

DEVÍTKA

OFICIÁLNÍ MAGAZÍN MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 9

www.PRAHA9.cz

ÚNOR 2026



Masopust je tu!



**ROADSHOW
NA TŘECH
KLUIŽIŠTÍCH**



**TALK SHOW
VÁCLAVA
ŽMOLÍKA**



**KDO SI
ZASLOUŽÍ
OCENĚNÍ?**

POMÁHÁME

Na prodejnách Kaufland efektivně spolupracujeme s mysliveckými spolky, lokálními ZOO a místními farmáři. Předcházíme tak plýtvání potravinami a krmíme zvířata ve všech regionech České republiky.



**NEKRM
KOŠ!**

**Rozhodují
činy.**


Kaufland

SLOVO STAROSTY

Vážení čtenáři,

začátek roku s sebou přinesl nejen mrazy a sníh, kterému jsme v posledních letech v Praze odvykli, ale přišla i další změna – hl. m. Praha zhruba po dvouletém intenzivním vyjednávání získala klíčové pozemky u parku Zahrádky ve Vysočanech, které dosud patřily klášteru dominikánů. A protože to byly pozemky stavební, plánoval na nich investor postavit bytové domy. Nyní je možné zvětšit o tyto pozemky rozlohu parku Zahrádky, zachovat tak na nich zeleň a zajistit ochranu cenného biotopu podél říčky Rokytky. Naši snahou nyní je získat od magistrátu tyto pozemky do správy deváté městské části.

Stejně jako pozemky u Rokytky má pro devítku strategický význam lokalita Klíčovských sadů, proto tu už několik let vykupujeme pozemky. Díky tomu postupně tvoříme velkou a souvislou plochu zeleně, abychom ji mohli udržovat, revitalizovat, a hlavně chránit pro budoucnost. Znamená to nejen zachování zeleně a klidového prostoru pro nás všechny, prostor pro vzdělávací aktivity pro děti, udržení programu pro lidi bez domova, kteří zde chovají ovce, kozy, slepice, včely, ale i větší pořádek a bezpečnost v lokalitě. V současnosti



tu spolu s hl. m. Prahou vlastníme téměř 80 % všech pozemků a do budoucna chceme získat všechny, na nichž původně byly sady.

Když se nám před lety podařilo po mnohaletém úsilí získat stavební pozemky na Střížkově k rozšíření parku Prátele, považoval jsem to téměř za zázrak. Dnes podobně zvětšujeme park Zahrádky a uprostřed vysočanské zástavby tvoříme novou zelenou rekreační oázu. A pak že se zázraky neopakují.

Tomáš Portlík, starosta MČ Praha 9

PŘEČTĚTE SI

- 4 Oceňování občanů MČ Praha 9
- 5 Rekonstrukce v Kbelské Asistenti prevence kriminality MČ Praha 9
- 6 Zastupitelské fórum
- 7 Vyhláška o školním stravování
Zdravá jídelna MŠ Novoborská
Spolek Darwin
- 8 Masopust
- 9 Poliklinika Prosek
- 10 Besedy pro rodiny s dětmi
Auta pro sociální služby
- 11 Vysočanská „V“
Univerzita třetího věku
- 12 ZŠ Litvinovská 500
Zápis dětí do 1. třídy
Dny otevřených dveří ve školkách
- 13 MŠ Novoborská
MŠ Veltruská
MŠ U Vysočanského pivovaru
- 14 Gymnázium Litoměřická
ZŠ Litvinovská 600
- 15 Galerie 9
- 16 Divadlo Gong
- 17 Divadlo AHA!
- 18 Šansony v Divadle Gong
- 19 Koncert Tóny, které se dědí
Pragovka Gallery
Beseder Gallery
- 20 Městská knihovna Praha
- 21–22 Rokytka
- 23 Knoflík
Edu Bubo Klub
DDM Praha 9
Kurzy v Obecním domě
- 24 Kulturně aktivizační centra pro seniory
- 25–27 Informace (nejen) z radnice
- 28–29 MS v krasobruslení

Naše tipy pro váš diář

4. ÚNORA 2026

Roadshow v rámci MS v krasobruslení na kluzišti Fontána Střížkov

10. ÚNORA 2026

Roadshow v rámci MS v krasobruslení na kluzišti v parku Zahrádky

13. ÚNORA 2026

Masopust v parku Podkovářská s Edu Bubo Klubem

14. ÚNORA 2026

Multi-kulti masopust na Střížkově se Spolkem za veselejší Střížkov a MČ Praha 9

15. ÚNORA 2026

Ledové hvězdy na kluzišti Fontána – show profesionálních krasobruslařů z Evropy, Kanady a USA

25. ÚNORA 2026

Den prevence na Poliklinice Prosek: Cukrovka neboli diabetes mellitus

Další informace najdete také na www.praha9.cz a na FB Praha 9-dobrá adresa

Příští číslo vyjde 1. března 2026

Měsíčník městské části Praha 9 – DEVÍTKA • Vydává MČ Praha 9 ve vydavatelství Český Domov Media House, pod registračním číslem MK ČR E 13319 v nákladu 39 000 výtisků
MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 9 Sokolovská 14/324, 180 49 Praha 9, tel.: +420 283 091 101 • **Úřední hodiny:** Po–st 8.00–18.00 hod. • **Vedoucí redaktorka:** Mgr. Marie Kurková, majkaskurkova@gmail.com, tel.: 603 895 818 • **Redakční rada:** Předsedkyně: JUDr. Jana Nowaková Těmínová, členové: Mgr. Adam Vážanský, Ing. Zdeněk Davídek, JUDr. Renata Portlíková, Bc. et Bc. Vladimíra Mušálková, PhDr. David Pavlát, Ph.D., Václav Vislous, MSc. • Vaše názory, podněty, náměty nebo příspěvky a fotografie rádi uvítáme na e-mailu: redakcedevitky@praha9.cz nebo na poštovní adrese městské části Praha 9 • **Další kontakty:** Český Domov Media House s.r.o., Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 - Strašnice. Jednatel společnosti: Radek Procházka • **Marketing a inzerce:** Mgr. Jaroslav Harviš, jaroslav.harvis@ceskydomov.cz, tel.: 224 816 821, mob.: 734 505 923 • **Korektury:** Bc. Ing. Gabriela Hegerová • **Grafická úprava:** Český Domov Media House s.r.o., pavel.huml@ceskydomov.cz • **Tisk:** MAFRAPRINT, Turyna Petr: 734 517 178 • **Distribuce:** Zdarma do každé schránky zajišťuje Česká pošta, s. p. Reklamace na nedodání výtisků lze uplatnit na tel.: 283 091 111, e-mail: podatelna@praha9.cz • **Foto na titulu:** Marie Kurková

Navrhněte, kdo by měl být oceněn MČ Praha 9

Pokud znáte osobnost, která spojila svůj život, působení a dílo s devátou městskou částí, významně přispěla k jejímu rozvoji, proměnám nebo zviditelnění, můžete svým návrhem podpořit, aby byla oceněna. Právě díky těmto nominacím se můžeme lépe seznámit s jejich inspirativními příběhy a mít tolik potřebné vzory v našem okolí.

Městská část Praha 9 má od roku 2010 možnost morálně ocenit své občany za jejich příkladné a inspirativní počiny prostřednictvím několika čestných cen. O tom, kdo ocenění získá, rozhodují sami obyvatelé Prahy 9 – navrhnout mohou jak jednotliví občané, tak instituce prostřednictvím svých zastupitelů.

Návrhy na ocenění osobností je nutné podat do 30. dubna 2026. Jména navržených

laureátů budou následně projednána v Radě a Zastupitelstvu MČ Praha 9. Ocenění budou vyznamenáním osobnostem předávána v září na slavnostním zasedání u příležitosti výročí, kdy císař František Josef I. udělil Vysočanům právo používat městský znak v podobě, jakou známe dodnes.

Podmínky pro udělení ocenění, návrhový formulář i profily již oceněných občanů jsou dostupné na www.praha9.cz. Formu-



láře jsou rovněž k dispozici v Informačním centru radnice ve Vysočanech, kde je možné je i odevzdat.

mk, ilustrační foto: MČ Praha 9

KDO UŽ OCENĚNÍ ZÍSKAL?

Čestný občan MČ Praha 9

2006
Jindřich Kolben

2007
Václav Klaus

2011
PhDr. Zdeněk Mahler, Dr.h.c.

2012
David Svoboda

2015
Prof. Ing. Ivan Wilhelm, CSc.,
dr. honoris causa mult.

2017
Jaroslava Mokrý

2024
Ing. Jan Jarolím
Ing. Josef Neček

2025
Miloslava Hübnerová –
Rezková
Eva Romanová
Pavel Roman - in memoriam

Cena MČ Praha 9

2010
Stanislav Bártil
Jiří Jonáš
Miroslav Kuranda
Rudolf Obid
Lili Šaraříková – in memoriam

2011
Libuše Havelková
Doc. Dr. Ing. arch. Otakar Kuča
MUDr. František Neradilek

2012
Mgr. Jaroslava Halamová
Božena Jiřiová
RNDr. Otakar Mach
MUDr. Alena Machová

2013
Zdeněk Kopenec
Marta Landová
Ivan Kieslinger

2014
František Horký

2015
Prof. MUDr. Bohuslav Ošťádal,
DrSc.
Eduard Krütznér
Ing. František Grée – in
memoriam
Jaroslav Satoranský
Vladimír Zedník

2016
Pavel Baudys – in memoriam
Prof. Josef Kolmaš
Jan Král

2017
Prof. František Pišinger
Aleš Frabša
Petr Maišaidr
Ivana Kadlečková

2018
Dana Martínková

2019
Mirka Mádrová
ThDr. Stanislav Prokop – in
memoriam

2021
Ing. Josef Neček
Václav Vorlíček
Jaroslav Vojtěch

2025
Helena Dubničová
Ing. arch. Adolf Vrhel – in
memoriam

Cena starosty MČ Praha 9

2010
Mgr. Eliška Kasinová

Pavel Lopata
Patrik Šála

2011
Martina Drijverová
Soňa Holubová
Vlasta Křišťanová
Petr Kmenta
Jan Schütz

2012
Vlasta Houdková
Danuše Mrkvičková
Petr Poklop
Sokolské jednoty Prosek
a Vysočany

2013
Jiří Krejčí
Roman Holk
Petr Hoško

2014
Jaromír Kinc
Olga Jiráková
PhDr. Zdeňka Čechová
Ragbyový klub Praga Praha

2015
Ing. Aleš Vejšický
Ragbisté Praga Vysočany

2016
Růžena Dejmková
Ing. Jiří Navrátil
Miloš Kříž
MUDr. Marta Smutná
Mgr. Michaela Žáčková

2017
Ing. Eduard Juran
Matěj a Kryštof Špilarovi
Bc. Andrea Dunděrová
Aleš Jindra a Jan Grunta
MUDr. Jana Bláhová
Rugby Club Sparta Praha

2018
Ludmila Antonyová
Ing. Jiří Dufek
Ing. Dita Franklová
Ing. Michal Petrov
Karel Beneš
Střížkovská občanská
solidarita
Spolek za veselejší Střížkov
Záchrana Proseka

2019
Blanka Kašparová
Vlastimil Nytra
Jiří Kryštof

2020
Ing. Petr Budiš, PhD., MBA
Ing. Tamir Winterstein
Mgr. Věra Lodrová
Mgr. Marie Musálková
Mgr. Božena Žižková
Miluše Kulišánová

2021
Martina Mačáková
Mgr. Vítězslav Rázek
Michaela Krunclová

2022
RNDr. Věra Cyprichová
MUDr. Petr Vrkoč
Antonín Svoboda
Martin Fitan

2023
RNDr. Stanislav Gottwald
Vratislav Kracman
Nikol Ullrichová
Tomáš Krajča
Volejbalový klub Lvi Praha
Tým architektů, projektantů
a stavbařů, který se podílel
na stavbě ZŠ a MŠ Elektra:
Architektonický ateliér ADR

s.r.o., projekční kancelář
BOMART spol. s r.o., sta-
vební společnost PP 53 a.s.,
stavební společnosti SMP
Construction, a.s., vedoucí
oddělení investic a údržby
Ing. Stanislav Goller

2024
Ing. Jaroslava Davidová
Marek Holeček
Josef Jiša
Eva Kořánová
Ing. Pavel Kyselák
Marie Ledererová
Ing. arch. Jakub Masák
Ing. Soňa Purmová, MBA
Přemysl Rut
Ing. arch. Marek Tichý
Pražský organizační výbor MS
IIHF v ledním hokeji 2024 –
Petr Bříza, Vladimír Šafařík,
Miloš Benda
ACEMA Sparta Praha florbal

2025
Patrik Matušík
Hana Krotilová
Mgr. Renata Kroupová
MUDr. Eva Kunstátová
Ing. Vítězslav Kyšer – in
memoriam
Ing. Jiří Navrátil
Mgr. Jaroslava Tvrzníková
MUDr. Jiří Váchal
MUDr. Pavel Sokolík
MUDr. Svatoslava Tůmová
Věra Mizerová
Samuel Šála
Marcela Tůmová
Pavel Stratil
Mgr. Ladislava Jeřábková
Badminton SK Prosek Praha

PRAVIDLA MČ PRAHA 9 PRO UDĚLOVÁNÍ OCENĚNÍ OBČANŮ

Pravidla pro udělování ocenění občanům a zástupcům starosty v Praze 9 byla schválena zastupitelstvem deváté městské části už 27. dubna 2010 podle zákona o hlavním městě Praze. Nejvyšším čestným osobním vyznamenáním je **ČESTNÉ OBČANSTVÍ Městské části Praha 9**. Jako morální ocenění za významná díla a mimořádné činnosti je udělována **CENA Městské části Praha 9**. Za významné počiny zejména v kulturní, sportovní, sociální a vzdělávací oblasti a ve volnočasových aktivitách je kolektivům i jednotlivcům udělována **CENA STAROSTY Městské části Praha 9**.

Kbelskou čeká rekonstrukce a řidiče peklo

Na jaře začne rozsáhlá rekonstrukce vozovky a systému odvodnění ve vytižené Kbelské ulici, a to v úseku od Cínovecké po nájezd na Novopackou. Přinese zúžení ze dvou na jeden pruh v každém směru, což způsobí výrazné dopravní komplikace.

Kbelská je jednou z nejvytíženějších komunikací v Praze, kde projíždí denně téměř 90 tisíc automobilů. Nahrazuje totiž na severovýchodě metropole hned dva okruhy. A to jak ten vnější, určený pro tranzitní dopravu od dálnice D8 směrem k D1, tak ten vnitřní. Místo chybějící severovýchodní části Městského okruhu a Vysočanské radiály ji totiž využívají řidiči mířící třeba od tunelu Blanka směrem k D10. Zároveň je Kbelská součástí Průmyslového polookruhu, který odklání dopravu od Štěrbohol po Letňany.

„Pokud nastanou problémy například na D8, D10 nebo D11, automobily zajíždí na objízdných trasách do obytných zón a doprava kolabuje v celé severovýchodní části Prahy. Negativním dopravním dopadům se nevyhne ani MHD – městská a příměstská autobusová doprava. Jsme si vědomi, že se komunikace musí opravovat. Ostatně sami řidiči upozorňují na hluboké koleje vyjeté v asfaltu a propady kanalizačních vpustí. Nicméně po zkušenostech z posledních let se velmi obávám, aby i v tomto případě nebyla podceněna koordinace prací a dopravně inženýrská opatření,“ konstatuje radní MČ Praha 9 pro dopravu Tomáš Holeček a dodává: „Už koncem loňského roku jsme proto žádali, aby Magistrát hl. m. Prahy s dostatečným předstihem předložil harmonogram prací, etapizace a dopravně inženýrská opatření včetně objízdných tras pro automobilovou i nákladní do-

pravu. A to i těch, které povedou územím Středočeského kraje.“

Devítka rovněž požaduje informace o dalších uzavírkách nebo dopravních omezeních v severovýchodní části Prahy, které budou probíhat ve stejnou dobu jako rekonstrukce Kbelské.

Zahájení rekonstrukce ulice Kbelská je plánováno na jaro 2026. Detailní

harmonogram prací včetně termínu dokončení a finální cena zakázky budou upřesněny po uzavření smlouvy s vybraným dodavatelem a budeme o nich informovat.

Pro lepší orientaci v probíhajících opravách a omezeních je užitečné sledovat zejména web opravujeme.to, který provozuje TSK.

mk

DVĚ HLAVNÍ ETAPY REKONSTRUKCE KBELSKÉ:

1. Oprava jízdního pásu z centra

Provoz ve směru do centra bude zachován v protisměru.

Provoz směrem z centra bude sveden do jednoho pruhu a nájezd umožněn pouze z komunikace Novopacká. Vozidla jedoucí z Hloubětína odbočí doprava na Novopackou a otočí se na exitu Budovatelská. Ostatní nájezdy na Kbelskou jsou uzavřeny.

Redukce pruhů směrem do centra z Cínovecké – pojedí se jen jedním pruhem. Levý pruh rampy Cínovecká-Kbelská slouží pouze pro IZS.

2. Oprava jízdního pásu do centra

Provoz ve směru z centra bude zachován v protisměru.

Režim ve směru z centra bude obdobný jako v první etapě s využitím objížďky přes exit Budovatelská.

Po návratu na Kbelskou vedení v režimu 1+1.

Provoz do centra bude převeden u Cínovecké do protisměru (pás z centra) až k Novopacké.

DOPRAVNÍ OPATŘENÍ

Režim dopravy: V režimu 1+1 v jednom jízdním pásu, druhý pás bude celý uzavřen.

Přejezdy: Budou zřízena provizorní místa pro přejezd středního dělicího pásu.

Povolená rychlost: V celém dotčeném úseku bude rychlost omezena na 50 km/h.

Nasazení odtahových vozidel: Na každé straně budou dvě odtahová vozidla, jeden pro odtah osobních vozidel a druhý pro nákladní vozidla.

Zřízení vyhrazených jízdních pruhů: pro vozidla IZS a MHD za účelem zajištění plynulého průjezdu a zvýšení provozní stability veřejné dopravy.

Úpravy světelných signalizačních zařízení: V rámci dopravně inženýrských opatření se úpravy semaforů dotknou 29 lokalit, včetně klíčových křižovatek v ulicích Freyova, Vysočanská, Prosecká a Kbelská. Na vybraných křižovatkách rovněž bude instalováno provizorní signalizační zařízení.

Devítkoví preventisté zabodovali

V ulicích devítky jsou od května loňského roku denně vidět asistenti prevence kriminality MČ Praha 9. Nedávno jejich činnost ocenili policisté z vysočanského oddělení Policie ČR.

Ze Základní školy Špitálská upozornili policii na podivné chování muže, který se potloukal kolem školy a pozoroval a oslovoval děti. Jeho fotografie se dostala i k asistentům prevence kriminality, kteří pravidelně hlídají na náměstí OSN. Během krátké doby na muže narazili a okamžitě zavolali policejní hlídku.

„Děkujeme za ochotu a iniciativu, s níž nám vaši asistenti prevence kriminality pomohli ztotožnit neznámého podezřelého v parku náměstí OSN. Prověřujeme ho pro obtěžování žáků základní školy Špitálská,“ ocenil spolupráci npor. Lukáš Votava, zástupce vedoucího místního oddělení Policie ČR ve Vysočanech.

Spolupráci s Policií ČR i strážníky Městské policie Praha 9 si pochvaluje také Tomáš Bajza, který se na zadržení podílel. Asistentem prevence kriminality je na devítce od samého začátku: „Nejdříve jsem byl na Proseku a v posledních měsících hlídám s kolegy ve Vysočanech. Na náměstí OSN a v jeho okolí se zdržuje hodně bezdomovců, feťáků... zkrátka je tu s nimi dost problémů. Naštěstí už máme respekt, takže většinou odcházejí, když nás vidí. A to, že nám nadávají, musíme brát s nadhledem.“

Na otázku, jestli se nebojí, krčí Tomáš Bajza rameny: „To říct nemohu, ale je to moje práce. A hodně lidí je rádo, že nás tady vidí.“

Text a foto: Marie Kurková



Tomáš Bajza je asistentem prevence kriminality MČ Praha 9 od samého začátku fungování této služby

Zastupitelské fórum

Jak se díváte na novou vyhlášku o školním stravování?

Tereza Štaubrová
radní MČ Praha 9
ODS/Společně pro devítku:

Nová vyhláška o školním stravování představuje významný krok směrem ke zdravějším a nutričně vyváženějším jídelníčkům ve školních jídelnách. Pozitivně lze hodnotit, že stanovuje minimální standardy a zároveň ponechává kuchařům prostor pro kreativitu a přizpůsobení jídelníčku místním podmínkám a oblíbeným pokrmům dětí. Mezi hlavní přínosy patří povinnost zařazovat do každého jídla ovoce či zeleninu, bílkoviny, sacharidy a tuky, což podporuje komplexní výživu dětí. Důraz na omezení cukru a průmyslově zpracovaných potravin s vysokým obsahem soli je rovněž krok správným směrem, stejně jako doporučení k většímu využívání ryb, luštěnin a bezmasých pokrmů. Na druhou stranu úspěšná implementace závisí na ochotě a možnostech jednotlivých jídelen změny skutečně realizovat. Pro některé provozy mohou být nároky na pestrost a kvalitu surovin organizačně i finančně náročné, obzvláště z důvodu povinnosti zařazovat do jídelníčku biopotravin.



