

DEVÍTKA

OFICIÁLNÍ MAGAZÍN MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 9

www.PRAHA9.cz

ÚNOR 2024



Praotec Stráž: Je tu zase masopust!



**HOLKY
Z NAŠÍ
ŠKOLKY**



**FOTOGRAFIE
STANISLAVA
POKORNÉHO**



**DEVÍTKOVÁ
ATLETIKA
ČLOVÍČEK**



DKNV
PŮJČOVNY

JEZDÍM DO DKNV UŽ LÉTA

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

VÍM PROČ !

800 600 700 www.dknv.cz



DKNV
SERVIS

**NEJLEPŠÍ
SERVIS NÁŘADÍ
V PRAZE**

→ Otevírací doba: po-pá 7-16

SERVIS A PRODEJ NÁŘADÍ

SC-502493/02



**KOMPLEXNÍ REALIZACE
HASÍCÍCH SYSTÉMŮ**



Hlavním předmětem naší činnosti je projekce, servis, výroba a realizace stabilního hasicího zařízení.

www.sprinklergroup.cz

SC-502493/01

**grafické
návrhy
produkce
tisk
reklamní
předměty
events**

YASHICA
REKLAMNÍ AGENTURA

www.yashica.cz

SC-502493/01

SLOVO STAROSTY

Vážení čtenáři,

to, co je pravým kořením pro život na devítce, jsou činy, které jdou nad rámec pouhých povinností a jsou vzorem pro druhé. Pokud víte o někom, kdo bere svou profesi jako poslání, kdo dělá pro ostatní víc než jiní, dejte nám o něm vědět. Rádi bychom jim poděkovali a v září – již tradičně – předali ocenění. V tomto vydání Devítky najdete jména všech, kteří v posledních třinácti letech již ocenění deváté městské části převzali.

S únorem je spojen především masopust. Díky iniciativě Spolku za veselejší Střížkov se může naše městská část pochlubit akcí, jejíž popularita už dávno překročila hranice devítky. Rád bych poděkoval všem, kteří do organizace střížkovské masopustní veselice už roky dávají takovou spoustu energie. A nadšence pořádající kulturní, sportovní či společenské akce najdete i v devítkových komunitních centrech, jako je například Knoflík, Edu Bubo Klub nebo relativně nové Colben centrum.

V lednu navštívil devítku pražský primátor Bohuslav Svoboda. Prohlédl



si novou školu Elektru a Polikliniku Prosek. Chtěli jsme se s ním podělit o naše zkušenosti s řešením věcí, které se v hlavním městě posuzují jako velký problém. Ukázat mu, že školy se dají postavit efektivně a hezky. Že jsme schopni poskytnout zdravotnické záchranné službě hlavního města sídlo, o které už desetiletí usiluje, i když bude jen dočasné. Stavební povolení k nástavbě Polikliniky Prosek už máme.

A určitě si pusťte v neděli 25. února v 9.35 hodin ČT2. Půjde dokument o historii Vysočan režisérky Libuše Rudinské, na němž se devítka společně s Českou televizí podílela.

Tomáš Portlík, starosta MČ Praha 9

PŘEČTĚTE SI

- 4 Osobnosti MČ Praha 9
- 5 Primátor Svoboda na devítce
Přechody v Lovosické
- 6 Nové pozemky pro Prahu 9
- 8–9 Masopust na Střížkově
- 10 Kulturně aktivizační centrum pro seniory
- 11 Koncert Holky z naší školky
Senior akademie
Jubilanti
- 12 Klub Harfica
- 13 Z Mateřských škol Kytlická a U Vysočanského pivovaru
- 14 Galerie 9: Fotografie Stanislava Pokorného
- 15 Výstavy v Pragovka Gallery
Koncerty na radnici
- 16 Program Divadla Gong
- 17 Rozhovor s Veronikou Freimanovou
- 18 Obraz jako šperk
Kurzy v Obecním domě Jandova
- 19 Akce v Knoflíku a Colben centru
- 20 Krasobruslaři na Střížkově
- 21–22 Rokytky: Slovenská strela
- 23 Městská knihovna Praha
Dům dětí a mládeže Praha 9
Plzeňka U Brabců
- 24–26 Informace (nejen) z radnice
- 27 SK Praga Vysočany
- 28 MS IIHF v ledním hokeji se blíží
Prosecké taekwon-do
- 29 Atletika Človíček
- 30 Ragby

Naše tipy pro váš diář

10. ÚNORA

Masopust na Střížkově

30. DUBNA

Čarodějnice na Kolčavce

23. KVĚTNA

Prosecké máje v zahradě Pavana

30. KVĚTNA

Dětský den v parku Přátelství

2. ČERVNA

Dětský den v parku Zahrádky

6. ČERVNA

Folkové Podviní
Mikroklima v parku Přátelství

31. SRPNA

Barvená devítka

5. ZÁŘÍ

Rockové Podviní

15. ZÁŘÍ

Prosecký podzim

28.–29. ZÁŘÍ

Svatováclavská pouť na Proseku

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

Příští číslo vyjde 28. února 2024

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.: +420 283 091 111 • **Úřední hodiny:** Po–st 8.00–18.00 hod. • **Vedoucí redaktorka:** Mgr. Marie Kurková, majkaturkova@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 osobnost, kterou by měla Praha 9 ocenit

Pro morální ocenění svých občanů za jejich příkladné a inspirativní počiny má Městská část Praha 9 od roku 2010 nástroj v podobě udělování několika čestných cen. O tom, kdo si je převezme, rozhodují obyvatelé devítky, kteří budoucí laureáty sami navrhnou.

Ocenění budou vyznamenáním i letos 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. Návrhy na ocenění osobností devítky podávají jednotliví občané městské části, případně instituce, prostřednictvím svých zastupitelů. Jména navržených laureátů je třeba oznámit do 31. května 2024.

