.	9:00–21:00	7:00–22:00
28.–30. 12.	9:00–21:00	6:00–22:00
31. 12.	9:00–14:00	6:00–17:00
1. 1.	zavřeno	zavřeno

novodvorska-plaza.klepierre.cz

SC-380119/10



PŘISTAVOVÁNÍ KONTEJNERŮ NA OBJEMNÝ ODPAD – PROSINEC

Stanoviště	Zavezení:	den	hodina	Stanoviště	Zavezení:	den	hodina
Jivenská x Adamovská		03	16:00 - 20:00	Na Květnici - u stanoviště tříd. odpadu		13	16:00 - 20:00
Čestmírova x Mečislavova		03	16:00 - 20:00	Sdružení x Nad Studánkou		13	16:00 - 20:00
Pod Terebkou - nad schody		03	16:00 - 20:00	Pod Vršovicovou vodárnou III.		13	16:00 - 20:00
Zálesí x Sulická		03	16:00 - 20:00	Baarova x Telčská		13	16:00 - 20:00
Vavřenova		04	16:00 - 20:00	Plamínkové (u garáží)		13	16:00 - 20:00
Jeremenkova x Sitteho		04	16:00 - 20:00	Na Zlatnici x Na Podkovce		14	16:00 - 20:00
Pod Lysinami 2 - u traťky č. TS 5178		04	16:00 - 20:00	Psohlavců x Věkova		14	16:00 - 20:00
Pod Děkanou x Nad Spádem		04	16:00 - 20:00	Kamenitá		14	16:00 - 20:00
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)		04	16:00 - 20:00	Jiskrova x Na Mlejnu		14	16:00 - 20:00
Pekárenská x Prostřední		05	16:00 - 20:00	Podolská x U Vápenné skály		14	16:00 - 20:00
U Pernštejnských x Družstevní		05	16:00 - 20:00	Branická x K Ryšance		14	16:00 - 20:00
Družstevní ohoz x Zdařilá		05	16:00 - 20:00	Jilovská (u Alberta)		14	16:00 - 20:00
Pod Dálnicí č. 1		05	16:00 - 20:00	Horáčkova x Bartáková		17	16:00 - 20:00
V Zálomu x Na Jezerce		06	16:00 - 20:00	Lukešova x Bohrova		17	16:00 - 20:00
Valtínovská x Hornokřčská		06	16:00 - 20:00	Bitovská		17	16:00 - 20:00
Pod Višňovkou		06	16:00 - 20:00	Mezivrší x Nad Šálkovnou		17	16:00 - 20:00
Zachova x Nad Svahem		07	16:00 - 20:00	Na Liše x Na Novině		18	16:00 - 20:00
Herálecká I. x Pacovská		07	16:00 - 20:00	Jihlavská (proti garážím)		18	16:00 - 20:00
U Habrovky x U Krč. vodárny		07	16:00 - 20:00	Nad Pískovnou x Přechodní		18	16:00 - 20:00
Marie Cibulkové x U Jedličkova ústavu		07	16:00 - 20:00	Murgašova		19	16:00 - 20:00
Vrbova (u garáží)		07	16:00 - 20:00	Sinkulova x Na Klikovce		19	16:00 - 20:00
Lopatecká x Doudova		07	16:00 - 20:00	V Hodkovičkách x Jitřní		19	16:00 - 20:00
Zapadlá x Zelený pruh		07	16:00 - 20:00	Pod Jalovým dvorem		19	16:00 - 20:00
Michelská x U Michelského mlýna		10	16:00 - 20:00	Ružinovská x Kukučínova		19	16:00 - 20:00
Žilinská		10	16:00 - 20:00	Nad Havlem x U Krčského nádraží		20	16:00 - 20:00
Kotorská (u Jeslí)		10	16:00 - 20:00	Sládkovičova		20	16:00 - 20:00
Boleslavova x Božetěchova		10	16:00 - 20:00	Fillova x Rabasova		20	16:00 - 20:00
Halasova x U Strže		10	16:00 - 20:00	Mirotická x Čimelická (u ulice Novodvorská)		20	16:00 - 20:00
Nad Lesním div. x Němčická		11	16:00 - 20:00	Jihozápadní V. x Jižní IX.		20	16:00 - 20:00
Pod Krčským lesem x Ružinovská		11	16:00 - 20:00	Na Chodovci (parkoviště proti škole)		20	16:00 - 20:00
Vzdušná x Na Rovinách		11	16:00 - 20:00	Jižní XVI.		21	16:00 - 20:00
Na Vrstvách x Pod Pekařkou		11	16:00 - 20:00	Choceradská x Senohrabská		21	16:00 - 20:00
Korandova x Havlovického		11	16:00 - 20:00	Severovýchodní IV. x Severní IV.		21	16:00 - 20:00
K Výzkumným ústavům		12	16:00 - 20:00	Viktorinova		21	16:00 - 20:00
Klánova x U Vodotoku		12	16:00 - 20:00	Ohradní x Na Křivíně		21	16:00 - 20:00
Podolská x K Vysoké cestě		12	16:00 - 20:00	Podolská x Pravá		21	16:00 - 20:00