Václav Vislous
zastupitel MČ Praha 9
Česká pirátská strana:

Vítám modernizaci školního stravování po 30 letech. Zdravý talíř vnímám jako součást vzdělávání. Pokud děti naučíme hodnotě jídla, budou mít více energie na učení a méně obědů skončí v koši. Proto podporuji holistický přístup. Nestačí jen změnit recepty. Musíme hlídat, aby kvalitní jídlo zůstalo finančně dostupné všem rodinám a preferovat suroviny od lokálních farmářů. Nejdůležitější jsou však lidé. Stát přenesl platy kuchařek na obce, ty jsou však dlouhodobě podhodnocené. Naším cílem musí být důstojné podmínky a investice do moderních technologií, které kuchařkám ulehčí práci a dají prostor pro vlastní invenci. Školní jídelna má být moderním místem, které je férové k dětem, rodičům i personálu, jenž u plotny stojí.



Vladimíra Mušálková
zastupitelka MČ Praha 9
PRAHA 9 SOBĚ:

Novelu vyhlášky o školním stravování vítám. Připadá mi logické, že se po více než 30 letech pravidla konečně upravují podle aktuálních poznatků vědy o výživě a jejího vlivu na zdraví člověka, zejména dětí, jejichž organismus se teprve vyvíjí. Pestřejší jídelníček, více ovoce a zeleniny v různých podobách, méně průmyslově zpracované suroviny či omezení slazených nápojů – osobně v těchto zásadách nevidím nic kontroverzního. Vyhláška navíc vychází z doporučení, která odborníci a nutriční specialisté prosazují už řadu let. Rozumím obavám z možného zvýšení nákladů, ale neměli bychom šetřit právě na stravě pro děti. Kvalitní jídlo má vliv i na jejich soustředění, schopnost učit se a zvládat zátěž. Pro rodiny v obtížné situaci navíc existují možnosti dodatečné podpory při úhradě školních obědů.



David Pavlát
zastupitel MČ Praha 9
ANO 2011/ s podporou SOCDEM

Změna vyhlášky o školním stravování vzbudila poměrně silné emoce. Někteří se obávali, že to bude znamenat konec dětmi oblíbených jídel, a naopak zařazování pokrmů, které jíst nebudou. Když se člověk podívá na jídelníček nějaké školy, lívance nebo ovocné knedlíky v něm vidí i dnes a proti většímu důrazu na zdraví, ať už v podobě čerstvé zeleniny, nebo nakonec i luštěnin, se lze těžko stavět. Zdá se, že si školní jídelny a kuchařky poradí, a už se tak i děje. Možná větší problém je s povinností umožnit dětem konzumaci vlastního jídla v jídelně. Nošení krabiček do školy vzbudilo nelibost u některých ředitelů i personálu školních jídelen z hlediska hygieny, přípravy i vlastního stravování. Nic ale nakonec není tak horké, jak se to uvaří – tak bych asi tematicky s jistotou mírou nadsázky a při vysoké úctě k personálu školních jídelen, jejichž odměna je spíše almužnou než ohodnocením jejich těžké práce, celkově emoce kolem změny vyhlášky v krátkosti shrnul.



Zdeněk Davídek
radní MČ Praha 9
Naše devítku:

Nová vyhláška o školním stravování je opět krásným příkladem, že „cesta do pekla je dlážděna dobrými úmysly“. V dnešní uspěchané době je pro nemalé děti školní oběd jediné teplé jídlo denně, mělo být naším zájmem, aby ho dítě i snědlo. Je nezbytné, aby každé dítě mělo možnost najíst se ve školní jídelně kvalitně, zdravě, chutně a dostupně. Bohužel zvýšený trend luštěnin, cizrny, tofu, kuskusu, batátů, jáhel či ovesné kaše není rozhodně standardem, který znají děti z domova. Školní jídelna nemůže změnit dětské stravovací návyky. Nechápu, proč neproběhlo řádné a široké testování, když máme v ČR 1,6 milionu strávníků ve školních jídelnách, proč se při něm neporovnával faktor GASTRO odpad, který poměrně jasně, zvláště v delším časovém úseku ukazuje, co děti jedí. A tak se obávám, že výsledkem je vyhláška, která bude plnit gastropopelnice, a ne žaludky dětí. Vyhláška, ze které mají největší radost prodejci hot-dogů či jiného rychlého občerstvení u škol a ze které zůstanou oči pro pláč kuchařkám školních jídelen.



Bedřich Laube
zastupitel MČ Praha 9
SPD, Svobodní a Trikolora P9:

Z mého pohledu by měla být vyhláška co nejméně svazující a dávat větší prostor zřizovatelům a samotné škole, tím pádem je určité k přepracování.



INFO

Odpovědi, za jejichž obsah odpovídají jen jejich autoři, nejsou redakčně upravovány.

Co přináší nová vyhláška o školním stravování?

Po dvaatřiceti letech se mění principy výživových norem, podle nichž se připravuje strava ve školních jídelnách.

Starý spotřební koš (spotřební koš jsou suroviny určité kvality a množství) hlídal pouze množství surovin (ovoce, zeleniny, masa, ryb, brambor, luštěnin, tuku, cukru, mléka a mléčných výrobků), ze kterých má být strava za daný měsíc uvařena, ale nikoliv výživovou kvalitu potravin. Nový spotřební koš stanovuje nejen množství, ale i nutriční kvalitu potravin a také určuje pravidla, jak sestavovat jídelní lístek.

Nutriční hodnota stravy je pro růst a vývoj dětí klíčová. Nový spotřební koš vede k využívání takových potravin, které mají důležitou nutriční hodnotu, a znesnadňuje využívání těch, které jsou bohaté na cukr, sůl, nasycené tuky, nebo těch vysoce průmyslově zpracovaných. (Například nutričně hodnotné nejsou rybí prsty, které obsahují méně jak 60 procent masa a více jak 0,8 procenta soli.)

Navíc se potraviny podle nové vyhlášky započítávají v čisté hmotnosti, tedy bez kostí, pecek, slupek a dalších součástí, které se nejedí.

Každé denní jídlo (snídaně, přesnídávka, oběd, svačina, večeře) musí obsahovat ovoce nebo zeleninu, sacharidy, bílkoviny a tuky.



Pestrost týdenního jídelního lístku zajišťují červené i bílé maso, alespoň jednou za dva týdny ryba, bezmasé pokrmy, a to jednou za 14 dní i ty sladké. U výběrových jídelniček může být maso denně, stejně tak musí být i bezmasý pokrm.

Cukr v nápojích pro děti by se měl objevit výjimečně a jídla by kuchaři měli

připravovat bez využívání vysoce průmyslově zpracovaných potravin bohatých na sůl.

Dětem, které z jiných než zdravotních důvodů nemohou konzumovat standardní školní stravu, vyhláška umožňuje donést si vlastní pokrm a jíst jej přímo v jídelně spolu s ostatními.

Ale...

Nejde o to, že by změny dané novelou vyhlášky o školním stravování byly špatné, ale záměr sám o sobě nestačí. Důležité je i realistické zhodnocení důsledků. A k tomu podle části odborné veřejnosti i mnohých školních jídelen nedošlo. Změny nebyly dostatečně testovány v provozních podmínkách školních jídelen, a není tedy jasné, jak ovlivní personální kapacity, ceny obědů či zájem dětí o stravování. Navíc novela přichází v době, kdy probíhají změny financování nepedagogických pracovníků a mnoho jídelen se potýká s personální krizí.

Novela vyhlášky o školním stravování vstoupila v platnost 1. září 2025 a počítá s přechodným obdobím do září 2026.

Text a ilustrační foto: mk

Zdravá jídelna ve školce Novoborská

Příkladem jídelny, kde dětem chutná a rodiče jsou s jejími službami spokojeni, je jídelna v Mateřské škole Novoborská, jejímž zřizovatelem je MČ Praha 9. Již řadu let přistupuje ke stravování dětí v souladu s nejnovějšími výživovými trendy.

Od roku 2019 se MŠ Novoborská jako jedna z mála v Praze pyšní certifikátem Zdravá školní jídelna.

„Stravování dětí je nejen vyvážené a pestré, ale používají se zde pouze čerstvé suroviny, žádné průmyslově zpracované polotovary. Všechny pracovníce jídelny se starají o to, aby děti měly na talířích vždy něco nového, třeba i méně obvyklé,“ říká

ředitelka MŠ Novoborská Jitka Vilimovská.

Vedoucí školní jídelny Jaroslava Plachá upřesňuje: „Každé denní jídlo zahrnuje ovoce nebo zeleninu. Dvakrát týdně připravujeme zeleninové saláty nebo mají děti ovoce či zeleninu jako přílohu jídla nebo je dostávají ke svačinkám. Výjimkou nejsou pokrmy z luštěnin – jednou týdně

je luštěninová polévka nebo jsou luštěniny součástí masových jídel nebo salátů. Jídla připravujeme i z luštěninové nebo celozrnné mouky, pohanky a podobně.“

Přestože v Mateřské škole Novoborská jsou při přípravě jídel pro děti na správné cestě, dopady novelizace vyhlášky o školním stravování zatím nechtějí hodnotit.

mk

Spolek Darwin – bezpečné místo pro každé dítě

Přírodovědný Spolek Darwin ve spolupráci s Městskou částí Praha 9 otevírá přírodovědný kroužek pro děti se speciálními potřebami nebo zdravotním znevýhodněním.

Děti čeká kontakt s různými domácími i exotičtějšími zvířaty pod respektujícím a odborným dohledem, poznávání jejich života prostřednictvím zážitkové aktivity a péče o ně – zvířata z chovu spolku například: morče, činčila, ježek, agama, chameleon, had, strašilka, pavouk, mnohonožka a další. Program a průběh lekcí bude přizpůsoben individuálním potřebám účastníků.

„Opravdu mne moc těší, že se nám s Přírodovědným Spolkem Darwin podařilo splnit další úkol, který vzešel z participace v rámci Komunitního plánování sociálních služeb. A věřím, že vytvoříme bezpečné prostředí, kde děti nejen načerpají nové podněty ze světa zvířat, ale hlavně se budou dobře bavit,“ říká místostarostka MČ Praha 9 Kamila Matějková.

red

INFO

Kdy: pátky odpoledne, podle domluvy se zájemci

Kde: Spolek Darwin, Nemocniční 781/14, 190 00 Praha 9

Věk dětí: od 5 let

Délka kroužku: 60 minut

Maximální počet účastníků: 5 + doprovod
Účast je zdarma, doprovod vítán.

Dotazy a přihlašování: info@spolekdarwin.cz, 727 864 432 (Zoltán Miklós)

Další kroužky a aktivity spolku:
www.spolekdarwin.cz

Masopust

Masopust je považován za svátek jídla a radovánek. Masopustního veselí se můžete účastnit i na devítce. Oblíbený je masopust na Střížkově, který se letos koná 14. února, nebo ve Vysočanech v okolí parku Podkovářská, kde masopustní veselí vypukne 13. února 2026.

O masopustních rejích v Čechách a na Moravě jsou dochovány písemné zprávy již ze 13. století. Kolem 18. století se začaly pořádat zvláštní taneční zábavy, tzv. reduty. Zpočátku byly přístupné jen vyšším vrstvám, později všem zájemcům. První masopustní reduta v Praze se konala v roce 1752.

K nejznámějším a zároveň nejveselejším patří poslední dny masopustu spojené s radovánkami. Hlavní zábava začínala o masopustní neděli bohatým obědem a hodováním. Nezbytnou součástí masopustního jídelníčku byly smažené koblihy, boží milosti, klobásky, slanina a pálenka. A začínaly tancovačky.

A o masopustním úterý nastal tolik očekávaný den maškar čili masopustní obchůzka osob v krojích nebo převlečených za nejrůznější tatrmány po domech, kde hrály, zpívaly a tancovaly. Odrůbením půlnoci však veškerá zábava končila. Začínala popelční středa a s ní i předvelikonoční postní období. Lidé věřili, že když budou o masopustu tancovat přes půlnoc, objeví se mezi nimi ďábel. Často měl vypadat jako cizinec v zeleném kabátě.

Od Slamáka po výběrčího dani

Největší pozornost v mumraji masek vždy vzbuzoval medvěd s medvěďárem. Za časů našich prababiček měl takzvaný medvěd na sobě místo kožešiny převlečení z hrachoviny nebo slámy. Dnes si podobné zjevy s načervenalými tvářemi a velikou veselou čepicí říkají Slamák čili Slaměný muž. Chybět nesměla ani brůna nebo-li klibna, chcete-li šiml, kobyla, koníček. Pod plachtou v sobě skrývala dva lidi.



Ostatky, fašank, voračky, končiny, šibřinky, karneval a vůbec nejčastěji masopust. Oslavy, které předcházejí období velikonočního půstu, mají u nás mnoho názvů, ale snad každému se vybaví průvod pestrobarevných nápaditých masek a bujaré veselí.



Spolek za veselejší Střížkov organizuje masopust na Střížkově letos už po třidvacáté. Akci podporuje MČ Praha 9.

Opravdoví koně pak táhli zastřešený vůz, který se po dobu masopustního průvodu měnil v šatlavu. Tam vojáci a četníci vodili nepořádníky všeho druhu.

Turci v červených převlecích, žebráci, kominík, cikáni, dráteník, handlíř s klecí na zádech, žena s nůši, nevěsta se ženichem, slouhové, šašci, fotograf, doktor, ras, bába s kozlem, výběrčí dani, zkrátka všechny ty pitvorné masky, se většinou rozcházeli přesně o půlnoci, protože narušovat šestitýdenní půst před velikonočními svátky nebylo radno.

Masopust na Střížkově: Od Inda po Indiána...

Velkými propagátory masopustních tradic (a nejen jich) je v Praze 9 Spolek za veselejší Střížkov.

„Masopustní rej pořádáme 14. února 2026 od 13 hodin v parku Václavka na Střížkově už po třidvacáté,“ říká zakladatel spolku Roman Holk, kterého při masopustu určitě uvidíte s klarinetem v ruce, protože zároveň vede Muziku Špalíček Praha, a možná v masce Praotce Stříže nebo tradičního Strakáče v pestrobarevném oblečku a s vysokou čepicí zdobenou střapcem.

A protože ve spolku najdete mnoho recesistů, připomínaly v minulosti masky ve střížkovských průvodech např. sraz mimozemšťanů i pozemšťanů, první pravěký masopust, tradiční masopust, cirkus, největší střížkovskou svatbu, pohřbívání basy, zvířecí sraz, Střížkonoše a lyžníky...



„Letos chystáme globální přehlídku – sraz všech národů, národností, etnik a kmenů od Aše po Honolulu. Prostě pořádný multi-kulti masopust, kde se v přátelském duchu potkají lidé dobré vůle – od Inda po indiána, od Eskymáka po Papuánc, od vikinga po samuraje. Pokud máte doma sombrero nebo peří, závoje, baladí šaty či velblouda, neváhejte, letos s tím rozhodně zapadnete!“ zve Roman Holk a naznačuje, že i on pracuje na svém zcela novém masopustním vzezření.

► M. Kurková, foto: mk, Spolek za veselejší Střížkov a Edu Bubo Klub

MASOPUST VE VYSOČANECH

13. února 2026 projde masopustní průvod za doprovodu hudby také ulicemi Nové Harfy. Pořádá ho Edu Bubo Klub v parku Podkovářská. Účastníky masopustního veselí ve Vysočanech čeká rovněž zdobení basy a její pálení na ohni. Více na www.edububoklub.cz



Cukrovka – epidemie moderní doby

Cukrovka neboli diabetes mellitus patří mezi nejčastější civilizační onemocnění současnosti. V České republice jí trpí více než milion lidí, takže každý desátý Čech má s touto diagnózou osobní zkušenost. Alarmující je ale fakt, že přibližně 200 tisíc lidí s cukrovkou žije, aniž by o svém onemocnění vědělo.

Často bez příznaků, ale s postupně narůstajícím rizikem vážných komplikací postihujících srdce, cévy, nervy, zrak nebo ledviny, takže „sladká“ diagnóza může mít i hořký konec. Právě proto se na včasné odhalení a prevenci diabetu zaměřuje další Den prevence, který se uskuteční 25. února 2026 na Poliklinice Prosek.

„Návštěvníci Dne prevence si mohou zdarma a bez objednání nechat udělat jednoduchý test, který jim z kapky krve z prstu změří hladinu cukru, a získat cenné informace o tom, jak udržet hladinu krevního cukru v normě. Následně budou moci s přítomným diabetologem zkontrolovat míru rizika onemocnění a případné preventivní kroky. Dobrou zprávou pro potenciální pacienty totiž je, že u diabetu 2. typu lze jeho vznik i průběh výrazně ovlivnit – zdravou stravou, pravidelným pohybem a včasnou péčí o vlastní zdraví. Prevence má smysl a nikdy není pozdě začít,“ vysvětluje Martina Mačáková, hlavní sestra polikliniky.



Využijte slev

Součástí dne prevence bude i speciální nabídka zdejší lékárny se slevami na vybrané přípravky podporující udržení normální hladiny glukózy.

Programy prevence pokračují

Den prevence o diabetu navazuje na předcházející akce, jejichž tématy byly kontroly pigmentových znamének, prevence rakoviny prsu nebo osteoporózy anebo preventivní genetika. „A v jejich pořádání chceme pokračovat i letos a zaměříme se v nich na témata, která se dotýkají všech generací. Stačí sledovat naše internetové stránky, kde budeme o všech aktivitách polikliniky v dostatečném předstihu informovat,“ zve na další akce, které v květnu vyvrcholí tradičním Dnem zdraví, ředitel Polikliniky Prosek Tomáš Hromádka.

► Dagmar Koutská, ilustrační foto: AI

PŘIJĚTE NA DEN PREVENCE!

Kam? Na Polikliniku Prosek, Lovosická 440/40, Praha 9 (zasedací místnost v přízemí).
Kdy? Ve středu 25. února 2026 od 9 do 16 hodin.
Vstup je zdarma, bez nutnosti objednání!

Poliklinika Prosek: Zaměřeno na genetiku

Již více než rok a půl funguje na Poliklinice Prosek odběrové místo GHC Genetics, které se specializuje na genetická vyšetření zaměřená na prevenci a včasné zachycení dědičných rizik.

Mezi nejčastější vyšetření, o která mají klienti zájem, patří genetické testy rizika rakoviny prsu (BRCA screen) nebo vyšetření vrozené zvýšené srážlivosti krve, která výrazně zvyšuje riziko hluboké žilní trombózy a následné plicní embolie.

K dalším možnostem patří například farmakogenetická vyšetření. Ta dokážou u řady léků určit, zda jsou pro pacienta vhodné a zda je jeho organismus dokáže správně metabolizovat. Významná jsou zejména u pacientů užívajících antidepresiva nebo jiné dlouhodobé medikace.

Novinka: ColonScreen – prevence kolorektálního karcinomu z krve

Neinvasivní vyšetření ColonScreen je zaměřené na včasný záchyt kolorektálního karcinomu. Bojíte se kolonoskopie? Pak právě pro vás je k dispozici ideální alternativa – vyšetření, které se provádí pouze z krve a sleduje změny specifických genů, které se objevují již v raných stádiích nádoru, kdy ještě nemusí být patrný běžnými zobrazovacími metodami.

Vyšetření je vhodné zejména pro osoby starší 40 let, s diabetem 2. typu nebo nezdravým životním stylem anebo ty,

kteří trpí trávicími obtížemi. Rozhodně je dobrou volbou i pro pacienty s rodinným výskytem kolorektálního karcinomu nebo pacienty po léčbě kolorektálního karcinomu, kteří jsou dále sledováni.

„Test vnímáme jako vstřícný krok pro lidi, kteří prevenci odkládají. Je rychlý, bezbolestný a může odhalit změny mnohem dříve, než se objeví první příznaky. Negativní výsledek znamená 94% pravděpodobnost, že se onemocnění aktuálně nevyvíjí. Pozitivní výsledek neoznačuje diagnózu – pouze doporučuje provést kolonoskopii. Test nenahrazuje zlatý standard, ale doplňuje jej jako první preventivní krok,“ dodává Michal Mikšík, provozní manažer GHC Genetics.

Společnost GHC Genetics garantovala lednovou akci na Poliklinice Prosek, která byla součástí seriálu Dnů prevence. Poliklinika je organizuje společně s Městskou částí Praha 9. Veřejnosti přibližují, jak široké možnosti preventivních vyšetření dnes medicína nabízí, a ukazují, že včasná prevence může zásadně ovlivnit průběh i léčbu mnoha – často velmi závažných – onemocnění.