S návrhy na ocenění nečekejte

Znáte někoho, kdo svůj život, působení a dílo spojil s devátou městskou částí, s konkrétní oblastí jejího rozvoje, s jejími pro-



Čestné ceny městské části Praha 9

měnami nebo přispěl k jejímu zviditelnění a pozitivní prezentaci? Pak můžete iniciovat

svým návrhem podaným do konce května 2024 ten rozhodující krok k tomu, abychom jej lépe poznali i my ostatní. A společně získali tolik potřebné a motivující příklady.

Podmínky pro udělení ocenění, formulář návrhu na ocenění a také profily již oceněných občanů najdete na webových stránkách: www.praha9.cz. Potřebné formuláře jsou k dispozici rovněž v Informačním centru radnice ve Vysočanech a na Proseku (tam je také vyplněné můžete odevzdat). Vaše návrhy budou projednány v Radě a Zastupitelstvu MČ Praha 9. 

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

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 Jišová

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

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 Kincl
Olga Jiráková
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 Fitán

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

PRÁVIDLA MČ PRAHA 9 PRO UDĚLOVÁNÍ OCENĚNÍ OBČANŮ

Pravidla Městské části Praha 9 pro udělování ocenění občanů a udělování záštity starosty schválilo Zastupitelstvo MČ Praha 9 už 27. dubna 2010 podle § 10 odst. 2, 4 a § 89 zákona č. 131/2000 Sb., o hlavním městě Praze, ve znění pozdějších předpisů.

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.

Udělení ZÁŠTITY STAROSTY Městské části Praha 9 je čestnou poctou pro význačné a prospěšné akce kulturního, vzdělávacího, sportovního, vědeckého, charitativního a jinak prospěšného charakteru.

MČ Praha 9 rovněž pravidelně uděluje medaili ZA ZÁSLUHY o Městskou část Praha 9 jako morální ocenění, a to zpravidla příslušníkům integrovaného záchranného systému nebo občanům deváté městské části za významné počiny v oblasti zajištění bezpečnosti občanů, event. záchrany jejich životů či majetku.

Nová škola i plánované sídlo záchranky

Primátor Bohuslav Svoboda navštívil 16. ledna 2024 Městskou část Praha 9. Její starosta Tomáš Portlík ho provedl novou Základní a mateřskou školou Elektra ve Vysočanech a Poliklinikou Prosek, kde bude brzy sídlit podstatná část Zdravotnické záchranné služby hlavního města Prahy.

Elektra udělala dojem

Pražský primátor Bohuslav Svoboda zahájil návštěvu v Základní a mateřské škole Elektra. „Je to první škola v číslovaných městských částech, která se postavila za posledních třicet let,“ konstatoval Tomáš Portlík. Stavba stála 570 milionů korun, je určena pro 800 žáků základní školy a 75 dětí ve třech třídách školy mateřské. „Úspornost, praktičnost a efektivita školy Elektra na mě udělaly velký dojem. Včetně takových nápadů, jako je hřiště na střeše nebo poměrně velkokapacitní garáže,“ komentoval prohlídku Bohuslav Svoboda. Na výstavbu školy hlavní město Praha přispělo polovinou částky. Plán je postavit další školu na přilehlém pozemku, kde by vedle mateřské a základní školy měla být i škola střední.

Poliklinika Prosek

Primátor si prohlédl také Polikliniku Prosek. Tady by mělo v dohledné době vyrůst sídlo Zdravotnické záchranné služby hlavního města Prahy. „Projekt počítá s tím,



Pražský primátor Bohuslav Svoboda se starostou devítky Tomášem Portlíkem při prohlídce ZŠ Elektra zasedli i do lavic

že až bude dokončeno plánované sídlo záchranné služby, budou upravené prostory (na nichž začneme letos pracovat) využity jako ordinace pro lékaře, kteří budou na prosecké poliklinice působit,“ popisuje starosta devítky Tomáš Portlík.



Pražský primátor na Poliklinice Prosek

Primátor Bohuslav Svoboda záměr ocenil, stejně jako provoz samotné polikliniky. „Například rehabilitační pracoviště je na špičkové úrovni. Jsem velice rád, že Pražané mají tak profesionální péči,“ komentoval návštěvu primátor. **red, foto: MHMP**

Přechody pro chodce v Lovosické jsou už bezpečnější

„Pro bezpečný pohyb v provozu je zásadní vidět, a hlavně být viděn. Přisvětlením přechodů zlepšujeme podmínky jak chodců, tak řidičů, kteří díky tomu mohou přecházející zahlédnout dříve, a vyhnou se tak zbytečné kolizi. Věříme, že teď už budou bezpečnější i přechody v Lovosické ulici,“ konstatuje radní MČ Praha 9 Tomáš Holeček.

K nejnebezpečnějším přechodům na devítce patří čtyři zebry v rušné Lovosické ulici rozmístěné od stanice metra Strážkov podél polikliniky až po ulici Novoborskou. „S firmou Technologie hlavního města Prahy, která zajišťuje výstavbu, servis a údržbu přisvětlení přechodů, jsme se dohodli na jejich osvětlení. Kromě toho přechody dostaly fluorescenční nátěr. Jejich bezpečnost se tak zvýšila. Nicméně chodci by hlavně teď v zimním období, kdy se déle rozednívá a brzo stmívá, a navíc bývají mlhy, neměli zapomínat na reflexní doplňky, aby o nich řidiči včas věděli,“ apeluje Tomáš Holeček.

Od podzimu 2023 je díky přisvětlení bezpečnější i přechod Novovysočanská – Pod Balkánem.