Pomoc

Záchranný kruh pro pečující



Chcete svým blízkým splnit jejich přání zůstat po zbytek života v domácím prostředí? Víte, na jakou finanční podporu máte nárok? Dovedete si představit,

co vás čeká po propuštění vašeho blízkého z nemocnice nebo léčebny dlouhodobě nemocných? Pokud váháte s odpovědí, právě pro vás je určen projekt Dva životy – Praha zapsaného spolku A DOMA. Jeho pracovníci přijdou do vaší domácnosti v čase, který vám bude vyhovovat. Záchranný kruh, který vám posílají, je v podobě individuální podpory rodinného průvodce a odborných lektorů z oborů farmacie, fyzioterapie, mediace, ošetřovatelství, práva, psychologie, sociální péče, tréninku paměti či podpora konzultanta pro sladování pracovního života a péče.

A DOMA z.s. vám díky operačnímu programu Zaměstnanost a rozpočtu České republiky prostřednictvím Evropského sociálního fondu nabízí veškeré aktivity zcela zdarma. Jedinou podmínkou účasti je, že bydlíte nebo se staráte o blízkého v Praze.

Kontakty: tel. číslo 607 307 187, e-mail dvazivoty@adoma-os.cz, www.adoma-os.cz. (red)



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Práce

Školní jídelna Na Planině 1393 hledá do nově zrekonstruované kuchyně kuchaře/ku na HPP. Pracovní doba: po-pá 6.00-14.30 h., nástup možný ihned nebo po dohodě.

Požadavky: vyučení v oboru nebo zaučení, praxe ve školní jídelně výhodou. Informace na tel. 220 104 428, 607 245 528. (red)

Sbírka plastových víček na handicapovaná dvojčata Karolínku s Rozárkou

Městská část Praha 4 pokračuje ve sběru plastových víček na podporu léčby dvojčat Karolínky s Rozárkou, která se narodila v roce 2016



Karolínka s Rozárkou se nevzdávají a statečně se perou s nepřízní osudu. Foto: Axon

v 29. týdnu těhotenství. Několik dní po porodu dívky prodělaly krvácení do mozku 4. stupně, což mělo za následek vážné zdravotní problémy, se kterými bojují dosud. „Moc si vážím všech lidí, kterými bojujím dosud. To, že se holky posouvají, to, že jsou tam, kde teď zrovna jsou, že zvládají to, co zrovna zvládají, je i vaše zásluha. Protože nebyť vás, nemohli bychom s holčičkami absolvovat tolik pobytů, hipoterapií, neurorehabilitací a podobně. Prostě za to všechno vám všem s holčičkami moc děkujeme!“ vzkázala jejich maminka lidem s dobrým srdcem, kteří buď finančně, nebo prostřednictvím sbírky plastových víček financují náročnou rehabilitaci malých holčiček.