► Dagmar Koutská, ilustrační foto: GHC Genetics



Senioři navštívili zákulisí divadla ABC

Tři v jednom, tak je možné vnímat divadlo ABC, ke kterému patří i divadla Rokoko a Komédie. Mnozí z nás občas sedí v hledišti, vnímají děj odehrávající se na pódiu a nepřemýšlí, kolik profesí a osob je potřeba, aby vše proběhlo k očekávání diváků.

Dvacítka seniorů z MČ Praha 9 v polovině ledna navštívila zákulisí divadla ABC za doprovodu manažera provozu Zbyňka Šimčíšiny. Prohlídka se zajímavým a atraktivně podaným výkladem zaujala všechny.

Hlediště, maskérna s parukami a desítkami kosmetických propriet, šatny, orchestřiště, rekvizity, kostymérna, propadliště, kilometry kabelů, technických věcí bez šance je pojmenovat, jeviště s otáčivou částí, kterou si někteří vyzkoušeli na vlastní kůži, vše propojené úzkými chodbičkami. Na pozadí výkladu o historii budovy i divadla se do popředí dostala prohlídka kanceláře současného ředitele, kde stále slouží stůl, křeslo, lustr Jana Wericha. Při rekonstrukci interiéru divadla zde byla ponechána prkna, na nichž svoje herecké umění Jan Werich představoval se svým kolegou Jiřím Voskovcem.

Zajímavé informace se hrnuly jedna za druhou, názvy profesí potřebných pro chod divadla, nejlepší akustický divadelní sál, kapacita 520 sedadel, 160 zaměstnanců všech tří scén, 52 míst pro hudebníky. V závěru došlo i na malé kvízové otázky: kolik osob zajišťuje představení s jedním hercem? Senioři odhadovali od 15 do 40, správně je jich 19. A kolik osob zajišťuje představení pro velkou hru? Tady se svým



Na prknech, po kterých chodili Jan Werich a Jiří Voskovec

odhadem nikdo nepřiblížil – je to 84 zaměstnanců.

Z plánované hodiny byly dvě, aniž by si někdo uvědomil, jak čas v zákulisí divadla ABC uběhl. Je zřejmé, že následující ná-

vštěva některého představení v roli diváka s sebou ponese i vzpomínku na zajímavě, poučně i zábavně prožité jedno lednové dopoledne.

Text a foto: var

Auta pro sociální služby

Sociální služby Praha 9, z.ú., rozšíří svůj vozový park o dvě nová osobní auta na elektrický pohon.

„Cílem tohoto projektu je zlepšit kvalitu poskytovaných sociálních služeb, využívat je budou především pracovníci pečovatelské služby,“ říká ředitelka Sociálních služeb Praha 9 Michaela Žáčková a dodává: „Navíc tato vozidla, která budou nabíjena

z běžné elektrické zásuvky, jsou šetrná k životnímu prostředí.“ Projekt zaměřený na pořízení nízkoemisních vozidel pro

organizaci Sociální služby Praha 9, z.ú., je financován s podporou Evropské unie z programu Národní plán obnovy.

mk



Devítka pokračuje v sérii besed pro rodiny s dětmi

Již druhým rokem připravuje MČ Praha 9 pravidelné besedy pro rodiny s dětmi. Díky pozitivnímu ohlasu bude pokračovat i v letošním roce.

„Výchova dětí je velmi odpovědným a náročným úkolem, který se neobejde bez neustálého učení a přizpůsobování se aktuálním potřebám dítěte. V dnešní době, kdy čelíme různým vlivům okolního světa, ať už jsou to technologie, sociální sítě, nebo změny v rodinných strukturách, je komunikace mezi rodiči a dětmi čím dál tím složitější,“ uvádí místostarostka

MČ Praha 9 Kamila Matějková, která za iniciativou stojí, a pokračuje: „Právě proto považujeme za klíčové organizovat přednášky a besedy, které se zaměřují na konkrétní dovednosti a techniky, jak komunikovat s dětmi, jak porozumět jejich potřebám a jak účinně řešit problémy, které v každodenním životě vznikají.“

Kdy a kde?

Besedy se i na jaře budou konat v prostorách Pragovky, Kolbenova 923/34A od 17 do 19 hodin.

- 12. 3.** Prevence rizikového chování u dětí
- 23. 4.** Rodičovství věc veřejná aneb když se lidem v obchodě nelíbí, jaký jsem rodič
- 21. 5.** Mluvíš, mluvím, mluvíme, ale rozumíme si, co říkáme?

red

Únorová Vysočanská „V“

Akce pro seniory z Městské části Praha 9, kteří mají trvalé bydliště v působnosti úřadu Sokolovská 14/324, Praha 9.

10. února 2026 od 14 hodin Divadlo Gong: Putování nejen za vínem

Talk show s Václavem Žmolíkem a jeho hosty – herečkou Terezou Kostkovou a operní pěvkyní Karolínou Cingrošovou. Odpoledne plné inspirativního povídání, humoru i nečekaných témat. Václav Žmolík si pozval dvě



výrazné osobnosti, aby společně nahlédli nejen do světa vína, ale i života, práce, vášně a příběhů.

Vstupenky v hodnotě 20 Kč jsou v předprodeji v pokladně Divadla Gong (pondělí až pátek od 14 do 18 hodin) až do vyprodání.

19. února 2026 od 14 hodin Přednáška: Jak se bezpečně pohybovat v internetovém prostředí, hrozby internetových podvodů a problematika šmejdů.

Vysočanská radnice, Sokolovská 14/324, Praha 9, zasedací místnost 205 (2. patro). Přednáška a promítání krátkých ukázek ze zkušeností Policie České republiky. Vstup volný.



24. února 2026 ve 13.45 hodin Komentovaná prohlídka O2 universum

O2 universum je nové multifunkční kongresové a kulturní centrum v Praze. Komplex slouží jako moderní centrum pro organizování velkých mezinárodních událostí a nabízí unikátní prostory. Počet osob na prohlídku je max. 25 osob. Zájemci se mohou hlásit na tel.: 771 257 259.

Sraz účastníků je ve 13.45 hodin před hlavním vstupem do O2 universum pro návštěvníky z ulice Českomoravská. Pokud využijete tramvajovou dopravu, zvolte tramvaj č. 8 nebo 7 do zastávky Arena Libeň jih. K O2 universum se dostanete autobusy č. 151, 152 a 375 do zastávky Českomoravská, nebo č. 136, 177 a 195 do autobusové zastávky Nádraží Libeň. Vstupné zdarma. ▶

Přihlášky na Univerzitu třetího věku

Od března se otevírá Univerzita třetího věku Městské části Praha 9 a Panevropské univerzity. Přihlášky je nutné odevzdat v Galerii 9, Sokolovská 14/324, Praha 9-Vysočany od 2. do 5. února 2026 od 10 do 16 hodin.

Univerzita třetího věku je vzdělávací program zaměřený na zájemce o celoživotní vzdělávání. Je přístupný zájemcům, kteří mají nárok na starobní důchod a dosáhli 60 let věku. Kurzy Univerzity třetího věku nabízejí velké množství nejen zajímavých, ale také užitečných témat, jež přispívají k osobnímu rozvoji účastníka.

Na Panevropské univerzitě mohou senioři studovat:

- Digitální svět a kyberbezpečnost
- Cestujeme reálně i virtuálně
- Památky UNESCO
- Právo občana a jeho vymahatelnost
- Praha 9 v historii
- Město Praha a městské části – vztahy, oprávnění, systém samosprávy přenesené působnosti

Učivo je soustředěno do 15 bloků po 90 minutách (2x7 bloků a jeden závěrečný spojený s besedou s představiteli MČ Praha 9 a Panevropské univerzity)

Termíny přednášek a cena studia

Přednášky Univerzity třetího věku na Panevropské univerzitě se budou konat: 10., 17., 24. a 31. března, 7., 14., 21. a 28. dubna 2026 (vždy v úterý) od 15.00 do 18.30 hodin, pouze 28. dubna od 15.00 do 16.30 hodin.

Zájemci o studium z MČ Praha 9 zaplatí 5000 Kč na osobu, druhou polovinu celkové částky hradí MČ Praha 9.

Počet účastnických míst je omezen, zájemci o studium Univerzity třetího věku budou přijímáni podle pořadí podaných přihlášek. (Přihlášky v elektronické podobě jsou ke stažení na www.praha9.cz v sekci Aktuálně).

Pracovnice Úřadu MČ Praha 9 zkontroluje bydliště a zaznamená datum a čas přijetí přihlášky. Poté pracovnice Panevropské univerzity vydá údaje pro platbu a zaznamenaná variabilní symbol na přihlášku. Platba je možná i hotově.

BLAHOPŘEJEME

S přibývajícími lety a stále vyšším číslem na narozeninovém dortu touží mnoho oslavenců po mládí. A nejsou to tužby nereálné, jak říká italská herečka Sophia Loren: „Studna mládí existuje, je to naše mysl, naše nadání, kreativita, kterou vnášíme do svého života a života lidí, které milujeme. Když se naučíte z tohoto zdroje čerpat, skutečně zvítězíte nad věkem.“

80 let

Zdenka Pindryčová
Libuše Zárubová
Ivan Hrdlička
Vlasta Hamzová
Miroslava Králová
Eva Dynybylová
Eva Rathánová
Slávia Krejčová
Gerald Francis Tipple
Jiří Březina
Jiří Karásek
Karel Kolář
Milena Bejšovcová
Bohumila Kraččíková
Jana Procházková
Zdeňka Herzlová
Zdeněk Vtípil
Irina Bartůňková
Jana Volánková
Milan Eliáš
Jana Puchernová
Jindřich Beneš

90 let

Žofie Antošová
Květoslava Háfeliiová
Hana Chaloupková
Soňa Kubinová
Miluše Červená

91 let

Jarmila Kopřivíková
Věra Pfisterová
Anna Panochová
Jiří Kuneš
Marie Fryšová

92 let

Milan Novotný
Oldřiška Mičková
Danuše Matoušová

93 let

Juliana Šimková
Soňa Švecová
Jan Vrzal

85 let

Anna Řeháková
Jindřiška Řihová
Jan Kolda
Hana Boštičková
Antonín Kuthan
Jaromír Frajkovský
Themistoklis
Michailidis
Josef Kerda
Zdeněk Masopust
Zdeněk Doležel
Eliška Lojdová
Cerkín Mustafa
Jarmila Pechatá
Jiřina Shánělová

94 let

Božena Poseltová
Eva Moulisová
Jaroslav Pospíšil

95 let

Milada Pavlíčková

96 let

Marie Čermáková

100 let

Rostislav Sochor
JUDr. Radomil Honsa



Méně konfliktů – více spolupráce

„Pětistovka“, tedy Základní škola Litvínovská 500, se na začátku školního roku loni v září zapojila do programu KiVa. Jde o mezinárodně uznávaný finský program prevence šikany, který vznikl na Univerzitě v Turku a dnes se používá v desítkách zemí světa, včetně České republiky. Jeho cílem je vytvářet bezpečné školní prostředí, kde šikana nemá prostor.

„Do programu jsou zapojeny všechny třídy školy. Jejich učitelé mají k dispozici jednu hodinu týdně, během které s dětmi diskutují o konkrétních případech šikany nebo náznaku nepřiměřeného chování. Po uplynutí školního roku vyplní účastníci anonymní dotazník, díky němuž budeme mít přehled o klimatu i o tom, zda opatření fungují,“ řekl na úvod rozhovoru o novince ředitel školy Martin Kocman.

Co bylo hlavním impulzem rozhodnutí zapojit ZŠ Litvínovská 500 do programu KiVa?

Hlavním impulzem byla snaha vytvořit prostředí, kde se děti cítí bezpečně a respektovaně. KiVa nabízí ověřený systém, který pomáhá řešit šikany dřív, než se stane vážným problémem.

Jak probíhaly první měsíce po zahájení programu – překvapilo vás něco pozitivně, nebo naopak něco zaskočilo?

První měsíce byly intenzivní. Zjistili jsme, že řada dětí bere KiVa vážněji než některé domácí úkoly. A to bylo příjemné překvapení.

Jak na program reagují žáci? Vnímáte u nich změny v chování nebo ve vztazích ve třídách?

Reagují často výborně – méně konfliktů, více spolupráce. Zdá se, že být slušný může být pro mnohé i „cool“.



Setkali jste se už s konkrétní situací, kdy KiVa pomohla řešit problém šikany nebo nevhodného chování?

Ano, a zafungovalo to. KiVa není kouzelný proutek, ale když víte, co dělat, kouzla nepotřebujete.

Můžete ten problém blíže specifikovat?

U žáka na druhém stupni docházelo k typickému případu šikany, zejména slovní, ale i drobné fyzické. Díky KiVa hodinám jeho spolužáci věděli, za kým jít – za učitelem,

a hlavně KiVa týmem! Během rozhovorů se podařilo nevhodnost daného chování popsat a také vyřešit. KiVa zde zafungovala, jak říkáme ve škole, na jedničku!

Jak program přijali učitelé a jaké jsou reakce rodičů?

Učitelé oceňují jasný metodický postup. Zároveň mají více času řešit situace ve třídách. Rodiče jsou, věřím, rádi, že škola má prostor řešit vztahy dřív, než se z nich stane drama.

Změnila se podle vás atmosféra ve škole od zapojení do programu KiVa?

Atmosféra je klidnější a předvídatelnější. Neříkáme, že je po problémech, ale místo tichého napětí máme prostor pro otevřený dialog – a to je lepší start do každého dne. Díky KiVě máme jasný postup na řešení slovního nebo fyzického napadání, případně vyloučení z kolektivu.

Co by mohly na konci školního roku napovědět anonymní dotazníky a jak s jejich výsledky plánujete pracovat?

Ukážou nám, jestli jdeme správným směrem. A pokud ne, tak nebudeme jen koukat, budeme jednat.



■ Dagmar Koutská, foto: ZŠ Litvínovská 500



Půjde vaše dítě do první třídy?

Zápisy dětí do 1. tříd se v základních školách zřizovaných Městskou částí Praha 9 konají 11. až 12. února 2026.

Pro školní rok 2026–2027 budou do 1. ročníků základních škol zapsány děti, které dosáhnou šestého roku věku do 31. srpna 2026, a také děti, kterým byl v předchozím roce povolen odklad povinné školní docházky.



Podmínky zápisu, povinné dokumenty, informace o spádových oblastech a další pokyny jsou zveřejněny na webových stránkách jednotlivých škol.

■ red

Dny otevřených dveří ve školkách

Výběr správné mateřské školy je důležité rozhodnutí pro každého rodiče i dítě. Dny otevřených dveří jsou ideální příležitostí, jak školu poznat osobně.

Všechny školky jsou v jedné spádové oblasti, proto dítě, které má trvalý pobyt v MČ Praha 9, může chodit do kterékoliv školky zřízené devátou městskou částí.

■ red

Kdy navštívit školky?

MŠ Kovářská:

23. února 2026 od 15 hodin

MŠ U Vysočanského pivovaru:

4. února 2026 od 15 do 17 hodin

MŠ Na Balabence:

17. února 2026 od 15 do 16.30 hodin

MŠ Veltruská:

17. února 2026 od 15 do 16.30 hodin

MŠ Šluknovská:

10. února 2026 od 16 do 17 hodin

MŠ U Nové školy:

3. února 2026 od 16.30 do 18 hodin

MŠ U Nové školy, ulice U Tesly:

2. února 2026 od 16.30 do 18 hodin

MŠ Litvínovská 490:

19. února 2026 od 15 do 16.30 hodin

MŠ Elektra:

19. února 2026 od 16 do 18 hodin

MŠ Novoborská: návštěva po domluvě

Termín dne otevřených dveří si ověřte na webu školy.

V Mateřských školách Pod Krocínkou a Kytlická se dny otevřených dveří konaly v lednu.

INFO

Zápisy do jedenácti mateřských škol v Praze 9 pro školní rok 2026/2027 se uskuteční na radnici MČ Praha 9, Sokolovská 14/324, a to ve dnech 14. a 15. dubna 2026. Elektronická registrace začíná 16. března 2026. Podrobnosti na www.skolynadevitce.cz.

Školce odrostly, ale vítány jsou stále

V Mateřské škole Novoborská každoročně pořádají společná setkání s bývalými „absolventy“.

Na každoroční společné setkání zveme všechny bývalé předškoláky – tedy již současné prvňáčky a jejich rodiče. Děti se po počátečním občasném ostychu ve třídách rychle osmělí a vzpomínají na roky prožité ve školce, na kamarády i na hračky, se kterými si hrály a zjišťují, co je ve třídách nové, co se kde změnilo. A samozřejmě vypráví – vypráví, jaké je to ve škole, jestli chodí s někým z bývalých spolužáků do třídy, zda mají už i jiné, nové kamarády, jaká je jejich paní učitelka, co je ve škole baví nebo naopak příliš oblíbené není.

Rodiče zase často vzpomínají na období, kdy doma ještě nebylo tolik povinností souvisejících se školou i na to, jaké a jak dostávali od nás všechny informace a hlavně, jak jsme byli v každodenním kontaktu, což mnozí považují za největší rozdíl oproti základní škole.

Pro nás jsou všechny tyto informace velmi cenné. Kromě individuálních pocitů dětí a rodičů nás zajímají také fakta ohledně přechodu z mateřské školy do školy základní. Ptáme se, zda děti byly na přechod do první třídy dostatečně připravené,

zda zvládají dobře sebeobsahu ve škole, když musí fungovat ve škole bez rodičů, jak zvládají domácí přípravu a jak jsou samotné děti zodpovědné, co se týče přípravy do školy.

Tyto informace mnohdy zajímají i rodiče současných předškoláků, a proto v některých třídách přistoupili k modelu setkávání současných a minulých předškoláků. Rodiče si tak mohou předat informace a zkušenosti přímo mezi sebou a poptat se na zkušenosti s různými základními školami.

► Markéta Pokorná, učitelka MŠ Novoborská

Malí šéfkuchaři v akci

V Mateřské škole Veltruská se peklo s láskou a nadšením.

V naší školce razíme heslo, že nejlépe se děti učí skrze vlastní prožitky. Třidu Žlutá kytička jsme proto proměnili v opravdovou kuchyň. Čekala nás velká výzva – kurz pečení a vaření. Role šéfkuchaře se ujal Martin Kalhous, student VOŠ, SOŠP a Gymnázia Evropská 33, kterému zdatně sekundovala v roli cukrářky paní učitelka Zuzanka. Společně jsme se pustili do přípravy oblíbené italské klasiky – mini pizz. Děti vlastnoručně vypracovaly těsto, potřely ho rajčatovou omáčkou a pečlivě vybraly ingredience. Nechyběla

kvalitní šunka, sýr a pravá mozzarella. Poté už plechy putovaly do školní kuchyně, odkud se brzy začala linout neodolatelná vůně.

Nechyběl ani dezert. Tentokrát vyhrály barevné cupcakes. Korpusy jsme měli připravené, ale to nejzábavnější zůstalo na dětech: zdobení nadýchaným krémem, borůvkami a veselým sypáním. Kreativita dětí neznala mezí!

Všechno bylo vynikající a radost dětí byla tou nejlepší odměnou. A zbylo i pár kousků na ochutnání pro rodiče. Celou báječnou atmosféru bedlivě dokumentovala



Příprava mini pizz pod dohledem Martina Kalhousa

paní učitelka Hanička, aby nám vzpomínky na voňavý den jen tak nevyprchaly.

► Za MŠ Veltruská, paní učitelky Hanička a Zuzanka

Děti mezi zvířaty

Děti z Mateřské školy U Vysočanského pivovaru zahájily začátek letošního roku výpravou do říše zvířat.

Prvním zážitkem pro ně byla návštěva Přírodovědného spolku Darwin ve Vysočanech, kde se zúčastnily programu Zvířátka naživo.

„Děti se dozvěděly nejen zajímavé informace o jednotlivých zvířatech, ale mohly si je také pochovat. A protože i to má svá pravidla, byly poučeny, jak se zvířaty správně manipulovat a jak poznat, že zvířeti není kontakt s nimi příjemný. Měly tak neopakovatelnou možnost osahat si například ježka afrického nebo chameleona jemenského,“ popisuje výpravu ředitelka MŠ U Vysočanského pivovaru Radka Karanikosová.

Dalším zážitkem pro děti byla hodina canisterapie s názvem Můj kamarád pes. Připravila ji Andrea Kratochvílová. V rámci hodinového programu se děti naučily, jak přistupovat k pejskům, které neznají, jak se k nim správně chovat.



„Ale došlo i na zábavu v podobě rozcvičky s pejsky, krmení pamlsky a společného tanečku,“ usmívá se Radka Karanikosová



a dodává, že lektorka dětem vysvětlila, že pejsci mají také své uplatnění v důležitých profesích a že mít doma psa není jen zábava, ale také velká zodpovědnost.