Není to jen rozsvítit další lampu

Samotná instalace přisvětlení v jedné lokalitě trvá zhruba 3 až 4 týdny, předchází jí však časově náročné fáze projektování, inženýringu a zajištění dodávky a prací. „Projekční práce provádíme pro každý přechod samostatně. Projektanti při světelně-technických výpočtech ověřují, zda je přisvětlení pro danou lokalitu vhodné,



Přisvětlením se na devítce staly bezpečnějšími i přechody pro chodce v Lovosické ulici

a zohledňují celou řadu aspektů – možný střet sítí, ideální adaptaci zraku řidiče na změnu světelných podmínek na komunikaci nebo také vzdálenost obytných domů, které by mohly být zasaženy rušivým světlem, což není žádoucí. Výpočet musí být zároveň v souladu s platnou

normou, která je přísnější než pro běžné veřejné osvětlení,“ vysvětlil Tomáš Jílek, předseda představenstva THMP.

Nově instalovaná svítidla mají ploché sklo a směrovou optiku, která je šetrnější k noční obloze, a LED zdroje s teplotou světla zajišťující optimální podání barev důležité pro zvýšení bezpečnosti silničního provozu, zejména chodců. Přisvětlení se v Praze zapínají hodinu před rozsvícením veřejného osvětlení a zhasínají o hodinu později.

K bezpečí přispěje vzájemná ohleduplnost

Samotná bezpečnostní opatření na přechodech ale nejsou všespasitelná, pokud mezi řidiči a chodci nezavládne vzájemná ohleduplnost. A protože chodci jsou těmi nejzranitelnějšími účastníky v silničním provozu, měli by mít také na paměti, že absolutní přednost nemají ani na vyznačeném přechodu. Nesmí na něj vstupovat bezprostředně před blížícím se vozidlem a vždy musí dát přednost tramvaji a přijíždějícím vozidlům s právem přednostní jízdy (tedy všem autům „s majákem“).

mk, foto: MČ Praha 9

Nové pozemky pro Prahu 9

„Aktivně ovlivňovat rozvoj deváté městské části nám umožňuje vlastnictví pozemků. V posledních letech se nám podařilo získat do majetku více než dvě desítky hektarů především zelených ploch. Záměry spojené s nabytím dalších pozemků, ať už svěřením do správy MČ Praha 9, směnou, nebo bezúplatným převodem, odsouhlasilo devítkové zastupitelstvo 5. prosince 2023,“ konstatuje místostarostka MČ Praha 9 Jana Nowaková Těmínová.

Více místa pro sportovní areály

Spolek Spartak Hrdlořezy má k dispozici oplocený sportovní areál v Hrdlořezích. A jestli před sedmnácti lety byl fotbalový klub záležitostí jen pro mužské týmy, dnes má naplněny všechny dětské kategorie. Kromě sportovní činnosti se spolek stará také o společenské využití obyvatel Hrdlořez.

Návštěvníci sportovního areálu v současné době parkují na pozemku, který vlastní Keenspira Investments s.r.o. a plánuje na něm postavit rodinné domy. A protože jiná možnost parkování pro návštěvníky hrdlořežského sportovního areálu v nejbližším okolí není, chce MČ Praha 9 získat do svěřené správy od hl. m. Prahy pozemky o celkové výměře 19 397 m² a na nich zřídit parkoviště. Jedná se o pás široký zhruba 8 metrů od komunikace Za Mosty, které se jako hřiště nevyužívají. Zastupitelé s tímto záměrem souhlasili. Žádost Prahy 9 o svěření pozemků nezahrnuje pozemky, které jsou dnes využívány jako zahrádky.

Další pozemky o celkové výměře 870 m² chce MČ Praha 9 získat do svěřené správy od hl. m. Prahy ve Vysočanech. Nachází se v oploceném areálu spolku Volejbal Praga se sídlem Za Lidovým domem. Sportovní areál má dlouholetou tradici, funguje již od 50. let minulého století. V současné době je jedním z mála venkovních sportovních areálů určených pro volejbal. Jsou v něm kurty pro volejbal, beachvolejbal a nohejbal, které využívají profesionální i amatérští sportovci.

„Získání pozemků do naší správy by umožnilo navýšit počet kurtů, především beachvolejbalových, a vyhovět tak narůstajícímu počtu zájemců o tento druh sportu,“ dodává Jana Nowaková Těmínová.

Prostupný Hloubětín

Aby v budoucnu zůstala pro veřejnost přístupná lokalita u Kolbenovy ulice, na níž je realizován bytový projekt Lappi Hloubětín, souhlasili zastupitelé MČ Praha 9 s uzavřením smlouvy o bezúplatném převodu pozemku o výměře 1240 m² se společností YIT Stavo s.r.o. Na pozemku je obousměrná komunikace pro auta, odvodnění, zeleň – devět stromů a keře, parkovací stání a inženýrské sítě. Komunikace propojuje zastávky tramvaje Nový Hloubětín s komunikací Laponská. Tu bude na základě předchozích smluv společnost YIT Stavo převádět do vlastnictví hl. m. Prahy.

Pokud by byly tyto pozemky převedeny na soukromé subjekty jednotlivých SVJ bytových domů v okolí, veřejnost by měla ztížený přístup do této lokality, kde YIT



Projekt Lappi Hloubětín při Kolbenově ulici. Převod vyznačeného pozemku Prahy 9 zajistí prostupnost této lokality.



Sportovní areál v Hrdlořezích s vyznačením pásu pro budoucí parkoviště



Na vyznačeném pozemku v areálu spolku Volejbal Praga by mohla vzniknout další hřiště

Stavo a PRE a.s. budují dobíjecí stanice elektromobilů a elektrolol.

O zeleň na převáděném pozemku se bude YIT Stavo starat po dobu pěti let. Po dokončení celého projektu bude pozemek předán do správy TSK hl. m. Prahy.