Velký dík patří Ing. Romanu Huráňovi a firmě Bene – Top za svoz všech víček ze škol a z Úřadu MČ Praha 4. Taktéž velký dík patří řediteli MŠ a ZŠ sv. Augustina P. Mgr. Juanu Provecho, který poskytl dobrovolníky na tuto akci. Celkem bylo v listopadu odvezeno 2138 kg víček do firmy Motti s.r.o. Úřad MČ Praha 4 děkuje všem lidem, kteří se zapojili buď finančně, či sběrem víček. Díky patří i 21 školám (20 škol z MČ Praha 4, 1 škola z Prahy 12). Největší počet víček nasbírali žáci ze ZŠ Filosofská (18 pytlů) a ZŠ Jitřní (14 pytlů). Zapojeny byly také církevní instituce (Sbor Českobratrské církve evangelické v Praze 4 Braník). Další info na e-mailu: alzbeta.korcakova@praha4.cz (koordinátor akce). (ak)



PŘISTAVOVÁNÍ KONTEJNERŮ NA OBJEMNÝ ODPAD – LEDEN

Stanoviště	Zavezení:	den	hodina	Stanoviště	Zavezení:	den	hodina
Jivenská x Adamovská		02	16:00 - 20:00	K Výzkumným ústavům		16	16:00 - 20:00
Čestmírova x Mečislavova		02	16:00 - 20:00	Klánova x U Vodotoku		16	16:00 - 20:00
Zálesí x Sulická		02	16:00 - 20:00	Podolská x K Vysoké cestě		16	16:00 - 20:00
Vavřenova		02	16:00 - 20:00	Plamínkové (u garáží)		17	16:00 - 20:00
Pod Terebkou - nad schody		03	16:00 - 20:00	Jiskrova x Na Mlejnkou		17	16:00 - 20:00
Nad Pískovnou x Přechodní		03	16:00 - 20:00	Podolská x U Vápenné skály		17	16:00 - 20:00
Jeremenkova x Sitteho		03	16:00 - 20:00	Kamenitá		18	16:00 - 20:00
Pod Děkanou x Nad Spádem		03	16:00 - 20:00	Branická x K Ryšance		18	16:00 - 20:00
Pekárenská x Prostřední		04	16:00 - 20:00	Jilovská (u Údolní)		18	16:00 - 20:00
Mezivřší x Nad Šálkovnou		04	16:00 - 20:00	Na Květnici - u stanoviště tříd. odpadu		21	16:00 - 20:00
Pod Lysinami 2 - u traťky č. TS 5178		04	16:00 - 20:00	Sdružení x Nad Studánkou		21	16:00 - 20:00
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)		04	16:00 - 20:00	Horáčkova x Bartáková		21	16:00 - 20:00
U Pernštejnských x Družstevní		07	16:00 - 20:00	Pod Vršovicovou vodárnou III.		22	16:00 - 20:00
Družstevní ohoz x Zdařilá		07	16:00 - 20:00	Baarova x Telčská		22	16:00 - 20:00
V Zálomu x Na Jezerce		07	16:00 - 20:00	Bitovská		22	16:00 - 20:00
Pod Dálnicí č. 1		07	16:00 - 20:00	Sinkulova x Na Klikovce		23	16:00 - 20:00
Valtínovská x Hornokřčská		08	16:00 - 20:00	V Hodkovičkách x Jitřní		23	16:00 - 20:00
Pod Višňovkou		08	16:00 - 20:00	Pod Jalovým dvorem		23	16:00 - 20:00
Zapadlá x Zelený pruh		08	16:00 - 20:00	Lukešova x Bohrova		24	16:00 - 20:00
Mikuláše z Husi		08	16:00 - 20:00	Na Zlatnici x Na Podkovce		24	16:00 - 20:00
Murgašova		09	16:00 - 20:00	Psohlavců x Věkova		24	16:00 - 20:00
Zachova x Nad Svahem		09	16:00 - 20:00	Na Líše x Na Novině		25	16:00 - 20:00
Korandova x Havlovického		09	16:00 - 20:00	Jihlavská (proti garážím)		25	16:00 - 20:00
Vrbova (u garáží)		10	16:00 - 20:00	Jihozápadní V. x Jižní IX.		25	16:00 - 20:00
Lopatecká x Doudova		10	16:00 - 20:00	Ružinovská x Kukučínova		28	16:00 - 20:00
Na Vrstvách x Pod Pekařkou		10	16:00 - 20:00	Nad Havlem x U Krč. nádraží		28	16:00 - 20:00
Herálecká I. x Pacovská		11	16:00 - 20:00	Sládkovičova		28	16:00 - 20:00
Nad lesním div. x Němčická		11	16:00 - 20:00	Fillova x Rabasova		29	16:00 - 20:00
Pod Krčským lesem x Ružinovská		11	16:00 - 20:00	Mirotická x Čimelická (u ul. Novodvorská)		29	16:00 - 20:00
U Habrovky x U Krč. vodárny		11	16:00 - 20:00	Na Chodovci (parkoviště proti škole)		29	16:00 - 20:00
Kotorská (u jesli)		14	16:00 - 20:00	Jižní XVI.		30	16:00 - 20:00
Boleslavova x Božetěchova		14	16:00 - 20:00	Choceradská x Senohrabská		30	16:00 - 20:00
Halasova x U Strže		14	16:00 - 20:00	Severovýchodní IV. x Severní IV.		30	16:00 - 20:00
Michelská x U Michelského mlýna		15	16:00 - 20:00	Viktorinova		31	16:00 - 20:00
Žilinská		15	16:00 - 20:00	Ohradní x Na Křivíně		31	16:00 - 20:00
Vzdušná x Na Rovinách		15	16:00 - 20:00	Podolská x Pravá		31	16:00 - 20:00