► red., foto: MŠ U Vysočanského pivovaru

Inspirativní osobnosti na Gymnáziu Litoměřická

Na Gymnáziu Litoměřická dorazilo během prvních třech měsíců letošního školního roku několik významných osobností z oblasti práva, bezpečnosti, podnikání i kultury.

Na konci listopadu zavítal na gymnázium Radim Boháč, děkan Právnické fakulty Univerzity Karlovy. Studenty zaujal nejen odborným výkladem finančního práva, ale především výzvou k hledání vlastního životního motta, které člověka provází a pomáhá mu činit správná rozhodnutí. Diskuze byla živá a motivující, studenti odcházeli s pocitem, že právo nejsou jen paragrafy, ale i etika a odpovědnost.

Začátkem listopadu proběhla již počtrnácté beseda Můžeš podnikat. Rečníky tentokrát byli Libor Mertl, zakladatel firmy ComAp zabývající se vývojem a výrobou řídicích systémů v průmyslu a energetice s pobočkami po celém světě, a Ondřej Komenda z firmy Simplemenda s. r. o. zaměřující se na optimalizaci procesů plánování a řízení.

Hudební publicista Daniel Sywala přiblížil studentům zákulisí hudebního průmyslu, roli médií a význam hudby v dnešní společnosti. Beseda byla nejen informativ-



Setkání s bezpečnostním expertem Vlastislavem Břízou

ní, ale i inspirativní pro ty, kteří se zajímají o kulturu a umění.

Maturanti a studenti historických seminářů se setkali také s Vlastislavem Břízou, bezpečnostním expertem a analytikem zahraniční politiky. Beseda se dotkla aktuálních geopolitických témat, fungování mezinárodních organizací i role České republiky ve světě. Vlastislav Bříza na besedě zdůraznil, že bezpečnost není samozřej-



Z přednášky Radima Boháče, děkana Právnické fakulty UK

most, ale výsledek promyšlených rozhodnutí a aktivního přístupu každého z nás.

Díky těmto besedám a přednáškám škola poskytuje možnost setkávat se s lidmi, kteří dokážou studenty inspirovat a rozšířit jim obzory. Gymnáziu se tak stává místem, kde se propojuje teorie s praxí a kde se rodí nové nápady a ambice.

▲ Svatoslav Procházka, učitel, koordinátor multikulturní výchovy
foto: Gymnázium Litoměřická

Vítěz vánočního lesa

Vítězi soutěže Vánoční les na Harfě jsou děti z Mateřské školy Šluknovská.

Soutěž MČ Praha 9 o nejkrásnější vánoční stromek, který ozdobily děti z mateřských škol nebo školních družin

1. a 2. tříd základních škol devítky, se v prosinci loňského roku konala v obchodním centru Harfa potřetí. Jeho návštěvníci odevzdali jeden tisíc hlasovacích lístků (platných bylo 873), které určily nejkrásnější stromky.

1. místo – MŠ Šluknovská
2. místo – ZŠ Litvinovská 500
3. místo – MŠ Kytlická

▲ red



Sedmáci ze „Šestistovky“ ovládli svahy v Pasekách

První lednový týden na ZŠ Litvinovská 600 již tradičně patřil lyžařskému výcviku sedmých tříd. Letos je cesta opět zavedla do malebných Pasek nad Jizerou, kde je čekalo nejen skvělé lyžování, ale i hromada nezapomenutelných zážitků.

„Vyráželi jsme ze zasněžené Prahy, což nebývá pravidlem, a o to víc jsme se těšili na pravou horskou zimu. Naším domovem se pro tento týden stal hotel Albert, který leží co by kamenem dohodil od samotného lyžařského centra Paseky nad Jizerou. Ubytovaní i strava byly na jedničku, což je pro unavené lyžaře vždy ten nejlepší základ.“

Díky podpoře naší městské části, která za symbolický poplatek zajišťuje pro děti půjčování kompletního vybavení (lyže, boty, přilbu), se letošního kurzu zúčastnilo 53 dětí ze sedmých tříd. Tato pomoc výrazně usnadňuje rodinám přípravu na hory a pomáhá k tomu, aby si zimní sporty mohlo vyzkoušet co nejvíce dětí. Zajímavostí letošního kurzu bylo, že téměř polovina z nich – přesně 24 účastníků – stálo na lyžích úplně poprvé. Výzva to byla velká, ale motivace ještě větší.

Většinu týdne nás doprovázelo horské sluníčko, které nám dodávalo energii. Výsledek našeho snažení byl přímo neuvěřitelný: všichni lyžaři i počáteční nelyžaři (s výjimkou marodů) úspěšně sjeli závěrečný slalom! Vidět ten pokrok u začátečníků od prvních nejistých krůčků až po suve-



rénní jízdu mezi brankami byl pro všechny instruktory i učitele ten nejlepší zážitek.

Lyžák ale není jen o kilometrech na sjezdovce. Večery v hotelu Albert patřily společným hrám a programu, u kterého jsme se kolikrát nasmáli až k slzám. Právě tyto chvíle utužily náš kolektiv nejvíce.

Ačkoliv se pár marodů s virózou našlo, kurz se obešel bez jediného úrazu! Domů do Prahy – která nás mimochodem opět přivítala pod sněhovou peřinou – jsme se vrátili unavení, ale nadšení a plní vzpomínek, které nám zůstanou ještě hodně dlouho.“

▲ Za celý tým Hana Štěpánková, ZŠ Litvinovská 600,
foto: ZŠ Litvinovská 600

Tapiserie tkané a netkané a Textilní umění



Galerie 9, přízemí historické budovy vysočanské radnice, Sokolovská 14/324, Praha 9, tel.: 236 041 292, www.galerie9.cz. Otevřeno od pondělí do čtvrtka 10–19 hodin. Vstup volný.

ALENA NOVOTNÁ: TAPISERIE TKANÉ A NETKANÉ Galerie 9 do 12. února 2026

Po pěti letech se vrátila do Galerie 9 malířka, grafička, ilustrátorka a textilní výtvarnice Alena Novotná, tentokrát se svými tapisériemi.

Útky a mohérové akvarely, tak by se obrazně dala označit její výstava, která přináší výběr z nejspeciřtější části její tvorby – tkaných a netkaných tapisérií. Po výtvarné stránce, ale i způsobem zpracování jsou zvláště pozoruhodné její netkané tapiserie s použitím mohérové vlny, vytvořené technikou Art protis. Ta se vyvinula z předchozí průmyslové technologie Protis – patentu, který byl zaregistrován Výzkumným ústavem vlnářským v Brně. Art protis se následně stal uměleckou technikou k vytváření netkaných tapisérií, která spojila průmyslový Protis s výtvarným pojetím.

► Ivana Beranová

SDRUŽENÍ TEXTILNÍCH VÝTVARNÍKŮ: TEXTILNÍ UMĚNÍ Galerie 9 od 17. února do 12. března 2026

V reprezentativním průřezu českou textilní tvorbou představí svá díla členové Sdružení textilních výtvarníků JARMILA HANDZELOVÁ, JARMILA HARTLOVÁ, LUDMILA KAPRASOVÁ, STANISLAVA LOSOVÁ, MARIE JARKOVSKÁ, FILOMENA KROTKÁ, SVATOSLAV KROTKÝ, MILUŠE MIKUŠOVÁ, BOŽENA PÝCHOVÁ, GABRIELA PUSTKOVÁ, NADEŽDA SVOBODOVÁ, JAROSLAVA TĚŠÍNSKÁ, MARIE TOMÁŠOVÁ, RADKA VODÁKOVÁ-ŠROTOVÁ, VLASTIMIL VODÁK a MARIE ZEMANOVÁ. Sdružení textilních výtvarníků, člen Syndikátu výtvarných umělců, bylo založeno 26. října 1990 profesionálními textilními výtvarníky.

Všichni členové jsou absolventy uměleckých škol v ČR nebo v zahraničí. Většina je z Vysoké školy uměleckoprůmyslové v Praze, ateliéru textilního výtvarnictví, nejmladší členky studovaly na Technické univerzitě v Liberci textilní a oděvní návrhářství. Od vynikajících pedagogů dostali autoři do vínku perfektní ovládání veškerých klasických textilních řemesel a technik jako základu pro svébytnou uměleckou tvorbu.

Členy sdružení spojuje úcta k textilním technikám a je to i jeden z důvodů jejich

... to jsou názvy dvou výstav, které v únoru můžete vidět v Galerii 9. Tapiserie tkané a netkané představuje Alena Novotná ve výstavních prostorách deváté městské části do 12. února. Od 17. února je k vidění tvorba členů Sdružení textilních výtvarníků.



Alena Novotná: Květ leknínu



Svatoslav Krotký

vých výstavách a soutěžích. Autorská díla členů se nacházejí ve sbírkách muzeí a galerií po celém světě, dotvářejí i soukromé prostory.

Rada členů působila nebo ještě působí jako pedagogové na různých typech škol. Několik členek je restaurátorkami textilu s oprávněním Ministerstva kultury ČR.

Sdružení textilních výtvarníků v Galerii 9 představí menší část své autorské tvorby v reprezentativním výběru ze svých děl. Použité techniky a materiály, z nichž autoři realizují tapiserie, tisky, malby na textil, krajky, výšivky, koláže, netkaná textilní díla, prostorové objekty i díla užitek, jsou velmi pestré, nápadité a v dokonalém řemeslném provedení. ► Miluše Mikušová



Radka a Vlastimil Vodákov

spojení ve Sdružení textilních výtvarníků. Společnou snahou je nenechat zapomenout na velkou tradici textilního umění a textilní průmyslové výroby, která měla v minulých dvou stoletích v českých zemích světovou úroveň.

Celé 20. století bylo velice příznivé pro rozvoj českého a světového textilního umění. Důkazem jsou četná ocenění členů Syndikátu výtvarných umělců na světo-

Kreativní dílna Zastav se a tvoř

Dílna v Galerii 9 je určena pro všechny tvůrce bez rozdílu věku.

Kurzy probíhají přímo ve výstavních prostorách vždy ve středu od 17 do 19 hodin.
4. 2. – malba temperami
11. 2. – výroba tiskátka
18. 2. – květiny z ubrousků
25. 2. – 3D koláže

Dámský klub

od 19 do 21 hodin
11. 2. – relaxační kreslení ►

Divadlo Gong



Divadlo Gong, Sokolovská 969, Praha 9, tel.: 266 311 629, 606 600 930,
777 865 885, e-mail: gong@divadlogong.cz, www.divadlogong.cz

1. 2. neděle 16.00

Éric Assous: Příbuzné si nevybíráme

Příchod vyzývavé sekretářky na oslavu vnese do rodinných vztahů pěkný zmatek. V hlavních rolích Svatoopluk Skopal, Václav Vydra a Jan Čenský.

3. 2. úterý 19.00

Lukáš Pavlášek – Zmatení komiků

Stand-up comedy speciál o světě, ve kterém realita předběhla humor!

4. 2. středa 19.00

František Ringo Čech: Dívčí válka

Legendární komedie. V hlavních rolích František Ringo Čech a Uršula Kluková.

6. 2. pátek 19.00

Divadlo AHA! / Malá scéna

Vojtěch Štěpánek: Když už ten Werich jednou byl...

Když už člověk jednou byl, tak by měl koukat, jakej byl. Scénické čtení k 120. výročí od narození a 45. výročí od úmrtí slavného herce, spisovatele, dramatika a lidového filozofa Jana Wericha.

8. 2. neděle 16.00

Zdeněk Izer: Vyndavací, zas tam daci

Zábavný pořad plný nezaměnitelného humoru známého komika.

9. 2. pondělí 19.00

přeloženo z 30. 10. 2025

Show Petra Jablonského

První celovečerní stand-up známého českého imitátora a baviče.

10. 2. úterý 14.00

Pořad MČ Praha 9 pro seniory

Putování nejen za vínem

Talk show s Václavem Žmolíkem a jeho hosty herečkou Terezou Kostkovou a operní pěvkyní Karolínou Cingrošovou. Odpoledne plné inspirativního povídání, humoru i nečekaných témat.

10. 2. úterý 19.00

Divadelní spolek Post Scriptum

Aneta Kubešová: Duch (z) osady

Osadníci si rádi užívají svých chatků a klidu. Pohoda však končí, když v kolonii začne strašit. Jak si chataři se strašidlem poradí? Co do osady každého tak táhne? A co tam pořád lítá ve vzduchu? Detektivní komedie.

11. 2. středa 19.00

Posezení u cimbálu

Pořádá Slovákův krúžek v Praze.

12. 2. čtvrtek 19.00

Adéla Elbel: Trojjediná

Komička Adéla Elbel ve svém novém celovečerním stand-up pořadu volně navazuje na svůj předchozí úspěšný program První poločas rozpadu.

13. 2. pátek 19.00

Ray Cooney: Na poslední chvíli

Premiéra v Gongu

Londýnský taxikář John Brown si dvacet let tajně užívá života se dvěma manželkami. Povedený tatínek má s jednou syna Gavina a s druhou má dceru Vicki. Ti dva mladí se seznámí na internetu a chtějí se osobně poznat. Jejich otec se jim v tom snaží se svým přítelem Stanleyem narychlo a s vypětím všech sil zabránit.

15. 2. neděle 16.00

Burton Lane, Jiří Voskovec, Jan Werich: Čochtan vypravuje

Nestárnoucí muzikál Divotvorný hrnec v osobité úpravě Josefa Dvořáka.

16. 2. pondělí 19.00

Premiéra v Gongu

Francis Veber: Chlap na zabití

Tady by se tak krásně vraždilo, kdyby se vedle nesebevraždilo... Francouzská komedie o tom, jak se profesionální zabiják stane obětí sebevraha.

17. 2. úterý 19.00

Robert Bellan: Normální debil

Příhody z autorova dětství prožitého v socialistickém Československu v retrokomedii na motivy stejnojmenné knihy.

19. 2. čtvrtek 19.00

Cop

Koncert nestorů české bluegrassové scény z Plzně.

22. 2. neděle 16.00

Pavel Fiala, Josef Dvořák: S Pydlou v zádech

Prostý lidový chytrák se zaplétá v šachové partii mocných. V hlavní roli Josef Dvořák.

23. 2. pondělí 19.00

Robert Bellan: Normální debil 2

Volné pokračování divadelního bestselleru Roberta Bellana, odehrávající se tentokrát v socialistických 80. letech.

26. 2. čtvrtek 19.00

Emma Peirson: Cavewoman

Obhajoba jeskynní ženy. Mysleli jste si, že vás už nic nedokáže rozesmát? Přijďte se podívat na volné pokračování kultovní one man show Cavewoman a seznámit se s hrdinkou nového představení o jeskynní ženě Cavewoman.

27. 2. pátek 19.00

Marc Camoletti: A do pyžam!

Aby zatajil milenkou před vlastní ženou, vydává ji za milenkou svého přítele. Netuší však, že jeho přítel je zároveň milencem jeho ženy. V hlavních rolích Lucie Zedníčková a Lukáš Langmajer.

GONG DĚTEM

5. 2. čtvrtek 10.00

R. Kipling, V. Štěpánek: Kniha džunglí – Mauglího poslední boj

5+

Z lidského mláděte vychovaného vlky vyrostl silný mladý a inteligentní muž. Jeho úhlavní nepřítel zlý tygr Sér Chán se však nevzdává.

6. 2. pátek 10.00

M. Twain, V. Štěpánek: Dobrodružství Toma Sawyera

8+

Škola? Pche! To je přece ztráta času, když venku se zatím dají zažít velká dobrodružství.

7. 2. sobota 15.00

V. Vančura, M. Pokorný: Kubula a Kuba Kubikula

4+

Pohádka o potulném medvěďáři a jeho malém mlsném medvídkovi, který se ukrutně bál strašidel.

9. 2. pondělí 10.00

K. Poláček, O. Láznovský: Bylo nás pět

8+

Poetický a laskavý pohled na dětství malého Petra Bajzy a jeho čtyř kamarádů v období první republiky.

11. 2. středa 10.00

O. Láznovský: Masaryk aneb

z c. k. skrz T. G. M. do ČSR

11+

Představení na pomezí divadelního dokumentu a únikové hry, jež pomocí divadelní interakce přibližuje dětem základních škol život T. G. Masaryka a vznik první Československé republiky.



Z představení A do pyžam! Foto: Petr Sankot

12. 2. čtvrtek 10.00

V. Štěpánek: (Ne)bezpečná (ko)média

9+

Mediální výchova pro děti a mládež v kyberkostce.

13. 2. pátek 10.00

J. Kolář, M. Pokorný: Dobrodružství kocourka Modroočka

3+

Poetická hudební pohádka o tom, jak jeden kočičí kluk poznával svět.

14. 2. sobota 15.00

O. Preussler, P. Johansson: Malá čarodějnice

4+

Kouzelné příběhy nerozlučné dvojice malé čarodějnice, která už chce konečně patřit mezi velké, a jejího věrného druha a rádce havrana Abraxase.

17. 2. úterý 10.00

K. Poláček, O. Láznovský: Bylo nás pět

8+

Poetický a laskavý pohled na dětství malého Petra Bajzy a jeho čtyř kamarádů v období první republiky.

18. 2. středa 10.00

J. Foglar, O. Láznovský: Stínadla se bouří

6+

Pokračování kultovní klukovské románové trilogie navazující na již úspěšně uváděnou první část – Záhada hlavolamu.

19. 2. čtvrtek 10.00

O. Sekora, P. Kraus, M. Pokorný: Příhody Ferdý Mravence

3+

Napínavá dramata i humorné taškařice broučků, motýlů, housenek, červíků a pavouků odehrávající se v nejtajnějších úkrytech v trávě, pod kameny i na břehu potoka.

20. 2. pátek 10.00

J. Foglar, O. Láznovský: Záhada hlavolamu

6+

Kultovní klukovský napínavý román s hororovými prvky převedený na divadelní prkna.

23. 2. pondělí 10.00

J. Lesák: Elektrický Emil

9+

Pohádka podle skutečného příběhu vysočanské superhvězdy – Emila Kolbena.

26. 2. čtvrtek 10.00

P. Johansson: Povídaní o pejskovi a kočičce

3+

Ať se třeba roztrhne kožíšek a chlupy lítají všude okolo, hlavně že si pejsek s kočičkou zazpívají a je jim veselo.

28. 2. sobota 15.00

P. Johansson: Povídaní o pejskovi a kočičce

3+

Ať se třeba roztrhne kožíšek a chlupy lítají všude okolo, hlavně že si pejsek s kočičkou zazpívají a je jim veselo.

Známý neznámý Jan Werich

Na sklonku loňského roku hostila malá scéna Divadla Gong poslední divadelní premiéru *Když už ten Werich jednou byl...* Režisér a scenárista Vojtěch Štěpánek se ve spolupráci s Divadlem AHA! zaměřil na méně známá fakta ze života slavného herce a autora Jana Wericha.

Divadlo AHA!, které znají diváci jako soubor primárně zaměřený na tvorbu a mládež, čas od času připraví i nějaké dospělejší téma. Tato představení svým zpracováním obvykle oslovují i starší děti, jako tomu je třeba u nedávno uvedeného dramatu *Obsluhoval jsem Bohumila Hrabala*. V případě čerstvé novinky *Když už ten Werich jednou byl...* to bude asi složitější. Tvůrci hry se rozhodli pro demytizaci postavy, která se už za svého života stala ikonou českého lidového mudrce a jejíž bonmoty si lidé dodnes věší na zdi. Ovšem i Jan Werich byl jen člověk jako každý jiný, se svými kladnými i zápornými charakterovými vlastnostmi. Jaký vlastně byl v soukromí umělec, který si vytvořil pověst laskavého a vždy dobře naladěného vypravěče a bystrého pozorovatele života? O tom je právě Štěpánkova hra, přesněji řečeno scénické čtení, které Divadlu AHA! umožnilo nastudovat hru ve velmi krátkém čase a s minimálním rozpočtem. Vzhledem k danému tématu a zpracování však nejde o žádné ochuzení diváka.

Na kafičko

Režisér vytvořil prostor pro pomyslné setkání Wericha s jeho dcerou Janou, manželkou Zdenou a Jiřím Voskovcem, v němž mohou zaznít nevyřčené myšlenky, křivdy i lži. Toto setkání je zasazeno do rámce fiktivního televizního pořadu s názvem *Na kafičko*, vedeného formou moderovaného rozhovoru. Časoprostor inscenace je sice neurčitý, ale pro diváka nepředstavuje klíčový orientační bod. Čitelné však je, že se děj odehrává v jakési nerealistické rovině „mezi nebem a zemí“. Scénografie je velmi jednoduchá. Tvoří ji pět křesel a jeden konferenční stůl uprostřed prostoru. Stejně tak kostýmy, které svým vzhledem podporují dobovou atmosféru, avšak nijak neodvádějí pozornost od samotného sdělení. Minimalismus zde funguje ve prospěch koncentrace na text a vztahy mezi postavami.