Průjezdná Harfa

Devítka potřebuje získat pozemek pod komunikací o výměře 595 m² v ulici Pod Harfou ve Vysočanech, který na rozdíl od ostatních pozemků pod komunikací v této ulici ještě není ve vlastnictví hl. m. Prahy, svěřené správě MČ Praha 9. Aby se tak stalo, souhlasili zastupitelé devítky se směnou pozemků o celkové výměře 995 m² se společností Central Group 63. investiční s.r.o. s tím, že Central Group navíc doplatí 11 374 000 korun včetně DPH. Pozemky, které devítka nabízí ke směně, se nachází podél komunikace Freyova

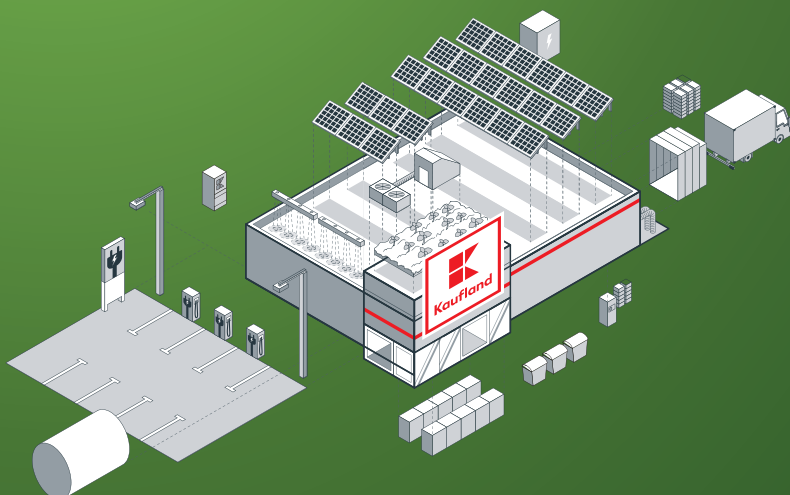
a sousedí s lokalitou, na níž je plánována výstavba Bytového domu Freyova.

„Tímto dopravním propojením bude možné zajistit náhradní objízdnu trasu v případě závažné kolize na křižovatce Na Harfě (pozn.: křižovatka ulic Poděbradská, K Žižkovu, Českomoravská a Freyova),“ vysvětluje radní MČ Praha 9 Tomáš Holeček a dodává, že aby tato objízdna trasa nebyla zneužívána při každodenním provozu, mohly by být na konci ulice Na Harfě instalovány automaticky vysouvateľné sloupky, které by ovládala bezpečnostní služba společnosti FINEP působící v tomto místě. Nebo by byl ulicí Pod Harfou umožněn průjezd pouze rezidentům z ulic Podkovářská, Pod Harfou, Kabešova, Jana Přibíka díky elektronickému systému (karty, čipy). Součástí opatření bude i informační tabule na křižovatce Poděbradská – Podkovářská. ▲mk

UDRŽITELNĚ I NA PRODEJNÁCH

V Kauflandu víme, že rozhodují činy a proto stavíme moderní prodejny s ekologickými prvky. Zároveň výrazně investujeme i do modernizace stávajících prodejen. Díky tomu významně šetříme přírodní zdroje a snižujeme množství emisí.

**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**



**Rozhodují
činy.**



SVÍTÍME ÚSPORNÝM LED OSVĚTLENÍM



**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**

VYUŽÍVÁME ELEKTŘINU Z OBNOVITELNÝCH ZDROJŮ

**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**



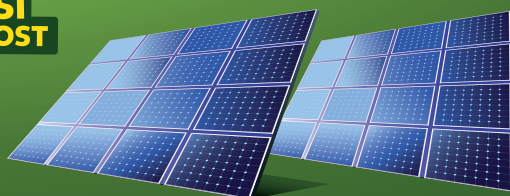
ŠETŘÍME PITNOU VODU



**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**

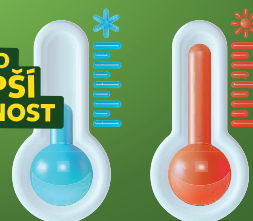
INSTALUJEME FOTOVOLTAIKU NA NAŠICH STŘECHÁCH

**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**



TOPÍME ODPADNÍM TEPLEM Z CHLAZENÍ*

**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**



* na nových a zmodernizovaných prodejnách od roku 2013

Nasad'te masky, je tu masopust!

Období od Vánoc do Velikonoc by bylo dlouhé a smutné, kdyby nepřišel masopust a s ním spousta veselých maškar. Na Střížkově v parku Václavka se koná masopustní veselice 10. února 2024 od 13 hodin. Letos už po jednadvacáté. Organizuje ji Spolek za veselejší Střížkov za podpory Městské části Praha 9.

S myšlenkou masopustní taškařice na Střížkově přišel před jednadvaceti lety Roman Holk, dnes předseda Spolku za veselejší Střížkov a Praotec Stříž. Jak to tedy všechno začalo?

„Potřeba zorganizovat masopustní veselici na Střížkově dozrála po mé několikaleťté spolupráci s ekologickým centrem hl. m. Prahy Toulcův dvůr, kde jsme pravidelně doprovázeli masopustní průvod s Muzikou Špalíček Praha. Tehdy mě napadlo, že by bylo zajímavé uspořádat tuto akci přímo na Střížkově. Myšlenka velmi nadchla mého souseda z ulice Cyrila Chramosty, jehož otec byl akademickým malířem a ve své tvorbě se věnoval i ztvárnění jihočeských masopustů. První masopust jsme v podstatě organizovali my dva. Sehnali jsme starožitné masky a přesvědčili sousedy a rodinné příslušníky, aby se do nich oblékli.“

Dlužno dodat, že už v prvním masopustním průvodu se sešlo na padesát maškar. Střížkovem prošly samozřejmě za hudebního doprovodu Muziky Špalíček Praha. A fakt, že několik Střížkovčanů připravilo občerstvení a přišlo ve vlastních maskách, dával tušit, že v tomto koutu Prahy 9 vznikla nová tradice. V průběhu dvaceti let počet účastníků masopustního průvodu vzrostl na tisíc lidí a jsou nejen z různých koutů Prahy, ale i mimopražští.