Vánoční stromky do popelnice nepatří

Vyhozené vánoční stromky nedávejte do nádob na směsný odpad, protože tím se snižuje jejich kapacita. V případě, že máte veřejně přístupnou popelnicu nebo kontejner na směsný odpad (např. sídliště), lze stromky volně odložit vedle nich, ale v ostatních případech (činnovní a rodinná zástavba) je položte k nejbližším kontejnerům na tříděný odpad. Lidé by měli stromky vyhazovat nejlépe den před odvozem komunálního odpadu, aby nedocházelo k jejich přílišnému hromadění po zbytečně dlouhou dobu. Stromky jsou do vozů na komunální odpad nakládány v běžných svozových dnech a jejich odvoz bude probíhat

po celý leden a únor.

Konečná zastávka pro vánoční stromky je u odběratele, který se zabývá zpracováním dřeva. Stromky jsou nadrceny a následně využity například v zahrádkářském průmyslu do kompostu.

Znečištěné nebo nedostatečně odstrojené stromky putují společně se směsným odpadem k energetickému využití do ZEVO Malešice. Výjimka platí pro umělé stromky. Pokud už stromek dosloužil, patří do sběrného dvora. Svoz směsného odpadu od 24. do 31. 12. bude probíhat dle příslušných svozových programů, tedy jako v běžných dnech. (red)

Vítání občánků

V říjnu byli přivítáni starostou Petrem Štěpánkem a místostarostkou Ivou Kotvovou (oba Praha 4 sobě) noví občanci Prahy 4. Děkujeme za krásná vystoupení mateřské školy 4 Pastelky a Na Lánech a příjemnou spolupráci studentům střední školy Kavčí hory.

V úterý 9. října byli přivítáni: Marek Pírko, Meda Pírková, František Ochmann, Adam Hais, Marek Filip, Matěj Malý, Marek Zbořil, Jiří Vaněk, Šimon Švec, Barbora Tovarová, Elen Hradcová, Julia Johnová, Nicol Křtěnská, Beáta Jeníčková, Mia Hendrichová a Kristián Kindl.

Ve středu 10. října byli přivítáni: Antonín Chlubna, Nikol Švandová, Vít Albrecht, Matyáš Průša, Viktorie Vlková, Anna Loská, Anna Satrapová, Anna Dvořáková, David Luňák, Dora Sherif, Tomáš Beroušek, Jakub Kudlík, Jan Kudlík, Anna Bartoňová, David Oliver Rozkošný, Karel Müller a Natan Gerner.

V úterý 23. října byli přivítáni: Tereza Provinská, Milan Cudrál, Petr Míček, Marek Jonáš, Vojtěch Palán, Amálie Brožová, Tomáš Prodan, Václav Kříž, Nelly Sophie Taterová, Ellen Grünwaldová, Matylda Baroňová, Kristýna Tóthová, Amálie Bulgrová, Veronika Šváchová, Julie Hadáčeková a Marek Žváček.