Minimalismus scény hry *Když už ten Werich jednou byl...* funguje ve prospěch koncentrace na text a vztahy mezi postavami

Poklona těm, kteří tvořili v nelehkých dobách

Při obsazování postav využil režisér typové různorodosti aháckého ansámblu. Jakub Stich se logicky stává Werichem a působivě obsazený je Vratislav Hadraba do role Werichova celoživotního druha Jiřího Voskovce. Zajímavou hru s divákem zahrál režisér v případě Werichovy ženy Zdeny (Kristýna Žďánská) a dcery Jany (Natálie Topinková), které by věkově odpovídaly spíše opačné roli. Nezapomínejme ale, že jsme v divadle a děj je zasazen do jakéhosi zázvěti, kde panuje bezčasí. Konečně poslední postavou je normalizační „televizní“ moderátor Kryštofa Nohýnka, který celkovému tragikomičnu hry dodává až

absurdní rozměry. Postavy pak v průběhu hry dostávají prostor vyříkat si s „mistrem“, který nejspíše očekával další veřejnou poklonu svému důvtipu, věci za života nikdy nevyřčené a vzpomenout na rány nikdy nezhojené.

Ačkoli by se z výše zmíněného mohlo zdát, že půjde o bulvárně skandalizující dílo, opak je pravdou. Jde o poklonu všem, kteří žili a tvořili v nelehkých dobách a kterým osud ne vždy přál.

Anna Topinková, Martin Burda, foto: Jan Šilar

INFO

Představení *Když už ten Werich jednou byl...* se hraje 6. února 2026 od 19 hodin v Divadle Gong

INZERCE

Zprávy · Kultura · Zdraví · Rozhovory · Soutěže · Tipy

www.nasepraha.cz

Nezapomenutelné písně, šansony a dueta v Gongu

Divadlo Gong vás zve 20. března 2026 od 19 hodin na výjimečný hudební večer, který připomene české šansony a dueta, jež se nesmazatelně zapsaly do historie naší hudby.

Publikum si vyslechne nejznámější písně legendárních interpretů, jako jsou Hana Hegerová, Marta Kubišová, Petr Hapka či Eva Olmerová, a skladby výjimečných českých skladatelů a textařů – Petra Hapky, Michala Horáčka, Jiřího Suchého, Jiřího Grossmanna, Jiřího Šlitra, Pavla Kopty a dalších.

Hlavní pěvecké role večera zastanou Dita Hořínková, Martin Pošta a Bára Grafnetová.

Dita Hořínková začínala už v osmi letech na jevišti pražského Národního divadla v opeře Liška Bystrouška a první zkušenosti sbírala také jako členka Kühnova dětského sboru. Vystudovala herectví a moderování na VOŠ herecké a pedagogiku, psychologii a metodiku zpěvu na HAMU, a věnuje se zejména muzikálu, činohře, operetě i melodramu. Za svou kariéru účinkovala v desítkách divadelních projektů v Praze, Liberci, Mostě i na letních scénách, dvakrát byla nominována na Cenu Thálie a vystupovala rovněž v Kanadě a Japonsku. Vedle divadelní praxe se



Šansony v Gongu... štěstí je krásná věc

věnuje pedagogické činnosti jako lektorka zpěvu na Pražské konzervatoři.

Martin Pošta je zkušený muzikálový zpěvák a interpret populární hudby, který svou hudební dráhu zahájil ve skupině Laura a její tygři. Po odchodu z kapely se začal věnovat muzikálům, například inscenaci Dracula, a od roku 2017 ztvárňuje hlavní roli Simona z Canterville v představení Strašidlo Cantervillské, které se pravidelně hraje i na letních scénách českých zámků.

Bára Grafnetová, absolventka Pražské konzervatoře v oboru herectví, zpěvu a tance, přináší do večera zkušenosti z muzikálu, tance a televizní práce. Tancovala jazz dance, stepovala a působila jako aerobiková instruktorka a moderátorka televizního pořadu Aerobic s Bárrou. Vydala také řadu cvičebních videokazet, které učí pohybu a zdravému životnímu stylu, a její energický a výrazný projev dodává koncertu jedinečnou dynamiku.

Hudební doprovod poskytne orchestr složený z vynikajících sólistů – klavírní party zahrájí R. Linhart a L. Havel, saxofonové pasáže přednesou Vladimír Boryš Secký a Roman Musil a kontrabas hrají J. Greifoner a T. Šturma. Společně vytvoří s hlavními interprety atmosféru, která propojuje nostalgii s živou hudební energií.

Tento koncert je jedinečnou příležitostí pro všechny, kdo mají rádi český šanson, silné texty a autentické hudební zážitky. Přijďte do Divadla Gong a nechte se unést melodiemi, emocemi a příběhy, které tyto nezapomenutelné písně vyprávějí.

▲ Martin Burda, foto: dg

nádraží Praha - Prosek

NÁVŠTĚVNÍ DNY

2x modelové kolejiště v měřítku 1:45 a 1:32



2026



14. únor **04. duben**
31. říjen **28. listopad**

10 - 17 h

Vstupné 80,-Kč, děti do 6 let 40,-Kč

www.pragoclub.cz

Jablonecká 322, Praha 9 - Prosek

SPOLEK ZA VESELEJŠÍ STŘÍŽKOV

VÁS ZVE NA

23. STŘÍŽKOVSKÝ MASOPUST

14. ÚNORA 2026 OD 13 HODIN

PARK VÁCLAVKA

(bus 151, 166, 201 – stanice Madlína)



Téma masopustu:

sraz masek z co největší části světa

...národů, národností, etnik...

MULTI-KULTI



Podporováno za podpory MČ Praha 9 a sponzorů

www.veselejsi-strizkov.cz

Tóny, které se dědí

Cyklos koncertů komorní hudby pokračuje 26. února 2026 od 19 hodin v obřadní síni vysočanské radnice, Sokolovská 14/324, Praha 9, koncertem s názvem Tóny, které se dědí.

Díla A. Dvořáka, V. Nováka a V. Kaprálové zazní v podání Jitky Rosypalové (soprán), Michaely Simpson (klavír) a Marie Zajícové (housle). Trio mladých muzikantek spojuje přátelství, rodinné vazby a společná láska k hudbě. Každá z interpretů přináší do souboru vlastní zkušenosti i osobitý hudební pohled.

Marie Zajícová

Sólových houslí se ujímá Marie Zajícová, členka orchestru Národního divadla, kde již několik let působí u prvních houslí. Vedle toho pravidelně



spolupracuje s dalšími hudebními tělesy po celé České republice. Studovala housle u prof. Františka Novotného na JAMU a během studií vystupovala jako sólistka s několika českými orchestry.

Michaela Simpson

Klavírní part patří Michaela Simpson, zkušené klavíristce a korepetitorce, která se této činnosti věnuje již od studií na HAMU ve třídě prof. Ivana Klánského. Působí rovněž jako pedagožka na Gymnáziu a Hudební škole hl. m. Prahy. Cenné hráčské i peda-



gogické zkušenosti získala také během pětiletého působení v Kapském Městě v Jihoafrické republice.

Jitka Rosypalová

Tvůrčím duchem a inspirační silou tria je sopranistka Jitka Rosypalová. Vystudovala zpěv u prof. Jarmily Přívratské na HAMU, spolupracovala s mnoha hudebními tělesy v oblasti písňové, chrámové i operní tvorby. Je sbormistryní smíšeného sboru KaPři, s nímž vystupuje na křesťanských akcích po celé republice. Pravidelně přednáší na témata liturgické rytmické hudby a v tomto žánru rovněž skládá písně.



▲ IK, foto: archiv

JARNÍ KONCERT

Jarní koncert v kostele Krista Krále ve Vysočanech se koná 26. března 2026 v 19 hodin. Vystoupí akordeonové kvarteto Barokní pražské harmoniky.

Udělejte si v únoru čas na umění

V Pragovka Gallery na Kolbenově ulici ve Vysočanech najdete hned tři nové výstavy.

Jde o skupinovou výstavu Jak mluvit s oblačníky, výstavu ukrajinské umělkyně Oksany Sadovenko Where Do Pigeons Sleep? a také společnou výstavu rezidentky Pragovky Kateřiny Adamové Linhartové a mladé umělkyně Mai s názvem Endemitní kultivar.

Jak mluvit s oblačníky

Výstavní projekt polské kurátorky Joanny Glinkowské se prostřednictvím různých tvůrčích forem zaměřuje na vodu jako klíčový zdroj pro přežití a zároveň ohrožené společné dobro. Devět polských umělkyní, umělců a uměleckých dvojic se v něm vyjadřuje k tématům, jako jsou regulace řek,

přístup k pitné vodě či ovlivňování počasí, a zároveň upozorňuje na sociální problémy spojené s vodou.

Where Do Pigeons Sleep?

Výstava ukrajinské umělkyně zkoumá skrytý noční život holubů a jejich hledání místa v nejistém světě antropocénu. Velkoformátové malby a křehké sochařské práce odhalují jemné vzájemnosti i citlivé městské ekologie. Kurátorkou výstavy je Jana Písaříková.

Endemitní kultivar

Výstava spojuje autorky dvou různých generací – Kateřinu Adamovou Linhar-

tovou a Mai. Prostřednictvím kresby a objektové instalace se herním i kritickým způsobem vyrovnávají s významovou mnohoznačností zdánlivě samozřejmých společenských daností, standardů a normalit. Kurátorem výstavy je Petr Vaňous.

Pragovka Gallery láká také na řadu doprovodných a komunitních programů, vzdělávací aktivity pro děti i výtvarné workshopy pro dospělé. Každou středu od 8.30 si navíc mohou návštěvníci přijít do výstavních prostor protáhnout tělo a zklidnit mysl při jógové praxi. Aktuální informace najdete na www.pragovkagallery.cz.

▲ Kristýna Řeháčková

Beseder Gallery: Něco pro tebe mám

Pro galerii Beseder připravila dvojice umělkyní – Milena Dopitová a Lenka Tyrpeklová – projekt s názvem Něco pro tebe mám. Výstavu, která se koná od 3. února do 2. března 2026, tvoří instalace, objekty, fotografie a videoprojekce.

Název výstavy evokuje slovní hříčku, upozornění na situaci, gesto či počin, nebo je jen vytržením ze stereotypu/očekávaného? Kdo je skutečným dárce a kdo obdarovaným? A co se stane, když to něco nelze přijmout, vrátit, odmítnout nebo jednoznačně pochopit?

Očekávání generuje zvědavost, ta může vést k naplnění, ale také k frustraci a pocitu prázdna. Vypovídá o době, kde úkon obdarování je stejně nejistý jako svět, ve kterém vzniká. Dar, jenž je předem slí-

ben, nemusí odpovídat představě; význam se může rozplynout nebo zcela obrátit proti tomu, kdo jej očekává.

Název výstavy předeseílá jemnou ironii a potenciál humoru. Ten se někdy v lehké, jindy trpké formě stává klíčovou strategií výstavy. Obdarování zde není chápáno pouze jako pozitivní výměna, ale jako komplexní fenomén nesoucí v sobě ambivalenci moci, očekávání i emocí. Není neutrální: vytváří vztah, ať už je přijímán s vděčností, hrdostí, s rozpaky, nebo s odmítnutím.



Instalace se hravou formou dotýká aktuálních témat ve společnosti, žongluje s rolemi, jejich významy, odkrývá jejich absurdity a současně dává návod, jak přežít v nestabilním světě.

Vernisáž výstavy je plánována na 3. února 2026 od 18.30 hodin. ▲

INFO

Beseder Gallery, Lihovarská 12, Praha 9 - Libeň
Více na www.besedergallery.art

Knihovny – místo vzdělání i zábavy

Městská knihovna Praha má na devítce dvě pobočky – ve Vysočanech a na Proseku. Nabízejí mnohem víc než jen půjčování knih: poskytují přístup k informacím a kultuře (tištěné i elektronické), internet a WiFi, poradenské služby, reprografii a digitalizaci, a fungují jako komunitní centra s vzdělávacími programy, workshopy, přednáškami a akcemi pro všechny věkové kategorie.

Městská knihovna v Praze, pobočka Vysočany, Zbuzkova 34, Praha 9

5. února 2026 od 16 hodin

Deskovky ve Vysočanech

Klub deskových her pro rodiče s dětmi. První čtvrtek v měsíci patří ve Vysočanech klubu deskových her pro mladší děti. Přijďte si vyzkoušet hry pro malé (3+) i pokročilejší hráče. K dispozici volně přístupná kolekce deskových her pro prezenční hraní a první čtvrtek v měsíci patří společnému hraní s pravidel známým knihovníkem.

12., 19. a 26. února 2026 od 17 hodin

Čtvrtek s pohádkou

Čtení, hraní a tvoření pro děti. Kam ve čtvrtek odpoledne? Přijďte si s dětmi do pobočky Vysočany společně poslechnout příběh a užít si tematicky navazující hraní nebo tvoření. Program je určený pro děti předškolního věku. Ve čtení se střídá knihovnice s pohádkovou babičkou.

19. února 2026 od 16 hodin

Čtenářský klub

Setkávání pro děti, které rády čtou a svou vášeň pro knižní svět příběhů by rády sdílely s dalšími čtenáři. Klub je otevřen všem již samostatným čtenářům základní školy. Budeme si společně číst, povídat i psát.

5., 12., 19. a 26. února 2026 od 16 hodin

Anglický kroužek

Pravidelné setkání s anglickým jazykem organizované ve spolupráci s Anglickým gymnáziem ve Vysočanech. Přijďte se procvičit v konverzaci, čtení, doučit se gramatiku nebo zkontrolovat školní projekty. Setkání je otevřené zájemcům všech věkových skupin – žákům základních škol, studentům i dospělým – a je zdarma. Zarezervujte si místo přímo na pobočce Vysočany, e-mailu skuciusl@mlp.cz nebo na tel.: 770 130 210.

3., 10., 17. a 24. února 2026

od 15.15 hodin

Doučování ve Vysočanech

Nestíháte ve škole? Nebo potřebujete poradit s učením, domácím úkolem nebo přípravou na test? Navštivte neformální doučování v městské knihovně na pobočce Vysočany. Doučování je každé úterý a je zdarma. Nemusíte se předem hlásit, prostě přijďte a uvidíte. Více informací na pobočce nebo tel.: 770 130 210 Městská knihovna v Praze ve spolupráci s The English College in Prague.

5. a 19. února 2026 od 17 hodin

Deskovky & angličtina

Podvečer s deskovými hrami a angličtinou. Hrajete rádi deskovky a nemáte parťáky? Anebo byste se rádi procvičili v angličtině? Podvečer s deskovkami v knihovně naplňuje oboje. Určený je pro starší děti, studenty a dospělé. Hrát se bude v angličtině. Bližší informace a rezervace místa na tel.: 770 130 210. Vstup zdarma. Městská knihovna v Praze ve spolupráci s The English College in Prague.

2. února 2026 od 16 hodin

Maturitní čajovna

Čtenářský klub maturantů

Společně se zaměříme na klíčové autory a literární díla potřebná k maturitě. Každý měsíc probereme jednoho autora, představíme si jeho život i tvorbu. Po úvodní přednášce nás čeká prostor pro sdílení a diskuzi. K dispozici budou čtenářské deníky. Maturitní čajovna je pravidelně každou první středu v měsíci.

11. února 2026 od 19 hodin

Kvízový večer

Hledáte zábavu, při které se pobavíte, zasmějete si a ještě se něco nového dozvíte? Stačí dát dohromady tým (1–6 hráčů) nebo přijít klidně i sám – vždycky se pro vás najde místo u stolu. Čekají vás otázky z nejrůznějších oblastí. Hraje se nejen pro zábavu, ale také o skvělé ceny. Vstup zdarma.

4. února 2026 od 19 hodin

Sen jako fenomén

První přednáška z cyklu Sny se bude věnovat obecnému úvodu k nauce o snech. Druhým a nejčastějším tématům snů, proč se vůbec o sny zajímat a jak k nim přistupovat. Dozvíte se také, co můžeme dělat pro to, abychom si sny lépe pamatovali. Přednášející Mgr. Marta Helingerová se v cyklu tří přednášek bude věnovat v prvních dvou přednáškách teoretickým základům nauky o snech, symbolům a archetypům. Ve třetí přednášce pak metodám a interpretaci snů.

18. února 2026 od 19 hodin

Blíže ke snům aneb co najdeme ve snové krajině

Ve druhé přednášce cyklu Sny se spolu s Mgr. Martou Helingerovou blíže podíváme na sny z hlediska jejich obsahu. Probereme, z čeho se skládají sny, rozebereme přítomné osoby a snová prostředí, symboly a archetypy, specificky pak také téma zvířat ve snech a lucidní snění.

Městská knihovna v Praze, pobočka Prosek, Měšická 806/3, Praha 9

3. února 2026 od 16.30 hodin

Historie hodin a času

Přednáška Ludmily Konvalinkové. Společně nahlédneme do vývoje času od slunečních hodin až po moderní technologie a zjistíme, jak lidé v různých dobách čas chápali a měřili. Vstup zdarma.

5. února 2026 od 16 hodin

Digitální poradna pro seniory

Nevíte si rady se svým chytrým telefonem nebo tabletem? Ukážeme vám, jak vaše zařízení správně ovládat a jak se bezpečně pohybovat na internetu. Více informací na telefonu 770 130 254 nebo osobně na pobočce. Vstup zdarma.

11. února 2026 od 16 hodin

Čtenářský klub

Volnočasový klub pro děti. Máte zájem o knížky a rádi si o nich povídáte? Přijďte s ostatními sdílet svoji vášeň pro čtení. Klub je otevřen všem již samostatným čtenářům základní školy. Setkání v dětském oddělení. Vstup zdarma.

17. února 2026 od 16.30 hodin

Virtuální realita

Přijďte si zakusit virtuální realitu do knihovny. Můžete vyzkoušet aplikace jako Beat Saber, malování v 3D prostoru, podmořský svět, virtuální sprejování, rybaření, tenis či jízdu na vikingské lodi a další. Nutná rezervace na pobočce či na e-mail dagmar.pivonkova@mlp.cz. Vstup zdarma.

24. února 2026 od 17 hodin

Pohádková babička

Babička čte dětem. Předčítání z oblíbených knížek pro děti je určeno předškolním posluchačům a dětem mladšího školního věku. Vstup zdarma. Více na www.mlp.cz

Blanka Švédová a Eva Neudörfllová

VYMĚNIT NEBO DAROVAT MŮŽETE KNIHY I KVĚTINY

Máte doma knihy, o kterých víte, že je již číst nebudete? Nebo máte spoustu pokojových květin a nemáte je komu dát a nechcete je vyhodit?

V průběhu provozní doby knihovny na Proseku můžete vyměnit své nepotřebné knihy za jiné a květiny darovat nebo rovněž vyměnit v květinovém koutku.

Těšíme se na vaši návštěvu!

Knihovna na Proseku



bec nemluvním napříklád o Íránu, Indii nebo Malajsii. Tam jsem měl průměrnou čekáčku na auto čtyři a půl minuty, takže jsem si pivo v Ósace dal o deset týdnů později, začátkem června.

Jaké bylo?

Myslím si, že zasloužené. Přeci jen jsem ujel třicet tisíc kilometrů ve třech stovkách aut, to člověka celkem vyčerpá. A dobré bylo, Japonci jsou pivaři. Však je taky pizeň japonská, že jo.

Klidně si zas přisedněte. Jel jste vůbec někdy stopem do Ósaky?

Ale jasně, proto jsem loni o jarní část praguecké sezony přišel, což mě fakt mrzelo. V původním plánu bylo odstartovat přímo od nás z Ocelářské, ale to bych řídil ještě dost mátl, tak jsem se nechal dopravit na tu krásnou Babišovu pumpu v Průhoncích.

Tam jste je nemátl?

Taky mátl. Možná jsem, napadá mě, neměl držet v ruce velkou ceduli s nápisem Ósaka — považovali mě za srandistu a rozhlíželi se, kde je tam skrytá kamera. Taky jsem teď v nejhorším možném věku, stopovat by měli lidé mladí. Nebo hodně staří. Ale střežcové mého typu jsou dost podezřelí, sám sobě bych nikdy nezastavil. Naštěstí jezdí po světě i lidé duchovní nebo šilení, kterým je všechno fuu.

Jak dlouho jste tam stál?

Tři hodiny. Na dřezen bylo hezky, patnáct stupňů, a čas jsem si krátíl zpěvem své oblíbené: „Vysocany, Liben, to jsou pražský čtvrti, kdo sem večer zajde, ten je synem smrti.“

A za jak dlouho jste se dostal do Japonska?

Tři průhonické hodiny byly našťásti mým osobákem, na Moravě už to potom šlo, a v

Po štamgastském stole ve Vysocanech se vám tím pádem ani moc nestýskalo?

Naopak, strašně. Podruhé v životě jsem měl noc co noc živé sny o tom, kterýk mi hospodský čepuje hladinku. Prvně to bylo za lockdownu, a tentokrát to začalo v Íránu, kde je samozřejmě prohibice. V Pákistánu pak taky. Indie sice není takhle striktní, ale tam je zase spousta svatých míst, kde se pít jednoduše nehodí, takže jsem byl měsíc zcela střízlivý. Řidiči mi sice nabízelí opium, marihuanu a hašiš, ale pizeň U Pecků je pizeň U Pecků.