Maškary

V minulosti největší pozornost v mumraji masek vždy vzbuzoval medvěd s medvěďákem, zjev s načervenalými tvářemi a velikou veselou čepicí – tzv. Slamák čili



Slaměný muž. Chybět nesměla ani brůna neboli klíbná, chcete-li šiml, kobyla, koníček, která v sobě pod plachtou skrývala dva lidi. Dále Turci v červených převlecích, žebráci, komíník, cikáni, dráteník, handlíř s klecí na zádech, žena s nůši, nevěsta se ženichem, slouhové, šašci, fotograf, doktor, ras, bába s kozlem, výběrčí daní...

Také ve střížkovském masopustním průvodu se schází velmi originální masky jako „Svatá dala a nevěděla komu“, vodníci s mořskými pannami a dušičkami, pan Vajíčko z Velikonočního ostrova...



„Některé součásti masek, jako jsou například repliky hlav medvěda, vodníka, koně, kupujeme a masky potom sami dotváříme,“ pokračuje Roman Holk. „Každý rok se snažíme přijít s několika novými maškarami. Ale velmi nás těší všechny masky, v nichž se nadšenci dostaví do průvodu.“

Tematické taškařice

Duch klasických staročeských veselíc, který vládne letošnímu střížkovskému masopustu, se v průběhu let střídá s tematickými recesemi. Loni tón udával Střížkonos a lyžníci, v roce 2019 vznikla na Střížkově největší zoo v republice. V roce 2018 se v parku Václavka konal sraz všech pozemšťanů i mimozemšťanů, který následoval hned po rekonstrukci prvního pravěkého masopustu na světě v roce 2017. V roce 2016 se veselice nesla v pohádkovém duchu a v roce 2015 v cirkusovém. A největší masopustní střížkovskou svatbu tady zažili v roce 2014. ▶ Text a foto: mk



Pravá radost je darem, plodem předchozí námahy

„Za oslavami masopustu je velmi zajímavá historie a jeho smysl je rozhodně hlubší než jen pouhá hlučná zábava, maskary a přejídání se,“ říká P. Petr Havlík, duchovní správce Římskokatolické farnosti u sv. Václava na Proseku a vysvětluje...

Ve starém Římě najdeme podobné bujaré oslavy spojené se začátkem roku, respektive s blížícím se jarem. Mnoho starých kultur má analogické oslavy probouzení přírody po zimě, která symbolizuje smrt. I v našem prostoru na sever od Alp máme pohanské tradice vyhánění zimy, zařikávání démonických sil a různých snah zajistit v končícím období vegetačního klidu dobrou plodnost půdě.

Všechno má svůj čas

V křesťanské lidové kultuře je masopust protipólem půstu, období kajícínosti a střídmosti, jímž se připravujeme na slavení Velikonoc. Hezky se tu odráží starobylá zásada, kterou najdeme již ve starozákonní knize Kazatel: „Všechno má svou dobu, každá činnost pod sluncem má svůj čas. Je čas k narození i čas k umírání, čas k sázení i čas ke sklizení za setého... Je čas k pláči i čas k smíchu, čas k nářku i čas k tanci.“

Člověk se nemůže pořád jen veselit a užívat si. Potřebuje jistý řád, rytmus. Ten mu nabízí takzvaný liturgický rok, tedy střídání různých křesťanských svátků s jejich různorodými barevnými odstíny a rozdílným zabarvením i na škále pocitů, jak odpovídá podstatě těchto různých dob, které jsou podivuhodně sladěny i se střídáním ročních období a přírodními rytmy. Proto abychom si mohli více užít velikonoční radost, připravujeme se na ni půstem... A než se do toho dáme, ještě se naposledy pořádně najíme, napijeme a poveseleme.

Církevní rok se svým rafinovaným střídáním svátků a půstů, obdobím bujarého veselí i usebranosti respektuje jakýsi řád stvoření a zároveň nám pomáhá uspořádat naši neuspořádanost a sklon k chaotičnosti, případně neznalosti míry. Vlastně nám přináší svobodu. Zařikávání starých pohanských rituálů se mění v radost a úlevu. Masky bůžků představujících přírodní živly dostávají posměšný ráz maskar, jelikož ti, kdo se svěříli

Všemohoucímu, Stvořiteli nebe a země, se jich už bát nemusejí. To, co bylo kdysi důvodem k obavám a strachu, se tak stává předmětem vtipkování a zábavy.

Z těchto našich úvah si do masopustního období můžeme odnést následující praktický závěr. Je pošetilé chtít masopust uměle prodlužovat, ačkoli nás k tomu různé obchody nebo zábavní průmysl vybízí. Úryvek z knihy Kazatel nám připomněl, že k životu patří chvíle radosti a veselí i chvíle usebrání, půstu a práce na sobě. Kdo si chce stále jen užívat, stane se především nesnesitelným sobcem a následně zažije i velké zklamání a nudu. Ta pravá radost je totiž vždy darem a zároveň plodem předchozího období námahy. Období nekončících požitků by bylo jakousi uměle vytvořenou nestvůrou či hracím automatem vymykajícím se řádu dějin a přirozeného rytmu stvoření. ▴



P. Petr Havlík, duchovní správce Římskokatolické farnosti u sv. Václava na Proseku

SPOLEK ZA VESELEJŠÍ STŘÍŽKOV VÁS ZVE NA TRADIČNÍ JIŽ

21. STŘÍŽKOVSKÝ MASOPUST

POŘÁDANÝ V DUCHU KLASICKÝCH STAROČESKÝCH VESELÍ

10. února 2024 ve 13 hodin

Sraz účastníků všeho věku, náboženství, politických názorů i pohlaví, nejlépe v klasickém masopustním oblečení včetně dobré nálady na střížkovském rynku v parku Václavka (bus 151, 166, 201 / stanice Madlina)

Pořádáno za podpory MČ Praha 9 a sponzorů

www.veselejsi-strizkov.cz

Kulturně aktivizační centrum pro seniory



Sociální služby Praha 9, z. ú., Kulturně aktivizační centrum pro seniory, Harrachovská 422/2, Praha 9,
www.ssspaha9.cz, tel.: 724 905 785, 286 582 298, e-mail: dunderova@ssspaha9.cz

1. 2. 2024 - čtvrtek

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, 50 Kč 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30
Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00
Setkání nad Bibli – povídání, sdílení, podpora, občerstvení zdarma 16:30 – 18:00

2. 2. 2024 - pátek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Masáže pro seniory – záda, šíje/300 Kč. Možné i jiné termíny (nutno objednat).