Ve středu 24. října byli přivítáni: Henrik Bartko, Jakub Šverák, Agáta Mrázíková, Adam Reyes Ortega, Mikuláš Fuit, Štěpán Bartoš, Nela Pastrňáková, Laura Malcev, Benjamin Bohatý, Helena Zemanová, Daniel Soukup, Šimon Nedvídek, Benedikt Šteffek a Anna Horvátová.

V pátek 26. října byli přivítáni: Jakub Novotný, Denisa Flekalová, Adam Turcmanovič, Lukáš Hasal, Šimon Rychetský, Liliana Kačmárová, Martina Procházková, Anna Vlková, Amélie Vlková, Agáta Šimková, Adam Hanoura, Tereza Kalinová, Sophia Elena Štelčík, Sofie Králová, Darja Schürerová, Filip Lacina, Tobiáš Battěk a Barbora Vlčková. (red)

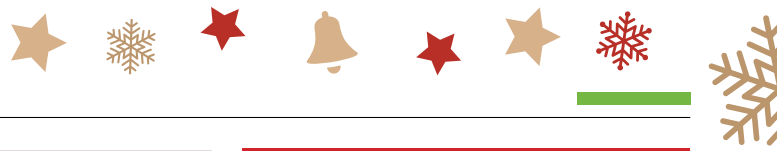
Seznamte se s počítačem

V roce 2019 zahajují v bezbariérovém počítačovém klubu U Zeleného ptáka opět oblíbené individuální počítačové kurzy, do nichž se můžete hlásit již nyní. Osoby se zdravotním postižením zaplatí 300 Kč, senioři od 400 do 600 Kč, se slevami mohou počítat ženy na mateřské a děti, pokud je absolvují jako doučování. Kurzy jsou vypsány na leden až březen 2019.

Naučíte se základy OS Windows, pokročilou práci s počítačem a balíčkem programů MS Office. Nedílnou součástí kurzu je internet. Pro zájemce o výuku s moderními zařízeními, jako jsou chytré telefony a tablety, jsou připraveny speciální kurzy. Pokračovat bude i kurz angličtiny pro pokročilé a cvičení vsedě – na židli s prvky jógy. Toto cvičení je vhodné zvláště pro méně pohyblivé seniory a vozíčkáře.

Kontakt:

PC klub pro zdravotně postižené, U Zeleného ptáka 1158/5, tel.: 271 913 590, 607 534 184, www.zelenyptak.cz. (red)



Vánoční zamyšlení Rudolfa Křestana

Kde bydlí Ježíšek?



Na otázku z titulku odpovím rovnou, že v Praze 4 to není. Skutečnost, že zde nikdo toho příjmení nebydlí, jsem zjistil zásluhou webu kdejsme.cz. Lze v něm dohledat výskyt nositelů různých příjmení z hlediska trvalého bydliště. Ne snad, že by tam byla konkrétně zmíněna Praha 4, ale jen celkově hlavní město. Tam není uveden ani jeden jedinký, z čehož jsem

logicky vyvodil, že žádný nesídlí ani v Praze 1, ani 2, 3, 4... Pravda, v hlavním městě je sice ubytováno Pražské Jezulátko, ale to se nepočítá. Kromě jiného proto, že je původem ze Španělska. Zdá se mi až neuvěřitelné, že výskyt toho příjmení je v metropoli nulový, aspoň podle zmíněného webu. A přitom v daleko menší Staré Roli u Karlových Varů, kde jsem trávil dětství, jsme Ježíška měli! Byl vedoucím tamní pošty a zvláště ve vánočním období zcela naplňoval obsah svého příjmení, když přijímal i vydával balíčky. Chcete-li vědět, kde se v současnosti vyskytuje nejvíc nositelů toho příjmení, pak dodávám, že jich je celkem evidováno 71 a z toho většinou na Moravě (například v Bohumíně 27, v Ostravě 12 a v Orlové 9). Když občas slyším výhrady vůči takzvanému pragocentrismu, že tady prý máme všeho víc než všichni ostatní v zemi, je to blud už proto, že zde nemáme ani jednoho Ježíška! Tak si ho musíme vzájemně udělat sami. *Vánoční glosu exkluzivně pro časopis Tučňák napsal Rudolf Křestan, známý publicista a obyvatel Prahy 4.*