Přijímal jste jejich nabídky?

Řeknu vám to takhle... anebo víte co? Přechtěte si o tom v té mé knížce. Ona je docela tlustá a zajímavá. Mimo jiné z toho důvodu, že v ní mám fotky a krátké příběhy všech těch svých řidičů, takže by teoreticky mohla zaujmout i lidi, které čtení spíše vyčerpává.

A kde ji seženu?

Doufám, že snad v knihkupectvích. Ale taky teda doufám, že už tam nebude moc dlouho, že se Ósaka do jara vyprodá. Kdybyste šla něla marně, stavte se za mnou klidně U Pecků, třeba něco vymyslíme. A jestli ne, aspoň zase pokecáme, s vámi mě to baví, úplně jste mě otevřela...

Daniela Červinková
Foto: Tomáš Poláček

Rokytkla

VLASTIVĚDNÝ
ZPRAVODAJ
Číslo 2/2026
Ročník LIX

Všechny cesty vedou k Peckům

Prvních třicet let svého života Prahu 9 vůbec neznal. Nikdy ho ani nenapadlo, aby se tam zajel podívat, a spokojeně bydlí v teplejších částech města na jihu, hlavně v Krči. Potom se s velkou nedůvěrou přestěhoval do Vysocan, na břeh Rokytky, a nikdy už se nehnul. Občas vlastně hnul — osmačtyřicetiletý novinář Tomáš Poláček postupně obkroužil celou zeměkouli autostopem. „Ale vždycky se mi stýskalo po domově,“ přikládá si ruku k srdci, „po zápascech Pragovky, a hlavně po hospodě U Pecků.“

Jakou nejstarší vzpomínku si vybavujete v souvislosti s Prahou 9?

Asi svatbu.

Vy jste se tu bez obhlídky rovnou oženil?

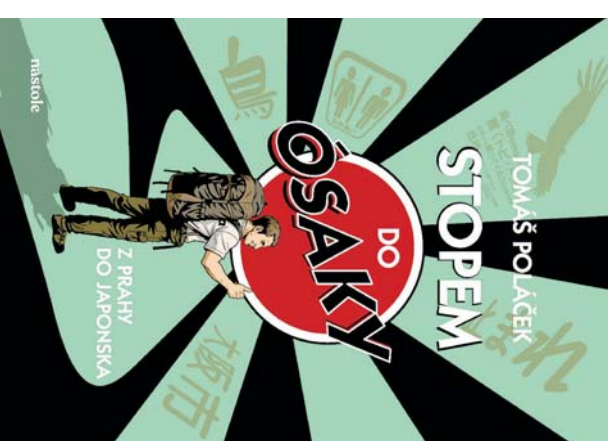
To ne, já byl tenkrát v Podviňáku na svatbě své budoucí ženy. Matně si vzpomínám, že když začal Mendelssohnův pochod, z okna na nás zvědavě vykoukla Magdalena Kožená — bydlela u dnešního lanového centra.

Jakou jste měl na obřadu funkci?

Otec nevěsty čtil můj budoucí tchán pak večer v hospodě U Lva (což je dnešní Pepi a sílu) konstatoval: „Tož, každá svatba potřebuje nějakého medvěda...“ Oni jsou z Uničova.

Kdy jste si vzal jeho dceru?

Jana se zatím bohužel pořád neotřepala z té první, ale žijeme spolu kousek od Podviňáku už skoro sedmáct let. Nejřiv to bylo Na Břehu, vedle těch nešťastníků Piskáčkových, co schovávali Kubišovi nebo Gabčíkovi kolo, takže jsem měl přímo na dvoře zahrád-



ku hospody U Pecků, kam jsem tehdy ovšem skoro nechtěl. Zdálo se mi, že se tam scházejí nějakí svalnatí chuligáni, tak jsem nechtěl riskovat, a přednost dával minutku vzdálené Radnici.



A co se pak stalo?

Pak jsme se přestěhovali dvě stě metrů přes Rokytku. Přes takový ten mostek, co ho za povodní ve třináctém roce vzala voda, jestli si vzpomínáte. Tehdy přicházel na svět náš syn, ale naštestí se do porodnice dalo dostat i hlavním vchodem z domu do Ocelářské, jinak nevím, nevím. Do toho nám totiž vyskočil kocour ze sedmého patra, bylo to poměrně divoké.

Myslela jsem, co se stalo ohledně vašich hospodských preferencí.

Za definitivní přestěhování k Pečkům můžu pro změnu pes, protože ten kocour posel.

To jsem tak nějak pochopila.

Počkejte – zmíněný první pád za oně červnové velké vody přežil, ukormidloval to ocasem, jen si tehdy úplně rozdrtil pánev. Nechal jsem Janu v porodnici, ona už byla zkušena a rady ohledně kojení nepotřebovala, a odjel s tím kocourem na veterinu. On se jmenoval Leopold, abych nemluvil tak neosobně.

A syn?

Bartoloměj. A dcera Apolena. Já musím ve všem mít nějaké „ol“, jak jsem ten Poláček. Veterinář řekl, že pánev za třiadvacet tisíc dokáže zas slepit, tak jsem si někde půjčil a svolil k operaci. Z kocoura pak byl nejedlív měsíc ležák, ale v srpnu se postavil na přední a srandovně klouzal hýžděmi po podlažce. V říjnu se konečně zvedl i na zadní, no

a v listopadu skočil ze sedmého patra znovu, moc jsem to nepochopil. Naštěstí se ukázalo, že je zpoupelnění o dost levnější než operace. Ale pardon, neptala jste se na něco jiného?

Na ty hospody. A vy jste zmínil psa.

Nevím, jak u vás, ale polovina sousedů od nás z Ocelářské si za covidu pořídila štěně, my taky.

A ten se jmenuje jak, Olík?

Ne. Bubba. Teď mě to štvě, Olík by byl lepší. Bubba, že jsme se neznali. Nebo Bubbo-la. Příště... Tou dobou jsem už každopádně věděl, že k Pečkům chodí normální solidní občané mého typu, ale stejně jsem to nějak střídal s Radnicí, kde bylo vždycky pivo výborné a určitě je dodnes, o tom nepochybuju.

Mluvme, prosím, k věci.

Normálně jsem chtěl to štvě naučit chodit do hospod, tak jsme hned vyrazili, ale na Radnici řekli, že se omlouvají: „Náš šéf psy moc nemusí,“ nebo něco takového. Tehdy jsem sešel z kopečka k Pečkům, kde se všichni rozněžňovali, protože náš pes byl zpočátku k sežrání, on to je austrálák.



Ti jsou přece krásní i dospělí!

Ona to je vlastně fena. A kdybyste viděla, co dnes ráno u Rokytky sežrala, tak byste mluvila úplně jinak... Takže na Radnici se nezlíbím, ale od té doby jsem se až dnes nehnul od Pecků. Ne že bych se chtěl přirovnávat ke geniům, ale určitě víte, že na Sokolovské hned naproti radnici bydlel počátkem minulého století v domě U Modré hvězdy filosof a radikální solitér Ladislav Klíma – a ten přesně od chvíle, kdy dopravní podnik zakázal kouření v tramvajích, chodil do města zásadně pěšky. Až do smrti, podle mě přes Libeňák. Zásadovost musí být.

Ať žije slavná Pragovka!

S kým v té vaší hospodě sedáváte?

Přece se štamgasty. Upřímně řečeno neznám většího vyznamenání, než je slovo štamgast, i když to má taky svoje minusy, samozřejmě.

Například?

Už skoro pět let jsem nenavštívil jiný pražský podnik. Sleduju různé foodblogery typu Lukáše Hejlíka, tak mám přehled, a hostince jsou zjevně čím dál lepší, některé užasně, neřkuli michelinské. Já jsem ale pořádku u toho prvního stolu hned za dveřmi s jednou starou paní, co uklízí v oranžové kombinéze ulice, s frajerem, co staví užasná kachlová kamna, nebo s důchodcem, co venčí podvratáka Čerta. Plus teda s tou naší

Bubbou. Chtěl bych, aby od Čerta okoukala kinderstube, ale marnost nad marností: náš Olík bude jednou podvraták.

Jak jste dokázal U Pecků napsat knihu o cestování?

Ona se sice jmenuje Stopem do Ósaky, ale ze srdce doufám, že jenom o cestách není – nenávidím totiž cestopisy. Já už napsal pár knížek předtím, jednu o Rusku a Amerikách, další o Africe, a spíš jsou všechny o tom, jak stárnu. Jak mi slabne zrak, a tím pádem se mění pohled na svět. Taký jsou o kočkách, o psech, i konkrétně o Bubbě a o Janě a o dětech a o všem, koho jsme tu zmiňovali. I o Bohemce. I o té Pragovce, což jsou dva fotbalové kluby, kterým vášnivě fandím.

Přímo na stadionech?

Nepochybujte. Není nic hezčího než usednout za bariho léta před polednem na novou tribunu Pragovky, poslouchat zurčení Rokytky za zády a sledovat čím dál krásnější kopanou domácích. Protože oni se fakt strašně zlepšují. Ani by mě moc nepřekvapilo, kdyby to ještě za mého života dotáhli do divize. Skvěle se na to dívá i v dubnu nebo květnu, tak jestli se přijdete pokochat osm. To je úplný Beckenbauer.

Myslíte, že to dotáhne třeba až do té Bohemky?

My mu říkáme, ať se radši věnuje vysoké škole.

Aha, on je váš?

Janin. Vždyť už přece víte, že měla nějaký život i přede mnou. Ale stejně ho mám rád, no a z Bohemku hraje ten náš dvanáctiletý benjamínek Bartoloměj. On tam z Pragovky přestoupil, ale miluje ji, tak těsně před odchodem nazpíval hymnu, která se dnes používá z amplionu při nástupu mužstev: „Bez bázně hany, jdou Vysocany, jó Pragovka, Pragovka, Pragovka-ka-ka...“

Nejen únor v Knoflíku

Kulturní a rodinné centrum Knoflík, Jablonecká 723/4, Praha 9,
www.centrumknoflik.cz, recepc@centrumknoflik.cz.

Začíná druhé knoflíkové pololetí. Díky těm, kteří pokračují, a nové zájemce zveme k doplnění kurzů i do nových hodin.

Hudební Knoflík není jen o hudbě. Přihlásit se můžete i do lekcí pohybových, akcí tvořivých nebo třeba miniangličtiny. Lekce pro nejmenší začínají již od 4 měsíců, zacvičit si mohou i lezci.

S radostí vás vítáme v hudebních lekcích pro menší i větší hudebníky, připravíme k přijímacím zkouškám, oprášíme spolu s vámi dospělými lásku k hudebnímu nástroji – bicím, kytarě, ukulele či klávesám. Zveme také ke společnému zpívání do dětského sboru, který je určen dětem od 5 let, ke cvičení pro děti s rodiči i bez či do hodin akrobacie s Akademií Cirkus La Putyka.

Rozhýbat tělo mohou i dospělí v lekcích pilates, jógy, piloxing i fyziopilates. Chodit můžete jednorázově nebo pravidelně, malí i velcí.

Co se připravuje?

- Seriál lekcí o slušném chování pro děti od 4 let – Draka je lepší pozdravit.
- Jarní víkendový pobyt v přírodě – duben,



Jizerské hory, penzion Kitty.

- Letní příměstské tábory – turistický, hudební, sportovní.

Nenechte si ujít

4. 2. 2026 od 17 hodin

Opeč si to! Na náměstíčku – tradiční opékání buřtů na Náměstíčku před Knoflíkem
16. března 2026

Vynášení Morany – sousedské potkání.

Každý si vyrobí svoji malou Moranou a společně vytvoříme i velkou. Těšte se na burty a špacír s Moranou.

Teplo a světlo pro ty, kteří to potřebují

– průběžná dobročinná sbírka vosku a vyrábění svíček pro ty, kterým světlo a teplo schází.

Váš Knoflík ▶

Začátek roku v Edu Bubo Klubu

Do Edu Bubo Klubu v Podkovářské ve Vysočanech za novými zážitky!

V parku v Podkovářské ulici se 13. února 2026 koná tradiční masopustní veselí, kdy se masopustní masky a hudebníci se svými nástroji vydají do ulic. Přijďte také a zapojte se do zdobení basy a jejího pálení na ohni.

V březnu se v Edu Bubo Klubu připravují na Velikonoce a na akci Vítání

jara (zdobení Morany, sázení osení...) a na den otevřených dveří v dětských skupinách Klubík v přírodě a Klubík u Rokytky.

Veškeré informace najdete včas na webu Edu Bubo Klub – www.edububoklub.cz.

▶ Martina Váňová

Kurzy, přednášky a semináře v Obecním domě

Divadlo Gong pořádá v Obecním domě ve Vysočanech, Jandova 207/4, Praha 9, řadu zajímavých workshopů, přednášek, seminářů a kurzů. Vyberte si.

PRO DUŠI S ÚSMĚVEM

5. 2. čtvrtek 18.00–20.00

Tvořivý workshop, který propojuje meditaci, barvy a vědomé tvoření. Program: Meditace Setkání s tmou, Meditace Nohama na zemi, Meditace Jsi jako plynoucí řeka.

VALENTÝNSKÝ KRUH:

PERLY LÁSKY, PERLY SÍLY

6. 2. pátek 18.00–20.00

Kreativní workshop zaměřený na tvorbu perletových šperků – talismanů lásky a síly, voňavých solí do koupele, psaní osobních dopisů či přání pro své blízké.

MIKROBIOM, NÁŠ DRUHÝ MOZEK

9. 2. pondělí 18.00–20.00

Praktický workshop týkající se vhodné stravy, kterou je potřeba správně pečovat o svou imunitu a střevní mikrobiom, jenž má zásadní vliv na naše zdraví, psychické funkce a citovou stabilitu.

FEMINISTICKÁ PERSPEKTIVA

V DĚJINÁCH UMĚNÍ

12. 2. čtvrtek 18.00–19.30

Přednáška zaměřená na život a působení americké historičky umění Lindy Nochlin, jejíž myšlení zásadně ovlivnilo pohled na postavení žen v umění. Představení eseje Proč neexistovaly žádné velké umělkyně v dějinách umění?

POHYBOVÉ KURZY PRO DĚTI

MINI DANCE (4–6 let) /

úterý 16.00–16.45

VÝRAZOVÝ TANEC (8–12 let) /

pondělí 17.00–18.00

CONTEMPORARY DANCE /

úterý 16.50–17.50 (9–13 let) /

středa 16.50–17.50 (14+)

MUSICAL DANCE (10–14 let) /

středa 15.45–16.45

PŘÍPRAVNÝ KURZ NA PŘIJÍMACÍ

ZKOUŠKY Z ČEŠTINY

každý čtvrtek od 16.00 do 17.30

Kurz je určen pro žáky posledního ročníku základní školy, kteří se připravují na přijímací zkoušky na střední školu. Zaměřuje se na klíčové oblasti českého jazyka, které jsou součástí jednotné přijímací zkoušky Cermat. Studenti si procvičí nejtýpější úlohy, osvojí si strategie řešení testů a s aprobovaným pedagogem rozeberou nejčastější chyby, kterých se žáci dopouštějí.

▶ dg

Únor v DDM Praha 9

**CHYSTÁME PRO VÁS JARNÍ
PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY**

INFO

**NOVÉ KROUŽKY NA DRUHÉ
POLOLETÍ!**

INFO

**AKCE SUSHI MASTER IV.
15. 2. OD 15:00 HODIN**

PŘIHLÁSIT
ZDE

WWW.DDMPRAHA9.CZ

Kulturně aktivizační centra pro seniory



Kulturně aktivizační centrum pro seniory, Harrachovská 422/2, Praha 9 - Prosek, www.ssspraha9.cz, tel.: 724 905 785, 286 582 298, e-mail: dunderova@sssp Praha9.cz

Pravidelné kurzy, které se konají každý týden, vždy ve stejný den i čas:

Pondělky:

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Angličtina se Zuzkou pro středně pokročilé, lekce 50 Kč 9:00 – 10:00
Němčina pro pokročilé 9:30 – 10:30
Angličtina se Zuzkou pro mírně pokročilé, lekce 50 Kč 10:00 – 11:00
Angličtina se Zuzkou pro úplné začátečníky, lekce 50 Kč 11:00 – 12:00
Kurz na ovládání chytrého telefonu se Zuzkou, lekce 50 Kč 12:30 – 13:30
Francouzština pro úplné začátečníky se zkušenou lektorkou, lekce 50 Kč 14:00 – 15:00
9. 2. Klub seniorů – kardiaků (setkání) 14:30 – 16:00

Úterky:

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Pedikúra pro seniory – kompletní péče, 400 Kč (nutno objednat) 8:30 – 14:30
Angličtina pro pokročilejší 9:30 – 11:00
Taneční hodina s Jarkou (pokročilí), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 9:30 – 11:00
Country tance pro začátečníky – nácvik kolektivních tanců 11:15 – 12:15
Tradiční jóga pro seniory, zdarma 12:30 – 13:30
Cvičení na židlích pro seniory a osoby se ZTP, zdarma 14:00 – 15:00
Country tance pro seniory – nácvik kolektivních tanců s lektorkou 15:15 – 17:00

Středy:

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Kadeřnice – suchý střih (nutno objednat), 150 Kč 9:00 – 14:00
Zdravotní cvičení s lektorem M. Štilcem s prvky jógy a dechových cvičení 9:30 – 10:30
Individuální poradenství s technikem – chytrý telefon, počítač, notebook... 11:00 – 12:30
Cvičení na páteř. Stabilizace páteře, správný postoj, chůze, 30 Kč 11:00 – 11:30
Dílničky šikovných rukou: Rukodělné, techniky, dekorace z přírodnin, korálků apod. 14:45 – 16:00
Povídání o víře a životě. Příběhy biblických žen. Info: 604 989 133 16:30 – 18:00

Čtvrťky:

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Trénink, procvičování paměti I. 9:00 – 10:00
Kurz počítačů pro pokročilé s lektorkou Ivanou 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30
Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 13:00
Možnost využití počítače, internetu – zdarma 13:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00

Pátky:

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Masáže pro seniory – záda, šíje/350 Kč. Možné i jiné termíny (nutno objednat)

Přednášky, besedy:

4. 2. 2026

Koncert pro housle a violoncello. Na housle zahraje koncertní mistryně Prague Philharmonia Pavla Tesařová, na violoncello absolvent AMU Juraj Škoda. Zdarma. Od 13 hodin... 13:30 – 15:00

11. 2. 2026

Beseda s botaničkou botanické zahrady Na Slupi: Zajímavosti ze světa rostlin 13:00 – 14:30

18. 2. 2026

Přednáška, beseda s horolezcem Honzou Trávníčkem, který úspěšně zdolal nejvyšší vrcholy planety 13:00 – 14:30

25. 2. 2026

Přednáška, beseda s historičkou: Tři ženy, které byly první... 13:00 – 14:30

Další akce:

12. 2. 2026

Zpívání na Proseku – písničky s promítáním textů za doprovodu tří kytar 14:30 – 15:30

Vycházka, komentovaná prohlídka:

20. 2. 2026

České muzeum hudby, komentovaná prohlídka výstavy světové operní divy Soni Červené. Sraz v 12.50 hod., Karmelitská 2/4, Praha 1, cena 170 Kč. Zájemci, hlase se 12:50 – 14:30



Kulturně aktivizační centrum pro seniory Sokolovská 971, Praha 9 - Vysočany www.ssspraha9.cz, tel.: 606 028 819, e-mail: jmikulecka@sssp Praha9.cz

Pravidelné aktivity:

Pondělky:

9., 23. 2. 2026

Sociální poradenství, zdarma 10:30 – 12:00

2., 9., 16. a 23. 2. 2026

Tréninky paměti 13:00 – 14:00

Angličtina pro falešné začátečníky, 50 Kč 14:15 – 15:00

Cvičení na židlích, 50 Kč 15:15 – 16:00

Úterky:

3., 10., 17. a 24. 2. 2026

Rukodělný kroužek 10:15 – 11:45

Kurz na ovládání chytrého telefonu 12:30 – 13:30

Středy:

4., 11., 18. a 25. 2. 2026

Zdravotní cvičení 9:00 – 10:00

Zpívání pro radost 10:30 – 11:30

Kavárnička, deskové hry, karty 13:00 – 15:00

4. a 18. 2. 2026

Vědomostní hra Riskuj! 12:00 – 13:00

Čtvrťky:

5., 12., 19. a 26. 2. 2026

Zdravotní cvičení 9:00 – 10:00

Kvízová hodinka 10:30 – 11:30

Kavárnička, deskové hry, karty 13:00 – 15:00

Pátky:

27. 2. 2026

Kavárnička, deskové hry, karty 11:00 – 14:00

Akce:

6. 2. 2026

Vycházka - Národní pedagogické

muzeum J. A. Komenského. Návštěva významného vědeckého a dokumentačního centra, které se orientuje na dějiny českého školství a pedagogiky, učitelstva a vzdělanosti v návaznosti na život, dílo a odkaz J. A. Komenského. 50 Kč. Sraz v 9:15, Středisko sociálních služeb, Sokolovská 971, hromadný přesun.