5. 2. 2024 - pondělí

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Němčina pro pokročilé 9:30 – 10:30
Počítačový kurz pro mírně pokročilé 10:45 – 11:45
Francouzština pro mírně pokročilé 11:00 – 12:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 12:00 – 13:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 13:00 – 14:00
Angličtina se Zuzkou pro začátečníky 14:00 – 15:00
Kurz na ovládání chytrého telefonu se Zuzkou, lekce 50 Kč 15:00 – 16:00

6. 2. 2024 - úterý

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Pedikúra – 60 min i s masáží / 350 Kč (nutno objednat) 8:30 – 14:30
Počítačový kurz pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro pokročilejší 10:00 – 11:30
Taneční hodina s Jarkou (začátečníci), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 11:00 – 12:00
Taneční hodina s Jarkou (pokročilí), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 12:00 – 13:00
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 – nácviky kolektivních tanců s lektorkou 15:15 – 17:30

7. 2. 2024 - středa

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. Štílcem s prvky jógy a dechových cvičení, 30 Kč 9:30 – 10:30
Nové cvičení na páteř. Stabilizace páteře, správný postoj, chůze, 30 Kč 11:00 – 11:30
Kurz na ovládání chytrého telefonu pro úplné začátečníky, 50 Kč 11:00 – 12:00
Přednáška s humanitární pracovnící Lékařů bez hranic, která působila na misích v Nigérii, Bangladéši, Venezuele a Jižním Súdánu 13:00 – 14:30
Dílnička šikovných rukou: Malované květináče (květináče s sebou) 14:45 – 16:00

8. 2. 2024 - čtvrtek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Kosmetika – balíček 60 min / 450 Kč (péče, masáž obličeje, dekolty, obočí aj.) 8:30 – 14:30
Trénink, procvičování paměti I. 9:00 – 10:00
Kurz počítačů pro pokročilé s lektorkou Ivanou, 50 Kč 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30

Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 16:00
Možnost využití počítače, internetu – zdarma 13:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00
Setkání nad Bibli – povídání, sdílení, podpora, občerstvení zdarma 16:30 – 18:00

9. 2. 2024 - pátek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Masáže pro seniory – záda, šíje/300 Kč. Možné i jiné termíny (nutno objednat).

12. 2. 2024 - pondělí

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Němčina pro pokročilé 9:30 – 10:30
Počítačový kurz pro mírně pokročilé 10:45 – 11:45
Francouzština pro mírně pokročilé 11:00 – 12:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 12:00 – 13:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 13:00 – 14:00
Angličtina se Zuzkou pro začátečníky 14:00 – 15:00
Kurz na ovládání chytrého telefonu se Zuzkou, lekce 50 Kč 15:00 – 16:00
Klub seniorů – kardiaků (schůze) 14:00 – 16:00

13. 2. 2024 - úterý

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Pedikúra – 60 min i s masáží / 350 Kč (nutno objednat) 8:30 – 14:30
Počítačový kurz pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro pokročilejší 10:00 – 11:30
Taneční hodina s Jarkou (začátečníci), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 11:00 – 12:00
Taneční hodina s Jarkou (pokročilí), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 12:00 – 13:00
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 – nácviky kolektivních tanců s lektorkou 15:30 – 17:30

14. 2. 2024 - středa

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Zdravotní cvičení s lektorem M. Štílcem s prvky jógy a dechových cvičení, 30 Kč 9:30 – 10:30
Nové cvičení na páteř. Stabilizace páteře, správný postoj, chůze, 30 Kč 11:00 – 11:30
Kurz na ovládání chytrého telefonu pro úplné začátečníky, 50 Kč 11:00 – 12:00
Přednáška, beseda s historičkou: Rodina Batů 13:00 – 14:30
Dílničky šikovných rukou: Stromečky z drátu 14:45 – 16:00

15. 2. 2024 - čtvrtek

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, 50 Kč 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30
Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 16:00
Možnost využití počítače, internetu – zdarma 13:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00
Zpívání na Proseku – přijďte si zazpívat české

lidové i trampské písničky 14:30 – 15:30
Setkání nad Bibli – povídání, sdílení, podpora, občerstvení zdarma 16:30 – 18:00

16. 2. 2024 - pátek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Komentovaná prohlídka historické budovy Divadla na Vinohradech. Sraz v 8:15 před hl. vchodem, nám. Míru 7. Zdrarma. Zájemci, hlaste se! 8:15 – 10:00
Masáže pro seniory – záda, šíje/300 Kč. Možné i jiné termíny (nutno objednat).