Vyšla kniha vzpomínek na historický Vyšehrad

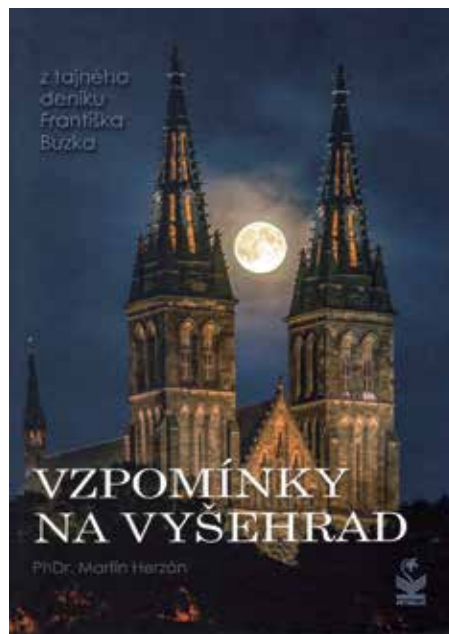
Na přelomu října a listopadu vyšla kniha Martina Herzána s názvem Vzpomínky na Vyšehrad. Má podtitul Z tajného deníku Františka Buzka a pojednává o historii Vyšehradu od počátku 17. století do první poloviny 20. století.

Nezabývá se jen místem a jeho pamětihodnostmi, ale i životem na Vyšehradě.

Kniha byla sepsána na základě nedávno objeveného deníku desátníka rakousko-uherské armády Františka Buzka, narozeného roku 1887, který na Vyšehradě dlouhá léta sloužil a žil.

Jeho deník je plný tajemství a zajímavostí o Vyšehradu, protože Buzek se o Vyšehrad dlouhá léta zajímal a vyzpovídal snad všechny, kdo na Vyšehradě žili nebo působili. Kromě jiného se věnuje i historii Jedličkova ústavu a spisovatelce Popelce Biliánové, která většinu života prožila ve svém domku za branami Vyšehradské pevnosti.

Kniha má 112 stran formátu A5 a mnoho unikátních historických fotografií. (red)



Tučňák

Měsíčník městské části Praha 4, zdarma do schránek, ročník XXV • Vychází 11x ročně • Místo vydání: Praha • Registrace: MK ČR E 12556 • Pro MČ Praha 4 připravuje: Strategic Consulting, s.r.o., IČ: 25792920, držitel certifikátu ISO 9001 • Šéfredaktor: Martin Dudek • Redakční rada: Petr Štěpánek, Petr Horálek, Petr Kutílek, Michal Hroza, Klára Cingrošová, Jan Schneider, Lukáš Zicha a Antonín Lébl • Tajemník redakční rady: Jiří Bigas • Inzerce: Renáta Čížková, tel.: 777 114 473 • Adresa redakce: Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice, tel.: 224 816 821, fax: 224 816 818, • Vydavatel: MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Praha 4, IČ: 00063584 • Fotografie bez uvedení zdroje pocházejí z redakčního archivu či z MČ Praha 4 • Titulní ilustrační foto: MČ Praha 4 • Tisk: Europrint, s.r.o. • 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 prosincového čísla probíhá od 6. 12. do 13. 12. 2018. Distribuce lednového čísla je plánována od 4. 1. do 11. 1. 2019

V rámci kontroly distribuce časopisu si vás dovoluujeme požádat o spolupráci. Pokud neobdržíte časopis ve výše uvedeném termínu, oznamte to e-mailem na: tucnak@praha4.cz nebo telefonicky na 261 192 492. Vždy uvádějte ulici a číslo vašeho domu. Děkujeme!