13. 2. 2026

Vycházka – Křišťálová zahrada, Troja. Venkovní expozice botanické zahrady rozzáří roztodivné květy, rostliny a zvířata, které vyrostly pod rukama uměleckého skláře Jiřího Pačinka a jeho kolegů ze sklárny Pačinek Glass. Venkovní expozice – teplé oblečení a obuv. Sraz v 10:00, Středisko sociálních služeb, Sokolovská 971, hromadný přesun. Senior 60+: 95 Kč, 70+: 50 Kč.

17. 2. 2026

Sraz učitelé (soukromá akce) 14:00 – 16:00

20. 2. 2026

Bingo 10:00 – 11:00

24. 2. 2026

Beseda – Zdravý pohyb ve stáří aneb o kloubech, svalectech a správném dýchání. Přijďte si poslechnout, jaký pohyb ve stáří je důležitý, na co se zaměřit a jak správně cvičit. První část bude věnována tomu, co nám pohyb opravdu přináší, jaké jsou benefity a zda může být pohyb také lékem. Druhá část bude zaměřena na ukázkou správného a špatného provedení pohybu. 14:00 – 15:00

BEZPLATNÁ PRÁVNÍ PORADNA – EXEKUCE

Tuto službu poskytuje MČ Praha 9 ve spolupráci s Exekutorským úřadem Prahy 9 (soudní exekutor Mgr. Michal Suchánek – www.exekucepraha.cz) sociálně slabším občanům, kteří nemohou za právní služby platit a mají trvalý pobyt na území MČ Praha 9.

Termíny: 18. 2., 18. 3., 15. 4., 20. 5. a 17. 6. 2026

V hale nové radnice u infocentra se v den termínu konání bezplatné právní poradny budou rozdávat od 13.30 hodin pořadová čísla.

Právní poradna se koná od 14 do 15 hodin v 1. patře, místnost 106.

K poskytnutí služby je třeba doložit doklad totožnosti s trvalým pobytem na území MČ Praha 9 - Vysočany, Libeň, Střížkov, Prosek, Hloubětín, Hrdlořezy (občanský průkaz vydán Úřadem MČ Praha 9).

Veškeré informace o provozování právní poradny a o možnosti o tuto službu požádat vám poskytnou pracovníci v infocentru.

**UPOZORNĚNÍ PRO NÁVŠTĚVNÍKY AKCÍ MČ PRAHA 9**

MČ Praha 9 upozorňuje, že v místě kulturních, společenských, sportovních a dalších akcí, které pořádá,

probíhá fotografování a natáčení videí z jejich průběhu pro účely prezentace a archivace.

FN BULOVKA – LÉKAŘSKÁ SLUŽBA PRVNÍ POMOCI

Pohotovost pro dospělé

PO–PÁ 19.00–6.00

SO, NE, SVÁTKY nepřetržitě.

Kontakt: 283 842 222, 266 083 301

Dětská pohotovost

PO–PÁ 16.00–6.00

SO, NE, SVÁTKY nepřetržitě.

Kontakt: 283 842 224

KONTAKTY KOSTELŮ**KOSTEL SV. VÁCLAVA**

Římskokatolická farnost při kostele sv. Václava, U Proseckého kostela 3/5, Praha 9 - Prosek
Pravidelné bohoslužby:
sobota 18.00, neděle 9.30
web: farnostprosek.cz

KOSTEL SV. VOJTĚCHA

Římskokatolická farnost při kostele sv. Vojtěcha, U Meteoru 599, Praha 8 - Libeň
Pravidelné bohoslužby:
pátek 17.00, neděle 11.00
web: farnostliben-vysocany.cz

EVANGELICKÁ CÍRKEV

Farní sbor Česobratrské církve evangelické, U Pošty 1098/6, Praha 8 - Libeň, tel.: 606 660 028.
Pravidelné bohoslužby: neděle 9.30
web: libenstievangelici.cz

KOSTEL KRISTA KRÁLE

Římskokatolická farnost u kostela Krista Krále, Kolbenova 658/14, Praha 9 - Vysočany
Pravidelné bohoslužby:
pátek 17.00, neděle 8.30
web: farnostliben-vysocany.cz

BEZPLATNÁ PRÁVNÍ PORADNA

Tato služba je poskytována sociálně slabším občanům, kteří nemohou za právní služby platit a mají trvalý pobyt na území MČ Praha 9. V poradně se zabývají řešením bytové problematiky a problematiky mezilidských vztahů. Právní poradenství se poskytuje v budově Úřadu MČ Praha 9, Sokolovská ulice 14/324, v 1. patře, místnost 106, začátek v 15 hodin.

Termín: 4. 2., 18. 2., 4. 3., 18. 3., 1. 4., 15. 4., 6. 5., 20. 5., 3. 6. a 17. 6. 2026
JUDr. Radek Návrhář

V hale nové radnice u infocentra se v den termínu konání bezplatné právní poradny budou rozdávat od 14.30 hodin pořadová čísla. K poskytnutí služby je třeba doložit doklad totožnosti s trvalým pobytem na území Prahy 9 - Vysočany, Libeň, Střížkov, Prosek, Hloubětín, Hrdlořezy (občanský průkaz vydán Úřadem MČ Praha 9).

Veškeré informace o provozování právní poradny a o možnosti tuto službu využít získají zájemci v infocentru.

PRO RODIČE**Ke slavnostnímu vítání občánků se přihlaste**

Krásnou tradicí v Praze 9 je slavnostní vítání nových občánků, tedy nově narozených dětí ve věku zhruba čtyř až sedmi měsíců (nejpozději do jednoho roku dítěte).

O slavnostní akt však musí projevit zájem sami rodiče.

To znamená, že je třeba podat přihlášku.

Lze tak učinit v podatelně Úřadu MČ Praha 9, Sokolovská 14/324, Praha 9, nebo mailem na adrese: vitaniobcanku@praha9.cz.

**LINKA PRO SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ****Odbor sociálních věcí MČ Praha 9**

Telefonní linka pro sociální poradenství slouží jako jednoduchý navigátor v oblasti sociální problematiky. Odborníci vás provedou systémem a pomohou vám zorientovat se, který úřad nebo instituce je příslušná k řešení vaší konkrétní situace. Ať už se jedná o dávky, příspěvky, pomoc v tíživé životní situaci, nebo cokoliv jiného, pomůže vám najít tu správnou cestu.

Kdy a jak se můžete dovolat?

Linka 283 091 555 bude v provozu v následujících časech:

- Každé pondělí: 17.00 – 18.30
- Každý pátek: 8.00 – 9.00

VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY

Službu přistavování velkoobjemových kontejnerů zajišťuje firma AVE Pražské komunální služby s.r.o.

V lednu a únoru 2026, jako každý rok, není služba přistavování velkoobjemových kontejnerů poskytována.

KAM ODNĚST STROMEČKY PO SVÁTČÍCH?

Vánoční stromečky stačí zbavit ozdob a odnést je k nejbližšímu veřejnému stanovišti tříděného odpadu přímo na ulici. Z důkladně odstrojených a neznečištěných kusů vznikne v rámci cirkularity štěpka nebo kompost. Umělé vánoční stromečky by měli lidé odvézt na sběrný dvůr.

Nejbližší veřejné stanoviště tříděného odpadu lze dohledat snadno a rychle v online mapě na odpady.mojepraha.eu. V centru, kde se barevné nádoby v ulicích vyskytují v omezeném množství, je možné nechat stromečky v veřejně přístupných černých popelnicích na směsný komunální odpad, které nestojí ve vnitroblocích, za ploty nebo přímo v budovách, ale mají své místo celoročně venku. Další možnosti, kde se rozloučit s tímto symbolem Vánoc, jsou sběrné dvory. Jejich adresu, provozní dobu i poskytované služby najdou zájemci na odpady.mojepraha.eu/sberne-dvory. Na sběrném dvoře přijmou kromě rostlinného bioodpadu také dřevo, objemný odpad z domácnosti, elektrospotřebiče, jedlé oleje a tuky nebo například umělé vánoční stromky, které rozhodně nepatří do žádného z kontejnerů.

Pražské služby zároveň apelují na občany, aby se vánočních stromků nezba-vovali v přírodě. Zapomenuté ozdoby by totiž mohly ublížit zvířatům v lesích a parcích.

SBĚRNÝ DVŮR PRO PRAHU 9

Pod Šancemi 444/1, Praha 9, tel.: 739 682 180

Provozní doba:

pondělí až pátek: 8.30-18.00 hod.; sobota: 8.30-15.00 hod.

V zimním čase otevřeno do 17.00 hod. Více informací na odpady.praha.eu

Sběrné dvory hlavního města Prahy tvoří nedílnou součást systému nakládání s komunálním odpadem. Slouží k odkládání vybraných druhů odpadů. Služby těchto sběrných dvorů mohou bezplatně využívat všichni Pražané, kteří obsluhu dvora prokáží svůj trvalý pobyt na území hlavního města. K odložení odpadu můžete využít všechny sběrné dvory na území města, bez ohledu na městskou část, ve které máte trvalý pobyt. Právnícké a fyzické osoby oprávněné k podnikání a fyzické osoby, které neprokáží svůj trvalý pobyt na území města, zde mohou odpad odložit za úplatu s ohledem na naplněnost kontejnerů.

Ve sběrném dvoře Pod Šancemi mohou občané předávat následující druhy odpadů:

- objemný odpad (nábytek, zařízení domácnosti) zdarma do 750 kg/osobu/rok
- stavební odpad (vytříděný bez jiných složek odpadů) zdarma do 4 m³/osobu/rok (při jedné návštěvě max. 2 m³/osobu)
- dřevěný odpad
- biologicky rozložitelný odpad – zeleň
- kovový odpad
- vybrané nebezpečné odpady (baterie, léčiva, akumulátory, barvy, rozpouštědla atd.)
- papír, sklo, plasty, nápojové kartony
- jedlé oleje (v uzavřených pet lahvích)
- použitý textil, obuv a oděvy
- pneumatiky

Místo zpětného odběru vyřazeného elektrozařízení:

Zpětný odběr vyřazených elektrospotřebičů je zdarma pro všechny bez ohledu na trvalé bydliště nebo na podnikání.

- lednice, pračky, televize, rádia, sporáky, počítače, mikrovlnné trouby, samostatné tonery
- žárovky, úsporné žárovky
- výbojky

Ve sběrném dvoře Pod Šancemi nelze odevzdat:

- směsný komunální odpad
- asfalt, asfaltovou lepenku, eternit apod.
- zkažené potraviny
- infekční zdravotnický materiál
- cytostatika
- uhynulá zvířata

Doplňující informace:

- odpady lze odevzdávat v množství obvyklém z domácnosti
- odpady není možné odevzdávat v neprůhledných pytlích, pro bezpečný provoz sběrného dvora je nezbytné, aby obsluha mohla vždy identifikovat odpad, který je na sběrný dvůr přivezen
- omezení jednorázového navození – možný vjezd vozidel max. do 3,5 t
- vždy je nutno se prokázat platným občanským průkazem (s trvalým pobytem v Praze) a být u odložení odpadu fyzicky přítomen, odpady lze odevzdávat na občanské průkazy osob starších 15 let
- po rezervaci je možné využít nadstandardní službu odvozu odpadu do sběrného dvora, svoz je prováděn na základě objednávky na kontaktech:objednavkasvozu@psas.cz

ReUSE point Pod Šancemi:

Místo, kde věci dostávají druhou šanci. Přijímány jsou předměty v plně funkčním stavu, které dále využije někdo jiný. Typově se jedná o předměty z domácnosti, drobnější nábytek, knihy, hračky, sportovní vybavení atp. Předměty z Re-use pointů lze vyzvednout pouze po předchozí rezervaci v aplikaci nevychazujto.cz, více na reuse.praha.eu. Více na www.nevychazujto.cz/user/62784



SBĚR BIOODPADU

...do přistavených velkoobjemových kontejnerů
U kontejnerů bude po celou dobu přistavení přítomna obsluha.

Druh sbíraného bioodpadu: komunální bioodpad (především ze zahrad – listí, tráva, větve, neznečištěná zemina, případně kuchyňský bioodpad rostlinného původu; NE živočišné zbytky)

Ne 8. března 2026 – 9.00-12.00

Nad Kunderatou mezi č. 869/13b a 385/15

Hrdlořežská 43
Miškovická x Poleradská

Ne 15. března 2026 – 9.00-12.00

Nad Krocínkou x Obvodová
K Lipám x Chrástavská
Pokorného x Jahodnická

Ne 22. března 2026 – 9.00-12.00

Pod Krocínkou proti č. 55
Kopečná x Nad Šestítky
Před Mosty x Za Mosty

Ne 29. března 2026 – 9.00-12.00

Nad Kunderatou mezi č. 869/13b a 385/15

Hrdlořežská 43

Miškovická x Poleradská

So 11. dubna 2026 – 13.00-16.00

Pod Smetankou – u železničního mostu za meandry

Ne 12. dubna 2026 – 9.00-12.00

Pokorného x Celníční
Pod Krocínkou proti č. 55
K Lipám x Chrástavská

Ne 19. dubna 2026 – 9.00-12.00

Nad Krocínkou x Obvodová
Kopečná x Nad Šestítky
Odlehlá 1

So 16. května 2026 – 13.00-16.00

Pod Smetankou – u železničního mostu za meandry



MOBILNÍ SVOZ ELEKTROODPADU V PRAZE 9

Mobilní svoz elektroodpadu se v Praze 9 uskuteční 23. až 26. února 2026.

Pondělí 13.00-15.00: parkoviště Českolipská 386/15

Úterý 13.00-15.00: Kovanecká 2108/10

Středa 13.00-15.00: Litoměřická 579/10

Čtvrtek 13.00-14.00: parkoviště Chrástavská 181/38

Objednejte si svoz zdarma pomocí aplikace nebo na tel.: 234 235 236.

Odevzdat lze velké elektrospotřebiče (ledničky, mrazáky, pračky, televizory, monitory), drobné domácí elektro (kuchyňské přístroje, IT vybavení), elektronika, baterie, tonery, žárovky a další elektrozařízení. Služba je určena pro domácnosti.



MOBILNÍ SVOZ ELEKTROODPADU

23.–26.2.2026
Praha 9

Pondělí
13.00–15.00
parkoviště
Českolipská 386/15

Úterý
13.00–15.00
Kovanecká 2108/10

Středa
13.00–15.00
Litoměřická 579/10

Čtvrtek
13.00–14.00
parkoviště
Chrástavská 181/38



Apple App Store



Google Play

Objednejte si svoz ZDARMA pomocí aplikace nebo na tel. 234 235 236!



Je možno odevzdat velké elektrospotřebiče (ledničky, mrazáky, pračky, televizory, monitory), drobné domácí elektro (kuchyňské přístroje, IT vybavení), elektronika, baterie, tonery, žárovky, zářivky a další elektrozařízení. Postaráme se o jejich odvoz a zajistíme odbornou recyklaci.

Služba je určena pro domácnosti. Není možné odevzdat jiné druhy odpadů včetně nebezpečných odpadů (chemikálie, oleje, barvy...).

ASEKOL je největší sběrná síť pro zpětný odběr odpadních elektrozařízení v ČR.

Děkujeme, že chráníte životní prostředí a šetříte přírodní zdroje.



ZE STARÉHO NOVĚ!

PÉČE O VOLNĚ ŽIJÍCÍ A DOMÁCÍ ZVÍŘATA V ZIMĚ

V zimě každý rád zůstane doma s teplým čajem. Jak ale pomoci těm, kteří se před zimou neschovají? Radí MVDr. Petra Kršková, zvěrolékařka z Proseka.

Ptáci

Ptáci během zimy těžko hledají potravu, ideální je přikrmovat v mrazech a sněhu (od listopadu do března podle počasí). Pokud se rozhodnete pořídit krmítko, je důležité ho průběžně doplňovat a čistit od ptačího trusu, aby se zabránilo šíření nemocí, kontrolovat, jestli krmivo není plesnivé. Krmítko by mělo být v blízkosti stromů, mělo by být upevněné, aby nehrozilo, že při větru spadne, a také by mělo být na klidném místě, kde se nevyskytují predátoři (například kočky). Krmítko by mělo být ideálně dřevěné, ale může být vyrobené z květináče nebo plastové PET lahve. Výhodou je, když má bidýlko a střišku, aby si ptáci mohli odpočinout. Čím krmit?

Je možné koupit hotové směsi nebo ořechy, slunečnicová semínka, ovesné vločky, kukuřici, ovoce. V žádném případě nedávat lidské jídlo nebo zkažené.

Pokud dáváte lojové koule, je nutné je vybalit z plastové sítky, do které by se mohl pták zamotat anebo si poranit nožku.

Důležité je i v zimě myslet na vodu. Můžete dávat vlažnou vodu a pravidelně ji kontrolovat, jestli nezamrzla.

Vodní ptáci

Vodní ptáci jsou nejčastěji obětí špatných návyků, kdy je lidé krmí pečivem. Pečivo jim zaplní žaludek, ale neobsahuje pro ně potřebné živiny. Pečivo tedy nikdy nedávat!

Čím krmit?

Použijte kukuřici, hrášek, ovesné vločky, pšenici, natrhaný salát, mrkev či speciální granule pro ně určené.

Lesní zvěř

Krmení lesní zvěře vždy konzultujte s místním mysliveckým sdružením.

Nadměrné anebo nesprávné krmení může být pro ni škodlivé. To nejlepší, co pro zvířata můžete udělat, není krmivo, ale dopřát jim klid a odpočinek. Zvířata jsou v tzv. klidovém režimu, aby šetřila energii. Každé vyrušení je stojí spoustu energie a může to mít fatální následky. Když se v zimě vydáte do lesa: Nedělejte hluk, chodte po vyznačených cestách, mějte psa na vodítku, nepřibližujte se ke zvířatům, respektujte jejich denní rytmy (za tmy a šera se vydávají za potravou a v tuto dobu je důležité nerušit je).

Venkovní psi a toulavé kočky

Potřebují teplé místo k odpočinku. Důležité je mít zateplenou boudu (polystyrénem). Je dobré se vyhnout matracím, dekám a polštářům, které mohou navlhout, raději použijte třeba slámu.

Dále je potřeba myslet na kvalitní a kaloricky vydatnou stravu, nejlépe podávat teplou. A na pitnou vodu, kterou musíte kontrolovat několikrát denně a vyměňovat, aby nezamrzla. Venkovní kočky se mohou před zimou schovat pod kapotu auta, tak je dobré to před cestou kontrolovat. Když se venkovní teplota pohybuje okolo -10 °C až -15 °C, je dobré umístit psa do garáže, nevytápěné chodby, kde nefouká a nemrzne. Kočkám umožnit přístup do garáže... Obzvláště náchylná jsou mladá, stará a nemocná zvířata.



MOBILNÍ SBĚR NEBEZPEČNÉHO ODPADU A OLEJŮ

Při mobilním sběru jsou odebírány tyto nebezpečné odpady:

- ředidla
- kyseliny a hydroxidy
- lepidla a pryskyřice
- fotochemikálie
- pesticidy (přípravky na hubení hmyzu, hlodavců, plevelu, odstraňování plísní)
- odpad s obsahem rtuti (např. rtuťové teploměry)
- mazací oleje a tuky
- barvy, tiskařské barvy
- detergenty obsahující nebezpečné látky (čističí a odmašťovací prostředky)
- léky

Kapalné nebezpečné odpady musí být předány v pevně uzavřených nádobách!

Dále jsou při mobilním sběru odebírány tyto odpady:

- jedlý olej a tuk (v uzavřených PET lahvích)

Nelze odevzdat:

- stavební odpady, objemné odpady, elektrozařízení apod.

Nebezpečné odpady a potravinářské oleje mohou občané hl. m. Prahy odevzdávat zdarma.

Před odevzdáním odpadů při mobilním sběru jsou občané povinni prokázat se občanským průkazem za účelem potvrzení trvalého pobytu na území Prahy. Upozorňujeme, že občané mohou využívat všechny trasy mobilního sběru na území města, a není tedy nutné mít trvalý pobyt na území příslušné městské části, kde sběr aktuálně probíhá.

V případě, že svozové vozidlo nenaleznete na příslušné zastávce podle harmonogramu, kontaktujte řidiče tohoto vozidla na telefonním čísle 284 098 887 nebo 284 098 888 (pevná linka je přesměrována na mobil v autě). Mobilní svoz zajišťují vždy dvě vozidla současně, je tedy nutné řidiči sdělit, na jaké městské části a zastávce svozu se nacházíte. Není předem určeno, jaké vozidlo bude danou trasu svážet. Z tohoto důvodu se může stát, že budete muset kontaktovat obě telefonní čísla.

Pokud zjistíte jakékoli nedostatky v oblasti nakládání s nebezpečným odpadem, neváhejte volat na tel.: 236 00 46 72.