19. 2. 2024 - pondělí

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Němčina pro pokročilé 9:30 – 10:30
Počítačový kurz pro mírně pokročilé 10:45 – 11:45
Francouzština pro mírně pokročilé 11:00 – 12:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 12:00 – 13:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 13:00 – 14:00
Angličtina se Zuzkou pro začátečníky 14:00 – 15:00
Kurz na ovládání chytrého telefonu se Zuzkou, lekce 50 Kč 15:00 – 16:00

20. 2. 2024 - úterý

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Pedikúra – 60 min i s masáží / 350 Kč (nutno objednat) 8:30 – 14:30
Počítačový kurz pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro pokročilejší 10:00 – 11:30
Taneční hodina s Jarkou (začátečníci), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 11:00 – 12:00
Taneční hodina s Jarkou (pokročilí), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 12:00 – 13:00
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 – nácviky kolektivních tanců s lektorkou 15:30 – 17:30

21. 2. 2024 - středa

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. Štílcem s prvky jógy a dechových cvičení, 30 Kč 9:30 – 10:30
Nové cvičení na páteř. Stabilizace páteře, správný postoj, chůze, 30 Kč 11:00 – 11:30
Kurz na ovládání chytrého telefonu pro úplné začátečníky, 50 Kč 11:00 – 12:00
Beseda s notářkou. Téma: závěť, dědictví a další... 13:00 – 14:30
Dílničky šikovných rukou: Malované srdíčko 14:45 – 16:00

22. 2. 2024 - čtvrtek

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, 50 Kč 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30
Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 16:00
Možnost využití počítače, internetu, zdarma 13:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00
Zpívání na Proseku – zazpívejte si lidové i trampské písničky 14:30 – 15:30
Setkání nad Bibli – povídání, sdílení, podpora, občerstvení zdarma 16:30 – 18:00

23. 2. 2024 - pátek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Podmořský svět na dosah díky virtuální realitě. Vyzkoušejte, jaké je být na mořském dně prostřednictvím kouzelných brýlí. Zdrarma. Sraz v 9:40 hod., Harrachovská 422/2. Zájemci, hlaste se.
Masáže pro seniory – záda, šíje/300 Kč. Možné i jiné termíny (nutno objednat).

26. 2. 2024 - pondělí

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Němčina pro pokročilé 9:30 – 10:30
Počítačový kurz pro mírně pokročilé 10:45 – 11:45
Francouzština pro mírně pokročilé 11:00 – 12:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 12:00 – 13:00
Angličtina pro velmi mírně pokročilé 13:00 – 14:00
Angličtina se Zuzkou pro začátečníky 14:00 – 15:00
Kurz na ovládání chytrého telefonu se Zuzkou, lekce 50 Kč 15:00 – 16:00
Možnost využití počítače, internetu – zdarma 13:30 – 15:30

27. 2. 2024 - úterý

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Pedikúra – 60 min i s masáží / 350 Kč (nutno objednat) 8:30 – 14:30
Počítačový kurz pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro úplné začátečníky 9:00 – 10:00
Angličtina pro pokročilejší 10:00 – 11:30
Taneční hodina s Jarkou (začátečníci), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 11:00 – 12:00
Taneční hodina s Jarkou (pokročilí), sál Knoflík, Jablonecká 723/4, zdarma 12:00 – 13:00
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 – nácviky kolektivních tanců s lektorkou 15:30 – 17:30

28. 2. 2024 - středa

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Zdravotní cvičení s lektorem M. Štílcem s prvky jógy a dechových cvičení, 30 Kč 9:30 – 10:30
Nové cvičení na páteř. Stabilizace páteře, správný postoj, chůze, 30 Kč 11:00 – 11:30
Kurz na ovládání chytrého telefonu pro úplné začátečníky, 50 Kč 11:00 – 12:00
Cestovatelská přednáška: Cesta kolem světa, vstupné 30 Kč 13:00 – 14:30
Dílnička šikovných rukou: Jarní věneček 14:45 – 16:00

29. 2. 2024 - čtvrtek

Zdravotní cvičení pro seniory, zdarma, sál
Knoflík, Jablonecká 723/4 7:50 – 8:50
Kosmetika – balíček 60 min / 450 Kč (péče, masáž obličeje, dekolty, obočí aj.) 8:30 – 14:30
Trénink, procvičování paměti I. 9:00 – 10:00
Kurz počítačů pro pokročilé s lektorkou Ivanou, 50 Kč 10:00 – 11:30
Trénink, procvičování paměti II. 10:30 – 11:30
Společenské hry – Scrabble, Rummikub, karty... 11:30 – 16:00
Úřední hodiny – pomoc, sociální poradenství, organizační věci apod. 13:30 – 16:00
Setkání nad Bibli – povídání, sdílení, podpora, občerstvení zdarma 16:30 – 18:00

Únorová Vysočanská „V“

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

13. února od 14 hodin Divadlo Gong: Holky z naší školky aneb příběhy kolem populárních hitů

Nová hudební talk show, která se točí kolem populárních hitů, které za svou kariéru nazpíval jeden z našich nejpopulárnějších zpěváků. Na jednom pódiu se tak setkají Standa Hložek, moderátor Martin Hrdinka a zpěvačka Šárka Marková. Kromě historek z natáčení hitů, nahrávacích studií, muzikolových pódii i televizních programů a seriálů uslyšíte i legendární hity Holky z naší školky, V pohodě, Bílá královna a mnoho dalších.

Stanislav Hložek

Nejvíce ho proslavila spolupráce s Hanou Zagorovou a Orchestrem Karla Vágnera, kde společně s Petrem Kotvaldem nejprve zpívali doprovodné vokály a tančili se zlatou slavicí a následně se stali nejpopulárnějším mužským pěveckým duem historie Československé populární hudby. Po jeho rozpadu čekala Standu bohatá sólová pěvecká i moderátorská kariéra.

Martin Hrdinka

Dnes už legendu mezi moderátory nemusíme dlouze představovat, protože už řadu let vás provází akcemi, které pořádá MČ Praha 9. Připomeňme jen, že v České televizi je jeho jméno spojeno s moderováním Výroční



Standa Hložek, Martin Hrdinka a Šárka Marková

ceny akademie populární hudby, HITparády, Music Clubu, Začínáme a další, v TV NOVA s Chart show, Tančírnou, dále s rádií EVROPA 2, ČRo 1 Radiožurnál, Dvojka – Noční proud, Hudební telegraf a dalšími.