SOUTĚŽ

SOUTĚŽTE A VYHRAJTE KNIHU



V pořadí již 20. publikace plná fejetonů Rudolfa Křestana nese název Tajemné kotě aneb 95 fejetonů, které se autorovi okotily. První fejeton mi byl zveřejněn v 16 letech. Končil tečkou, ale ve skutečnosti nekončil, neboť i všechny moje další – po víc než půl století – na ten první

bezděky navazovaly, uvedl autor a obyvatel městské části Praha 4 a dodal: „Název knihy je sice z oblasti fauny, ale nejde o knižku chovatelskou. Kotě se v názvu ocitlo náhodně, a to jako symbol tajemného zážitku, který zmiňuji v jedné z 95 začleněných vyprávěnek.“

Soutěžní otázka:

Jak se jmenovala první kniha Rudolfa Křestana?

a) Trumpeta a jelito b) Myš v 11. patře c) Kos a kosinus

Odpověď zašlete do 28. 12. 2018 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Tři autoři/rky správné odpovědi získají knihu plnou fejetonů. Výherci z listopadového čísla (správná odpověď c – Národní třída): Magdaléna Weimannová, Vít Pavlíček a Radek Žalecký. Gratulujeme!

Budete se inspirovat?

Do redakce Tučňáku zaslal e-mail Viktor Puci krátký příspěvek, který by mohl být inspirací i pro jiná bytová družstva či společenství vlastníků: „Jsme SVJ v Údolní 1103 a 1104 v Praze 4 -Braníku. U příležitosti 100. výročí vzniku Československa jsme u vchodu do domu instalovali drážky na prapory. Plánujeme prapory vyvěšovat vždy v čase státních svátků.“ Zavlaží příští rok prapory i jinde? Nechme se překvapit. (red)



KONTAKTY NA REDAKCI A INZERCI



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



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

Písemné připomínky, názory a podněty: Tučňák, Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice. Podmínky inzerce a termíny vydání: www.ceskydomov.cz
Uzávěrka lednového čísla je 12. 12. 2018.





DKNV
PŮJČOVNA

JEZDÍM DO DKNV UŽ LÉTA

- Dlouhá otevírací doba: po-pá 7-19 a so 7-13
- Široká nabídka nářadí a strojů
- Odborný personál
- Výhodné podmínky a ceny

VÍM PROČ !

800 600 700 **www.dknv.cz**



DKNV
SERVIS

**NEJLEPŠÍ
SERVIS NÁŘADÍ
V PRAZE**

→ Otevírací doba:
po-pá 7-16

SERVIS A PRODEJ NÁŘADÍ

SC-381457/01



Milí obchodní přátelé,

*přeji Vám příjemné prožití Adventních svátků,
krásné Vánoce a šťastný nový rok 2019.*

Moc se těším na další spolupráci s Vámi.

*A prosím, nezapomeňte, ještě v letošním roce 13. prosince máme
uzávěrku inzerce do LEDNOVÉHO vydání Tučňáka.*

Renata Čížková
mobil 777 114 473, e-mail: renata.cizkova@ceskydomov.cz



SC-381446/01

★★★★ NEJLEPŠÍ SVĚTOVÁ AKROBATICKÁ SHOW ★★★★★

**ČÍNSKÝ NÁRODNÍ
CIRKUS**



**30 ŠPIČKOVÝCH
ČÍNSKÝCH ARTISTŮ**

THE GREAT WALL

25. a 26.1.2019 PRAHA
Kongresové centrum

WWW.CINSKY-NARODNI-CIRKUS.CZ

VSTUPENKY EKLUZIVNĚ U
TICKET ART

SC-380065/115



eF7ko
zdravotně kondiční centrum

OD CENTRUM
Hlavní 2459/108
141 00 Praha 4 – Záběhlice
Spojení: bus 138 zastávka Sídliště Spořilov
bus 118, 135, 136, 170, 213 zastávka Hlavní
Rezervace: www.effko.cz
email: info@effko.cz, tel.: 776 690 606

ZDARMA
S tímto kupónem přijďte na 1. lekci
při rezervaci do poznámky
napíšte "Ukázková lekce"
Platnost kupónu
do 31.12.2018.

SC-381454/01

NEJKRASNEJSI VANOCNI SKLADBY OD POCATKU VEKU

GREGORIAN

HOLY CHANTS TOUR 2018



 **Český Domov**
noviny do každé schránky



11.12. + 12.12.

PRAHA, KONGRESOVÉ CENTRUM

FPPRO
WWW.FPPRO.CZ

WWW.GREGORIAN2018.CZ