Nebezpečné odpady, stejně jako další vyřaditelné druhy odpadu je zakázáno ukládat do nádob na směsný odpad nebo dalších nádob určených na jiné než nebezpečné odpady. V případě odložení nebezpečných odpadů do těchto nádob hrozí občanům pokuta ve výši do 100 000 Kč podle § 117 odst. 3 zákona č. 541/2020 Sb., o odpadech.



HARMONOGRAM MOBILNÍHO SBĚRU NEBEZPEČNÉHO ODPADU 2026

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

17. 3. - út 5. 5. - út 2. 6. - út 1. 9. - út 7. 11. - so	Praha 9 - trasa A	po-pá	so
	1. křižovatka ul. K Šafránce x Na Pokraji	15:00–15:20	8:00–8:20
	2. křižovatka ul. Mimoňská x Verneřická (za poštou)	15:30–15:50	8:30–8:50
	3. křižovatka ul. Letňanská x Klíčovská	16:00–16:20	9:00–9:20
	4. křižovatka ul. Špitálská x Prouzova	16:30–16:50	9:30–9:50
	5. ul. Drahobejlova (u metra Českomoravská)	17:00–17:20	10:00–10:20
	6. křižovatka ul. Vysočanské nám. x U Nové školy	17:30–17:50	10:30–10:50
	7. U Smetanky (u potravin Lidl)	18:00–18:20	11:00–11:20
1. 4. - st 11. 7. - so 26. 11. - čt	Praha 9 - trasa B	po-pá	so
	1. křižovatka ul. Jahodnická x Smrková	15:00–15:20	8:00–8:20
	2. křižovatka ul. Paříkova x Pešlova	15:30–15:50	8:30–8:50
	3. křižovatka ul. Kovanecká x Podvinný mlýn	16:00–16:20	9:00–9:20
	4. křižovatka ul. Pískovcová x Kopečná	16:30–16:50	9:30–9:50
	5. křižovatka ul. Litoměřická x Vysočanská	17:00–17:20	10:00–10:20
	6. ul. Vysočanská 243	17:30–17:50	10:30–10:50
	7. křižovatka ul. Jablonecká x Jiřetinská	18:00–18:20	11:00–11:20
	8. křižovatka ul. Zárybská x Ctěnická	18:30–18:50	11:30–11:50

Gymnázium hledá školníka

Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme technického pracovníka (školníka). Očekáváme aktivní a zodpovědný přístup ke svěřeným úkolům, pracovitost, manuální zručnost, základy práce na PC.

Požadujeme:

vzdělání – minimálně vyučující list (ideálně stavební obor), ŘP sk. B, zdravotní způsobilost, občanskou bezúhonnost doloženou výpisem z evidence Rejstříku trestů ne starším než tři měsíce.

Nabízíme:

stabilní práci, možnost využití služebního bytu, kartu ALIVE, obědy ve školní jídelně v budově gymnázia, příspěvek k penzijnímu připojištění. Nástup možný ihned.

Strukturovaný životopis zasílejte e-mailem.

E-mail: info@ceskolipska.cz

Pro informace tel.: 283 882 028

MS v krasobruslení omezí vjezd do okolí O2 areny

V souvislosti s konáním ISU Mistrovství světa v krasobruslení 2026 nebude možné vjíždět vozidly do některých ulic v okolí O2 areny. Pokud neplatíte dlouhodobé parkování v zónách placeného stání (ZPS), bude nutné požádat o oprávnění k vjezdu.

Světový šampionát v krasobruslení se do Česka vrací po 33 letech. Soutěžní program se v O2 areně odehraje od 24. do 29. března 2026. S takovými velkými mezinárodními akcemi jsou však spojena i možná bezpečnostní rizika a nutnost zajistit plynulou dopravu. Proto budou v době konání šampionátu od 23. března 2026 v okolí O2 areny dočasně zavedena speciální bezpečnostní opatření a zároveň dojde k omezení provozu ve vybraných přilehlých komunikacích. Při vjezdu na tyto komunikace budou řidiči kontrolováni, zda jsou držiteli oprávnění k vjezdu. Pro parkování v zónách placeného stání bude i nadále třeba mít platné parkovací oprávnění.

Ve vymezené oblasti v okolí O2 areny bude v zónách placeného stání nepřetržitě zvýšena hodinová sazba návštěvníckého parkování na 40 Kč/hod.

Kdo oprávnění ke vjezdu získá automaticky?

Ti, kteří mají platné dlouhodobé parkovací oprávnění s adresou ve vymezené oblasti. Těm bude k jejich oprávnění vjezdová oblast automaticky přidána. Není třeba žádat.

Kdo musí o oprávnění k vjezdu požádat?

Ti, kteří prokážou právní vztah k vymezené oblasti v okolí O2 areny a nemají zřízeno dlouhodobé parkovací oprávnění.

Podmínky pro získání vjezdového oprávnění

Oprávnění do vjezdové oblasti se bude vydávat od 16. února 2026 v provozních hodinách úřadu, a to při osobním jednání v infocentru v budově radnice, Sokolovská 14/324, Praha 9, nebo online prostřednictvím klientské zóny, odkaz: <https://portal.zpspraha.cz/id/login>.

Co je třeba předložit:

- a) rezident: trvalé bydliště ve vymezené oblasti bude ověřeno z registrů po předložení občanského průkazu
- b) nájemce bytu/nebytových prostor: doloží nájemní smlouvu
- c) abonent: doloží výpis z obchodního/živnostenského rejstříku, případně nájemní smlouvu
- d) vlastník nemovitosti: doloží výpis z katastru nemovitostí

e) řemeslník: doloží smlouvu o zakázce v dané oblasti

f) nájemce parkovacího místa/garážového stání: doloží nájemní smlouvu, případně doklad o úhradách

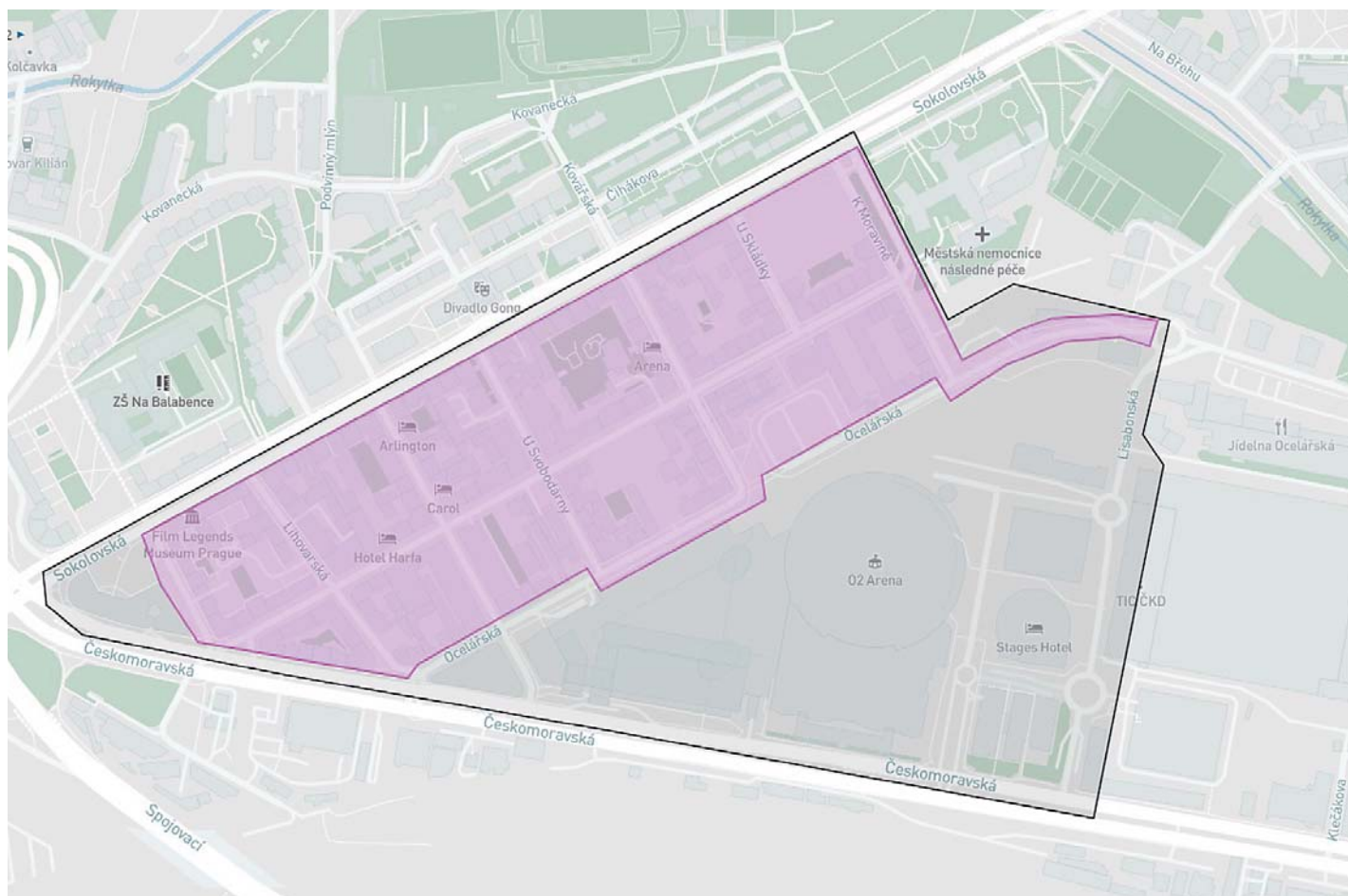
g) zaměstnanec firmy se sídlem v oblasti: předloží čestné prohlášení zaměstnavatele a kopii pracovní smlouvy

Osobě, která prokáže vztah k vymezené oblasti, bude možné vydat pouze jedno oprávnění ke vjezdu na konkrétní registrační značku vozidla. Povinnosti zřízení vjezdového oprávnění platí i pro elektromobily a motocykly.

Upozornění

O vjezdová oprávnění nežádají zejména právnické osoby, které mají sídlo firmy přímo v ulici Sokolovská a do objektu firmy mají z této ulice přímý vjezd (nezajíždí tedy do přilehlých ulic). Na základě zkušeností z minulých let je to krok k tomu, aby nedocházelo ke zneužívání povolenek k vjezdu do oblasti v okolí O2 areny v době konání MS v krasobruslení.

V případě dotazů se obraťte na oddělení zón placeného stání, odbor dopravy, infolinka 723 206 473. ▲



Oblast omezeného vjezdu je ohraničena ulicemi: K Moravině, Sokolovská, Na Rozcestí, Českomoravská, Ocelářská

Oblast nároku na vydání oprávnění k vjezdu: K Moravině, Sokolovská, Na Rozcestí, Českomoravská, Lisabonská, Ocelářská

Ledové hvězdy ze zámoří opět na Střížkově!

Hvězdné obsazení, excelentní krasobruslařské výkony, náročná akrobatická čísla, speciální světelná kompozice – to všechno slibuje krasobruslařská show, kterou připravuje 15. února 2026 od 17 hodin Městská část Praha 9 na ledové ploše kluziště Fontána Střížkov.

Po třech letech se opět můžete těšit na hvězdnou ledovou show na kluzišti Fontána v parku na Střížkově. Představí se v ní profesionální krasobruslaři z Evropy, Kanady a USA, kteří vystupují ve sportovních halách po celém světě a slibují nezapomenutelný zážitek.

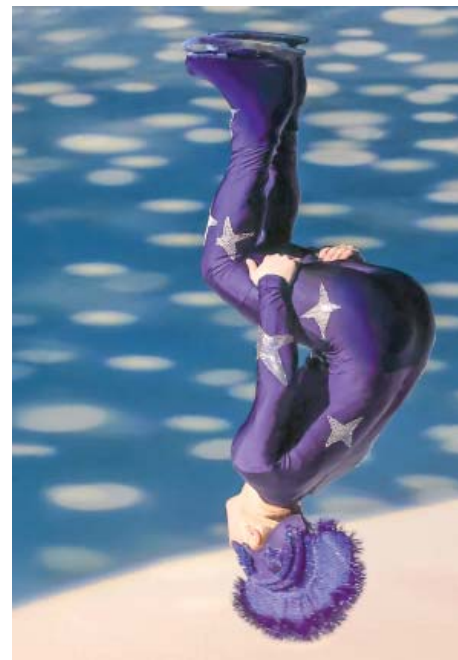
Choreografie show se zhostila trojnásobná mistryně světa v krasobruslení Radka Kovaříková a režie autor a režisér muzikálu na ledě Popelka Jindřich Šimek. Vystoupí sólisté tohoto muzikálu a sólisté slavného Cirque du Soleil. Mezi účinkujícími najdeme české reprezentanty Sophii Ellen Kučabovou, Petra Kotlaříka, juniorského vicemistra Francie Mathieu Couyrase, akrobaty na ledě Vojtu Soltarze /CZ/, Wiktora Witkovského /PL/ a Čechoameričanku Katy Garrity, kteří přispějí k tomu, že na střížkovském ledu



Z muzikálu na ledě Popelka

Foto: Radek Klimeš

nebude ani letos nouze o salta. Na Fontáně zazáří také sólista Cirque du Soleil, freestyle skater na kanadách Francouz Julien Duliere, a krasobruslařka Hjordis Lee z Kanady a sympatičtí ledoví maskoti show – tučňáci.



Po skončení ledové show bude následovat autogramiáda, během níž Radka Kovaříková nabídne k prohlédnutí svou zlatou medaili z mistrovství světa z roku 1995. ▲mk

Roadshow na devítkových kluzištích v rámci MS v krasobruslení 2026



Světový šampionát v krasobruslení je za dveřmi. Uskuteční se od 24. do 29. března 2026 a v jeho rámci se na třech devítkových kluzištích konají roadshow. Obujte brusle a zúčastněte se jich! Nebo se jen přijďte podívat.

Kluziště park Podviňák: 28. ledna (za účasti čtyřnásobné mistryně světa a krasobruslařské legendy Evy Romanové)

Kluziště Fontána Střížkov: 4. února
Kluziště v parku Zahrádky: 10. února
Každá akce začíná v 17 hodin a končí v 19 hodin.

Návštěvníci se mohou těšit na:

- setkání s ambasadory šampionátu
- krasobruslařská vystoupení
- kvízy o vstupenky na mistrovství světa v krasobruslení
- přítomnost maskota ježka Edu
- soutěž o nejlepší bruslaře ▲red

Pohybovka pro děti

Škola Taekwon-do Dan-Gun, která vyučuje taekwon-do na Proseku již třicet tři let, pořádá v únoru 2026 nábor do nově vznikající skupiny s názvem Pohybovka pro děti.

Přihlásit se mohou děti ve věku 5-12 let. Cvičení bude probíhat v Gymnáziu Lito-měřická 726 na Proseku dvakrát týdně – v pondělí a ve středu od 17 do 18 hodin. Hlavním cílem Pohybovky pro děti je zlepšení pohybových dovedností, fyzické kondice (především hravou a zábavnou formou), osvojení základů sebeobrany a všeobecný koordinační rozvoj. Děti se

zde budou hlavně bavit, hrát, ale zároveň se naučí sebeovládání a disciplíně.

Zájemci o cvičení se mohou kdykoli, zcela nezávazně, opakovaně a bez jakéhokoliv předchozího ohlášení přijít podívat, jak cvičení probíhá.

Škola Taekwon-do Dan-Gun je druhá největší v ČR. Ve svých řadách má úspěšné reprezentanty a členy Střediska talentované mládeže. Všechny skupiny na Proseku vede se svými asistenty mezinárodní instruktor Petr Poklop, nositel VII. danu. Bližší informace o náboru naleznete na <http://dangun.taekwondo.cz> nebo na tel.: 603 246 433.

▲red, foto: Škola Taekwon-do Dan-Gun



JERABEK ZASKLENÍ BALKONŮ
ŽALUZIE, SÍTĚ A SUŠÁKY
BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE
www.BYDLENIJERABEK.CZ
info@bydlenijerabek.cz
+420 739 034 488

SLEVA 15%
NA ZASKLENÍ BALKONU
DO KONCE ÚNORA 2026



SC-50392713

**ZEDNICKÉ,
OBKLADAČSKÉ
A MALÍŘSKÉ PRÁCE**
radek.zaloudek@seznam.cz
mob. 602 386 895

SC-50390102

**PLYNAŘ
INSTALATÉR
TOPENÁŘ**
MONTÁŽ A OPRAVA ROZVODŮ,
PLYNOSPOTŘEBIČŮ A PLYNOVÉ REVIZE
Vladimír Tymeš, tel.: 603 937 032

SC-50399902

Inzerce v Devítce
Jaroslav Harviš,
telefon: 734 505 923
e-mail:
jaroslav.harvis@ceskydomov.cz

- OPRAVA ŽALUZII
- VÝMĚNA VODÍČÍCH LANEK
- NOVÉ ŽALUZIE
- ROLETY DEN NOC
- SEŘÍZENÍ OKEN
- SÍTĚ PROTI HMYZU
Tel: 733 720 950
pavel.janci@email.cz

SC-50394302

MOBILNÍ KADEŘNICE
vhodné pro důchodce
a maminky na MD
(damské od 600 Kč, pánské od 400 Kč)
Tel.: 724 909 592



SC-50394402

ČESKÉ REALITNÍ CENTRUM
NABÍDNĚTE VAŠÍ NEMOVITOST
K PRODEJI ČI PRONÁJMU
Vlastníci nehradí provizi
+ právní servis ZDARMA
www.ceskerealitnicentrum.cz 731 115 273

SC-50371103

**REKONSTRUKCE BYTŮ,
BYTOVÝCH JADER A KUCHYNÍ**
práce obkladačské, zednické,
elektro, instalaterské, podlahářské,
malířské, výroba nábytku
Svoboda a Nejtek s.r.o.
604 203 243, 603 801 377
www.svobodaanejtek.wz.cz

SC-50392713

NAŠE PRAHA
časopis všech Pražanů www.nasepraha.cz

www.nasepraha.cz

**PŘEMÝŠLÍTE O ZMĚNĚ
ÚČETNÍ FIRMY?
TEĎ JE TEN
SPRÁVNÝ ČAS!**

Jsme **rodinná firma** poskytující
komplexní služby v oblasti **účetnictví,
mezd a daní.**

Máme **osobní přístup**, jsme **spolehliví**
a vzájemně **zastupitelní**. A na **Praze 9.**

Neváhejte nás kontaktovat!
Palečkovi

ūctoip
www.uctoip.cz



SC-50384402

G GÜHRING
dřevěné obaly s.r.o.

Jsme výrobci dřevěných obalů
se sídlem PRAHA 9 – HORNÍ POČERNICE



PRO NOVĚ VZNIKLÉ PROSTORY
HLEDÁME POSILY DO NAŠEHO TÝMU

MISTR VÝROBY m/ž
ŘIDIČ VZV VE VÝROBĚ m/ž
PŘÍPRAVÁŘ VÝROBY m/ž
VÝROBNÍ DÉLNÍK m/ž

PRACOVNÍ DOBA PONDĚLÍ – PÁTEK
JEDNOMĚNNÝ PROVOZ
BONUSY

V případě zájmu volejte **226 203 101**
nebo pište na e-mail: g.pavlova@guehring-holz.de

SC-50401703

Zprávy · Kultura · Zdraví · Rozhovory · Soutěže · Tipy
www.nasepraha.cz



THE ENGLISH COLLEGE IN PRAGUE
ANGLICKÉ GYMNÁZIUM

Den otevřených dveří

9. 2. 2026



ib Diploma Programme

www.ecp.cz

learn :more

HUDEBNÍ DIVADLO
KARLÍN

**KAŽDÝ SI VYBERE
I V ROCE 2026**

BOŽSKÝ MUZIKÁL

ANDĚL PÁNĚ

NÁMET A LIBRETO
LUCIE KONAŠOVÁ

HUDBA A TEXTY
ONDŘEJ G. BRZOBHATÝ



Čarodějný muzikál

Eduďant Fráncimor

Autoři:
Karel Poláček
Jan Pixa
Václav Noid Barta



SC-503711/03

NAŠE PRAHA



nasepraha.cz

**TITUL S NEJVĚTŠÍM
ZÁSAHEM V PRAZE**

časopis všech Pražanů
**350 000 výtisků do poštovních
schránek v Praze**

**Možnost oslovení cílové skupiny v devíti
lokálních vydáních dle městských obvodů**

**Máte-li zájem o umístění inzerce,
volejte nebo pište na uvedený kontakt.**

734 580 087
kancelar@ceskydomov.cz
www.nasepraha.cz

ZABRUSLETE SI NA STŘEŠE HARFY



PO-PÁ
14:00 - 18:30
SOBOTA
13:00 - 21:00
NEDĚLE
13:00 - 18:30

DĚTI DO
15 LET
40 Kč
OSTATNÍ
70 Kč



Na střeše Galerie Harfa

PŘEKVAPIVĚ VŠE, CO HLEDÁTE
galerieharfa.cz