Šárka Marková

Jako jedna z mála zpěvaček zpívala hlavní role v muzikálech Bídníci, Miss Saigon, Pomáda, Děti ráje. Objevila se i v Jesus Christ Superstar a dalších muzikálech v Praze. Znáte ji i z populárních hudebních pořadů a seriálů Modrý kód, Ulice, Soudy Kláry Slámové nebo z divadla Semafor. Vyšla jí alba Vzhůru k výškám a Síla je v nás.

Vstupenky v hodnotě 20 Kč si mohou seniory z MČ Praha 9 zakoupit v předprodeji v pokladně Divadla Gong, Sokolovská 191, Praha 9. Foto: Agentura Gardes

Pokračuje Senior akademie

Senior akademie je cyklus čtrnácti vzdělávacích programů prevence kriminality zaměřený na informování seniorů. Pořádá ho MČ Praha 9 společně s Městskou policií hl. m. Prahy od ledna do června letošního roku. Na únor jsou plánovány dvě přednášky.

6. února od 14 hodin BEZPEČNOST SENIORŮ V PROVOZU METROPOLE

- seznámení se zákonem č. 361/2000 Sb., a jeho doplňky
- účastníci silničního provozu, chodce, cyklisty
- přechody pro chodce, chodníky
- pravidla pohybu chodců v silničním provozu
- nové dopravní značky
- reflexní materiály v praxi



- chování svědků
- možnosti řešení pro oběti

Přednášky se konají v zasedací místnosti č. 205 v budově radnice, Vysočanská 14/324, Praha 9. Každá z přednášek trvá dvě hodiny. Mohou se jí zúčastnit i ti, kteří se do Senior akademie nepřihlásili, ale téma je zajímavé. Text a foto: mk



První přednášky Senior akademie spojené se slavnostním zahájením se zúčastnilo na pět desítek zájemců

27. února od 14 hodin DOMÁCÍ NÁSILÍ

- co je to domácí násilí
- formy domácího násilí
- profil oběti a pachatele
- příčiny domácího násilí
- kde může oběť domácího násilí hledat pomoc
- rozdělení typů domácího násilí a jejich statistika

BLAHOPŘEJEME

S přibývajícím věkem a stále vyšším číslem na narozeninovém dortu touží mnoho oslavenců po mládí. A nejsou to tužby nereálné, jak říká krásná 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

Ludmila Zajícová
Ludmila Hýlová
Pavel Černý
Marta Sedláčková
Jana Veselá
Jana Těšitelová
Ludmila Knapová
Miroslav Bělohávek
Marcela Valová
Alena Studničná
Alena Rybářová
Zdeňka Kummerová
Jana Jiráková
Jiřina Uzlová
František Dvořák
Blažena Fousková
Jiřina Kobrová
Vladimír Marek
Václav Pósl
Ján Mitošinka
Zdeňka Pilná
Eva Votavová
Marie Kantnerová
Miroslav Netál
Gustav Dědek
Jaroslav Pác
Jana Mertlová
Václav Zdeněk
Jaroslav Malina
Vladimír Zajíc
Eva Cidlinová
Jaroslava Koflíková
Josef Pomahač
Milena Pecháčková

80 let

Edita Dědičková
Václav Holubek
Růžena Peroutková
Josef Šoška
Amalie Pajerová
Hana Lapáčeková
Jaroslava Fikrová

90 let

Ing. Milan Novotný
Danuše Matoušová
Anna Vágnerová

91 let

Ing. Josef Vytlačil
Jan Vrzal

92 let

Alena Matřhová
Eva Moulisová
Božena Poseltová
Jiří Vlasák

93 let

Miloš Potůček
Jarmila Sýkorová
Vlasta Eremiášová

95 let

Marie Lovecká
Milada Cebeová

96 let

Marta Hnyková

97 let

Božena Marešová

85 let

Bedřiška Šipovičová
Danuše Demeterová

102 let

Jan Svoboda



VZPOMÍNÁME

Náš milovaný tatínek, manžel, dědeček a pradědeček **Leo Žlutíř** by se 12. února 2024 dožil 82. narozenin. *Kdo jste ho znali, věnujte mu s námi tichou vzpomínku.*



Za celou rodinu děkuje dcera Jana.

Klub Harfica už dvacetiletý!

Dvacáté výročí otevření slavil 12. prosince 2023 volnočasový klub Harfica na Střížkově. Ve čtvrtek 22. února 2024 se v něm koná den otevřených dveří.

Klub Harfica poskytuje pod záštitou MČ Praha 9 zdarma bezpečný prostor pro všechny holky a kluky ve věku 7 až 17 let s trvalým pobytem v Praze 9, kteří hledají místo, kde se scházet, popovídat si nebo se něco nového naučit. Do klubu může přijít každý bez rozdílu barvy pleti, národnosti, náboženského vyznání či přesvědčení. Jeho pracovníci podporují děti a mladé lidi v jejich zájmech a nápadech, jež mohou v klubu s jejich pomocí realizovat. V Harfice si děti mohou domluvit i bezplatné doučování.

Den otevřených dveří 22. února 2024

Získat více informací o klubu, seznámit se s jeho prostředím a vybavením, pestrou nabídkou programů a dalšími projekty, jako jsou například letní tábor Bezpečné prázdniny nebo podzimní víkendový výjezd, mohou rodiče a jejich děti při dnu otevřených dveří v Harfice. Koná se ve čtvrtek 22. února 2024, a to již počtvrté. Pracovníci klubu všem zájemcům rádi



Slavnostního dne spojeného s 20. výročím existence klubu se zúčastnil i starosta MČ Praha 9 Tomáš Portlík, místostarostka MČ Praha 9 Kamila Matějková a vedoucí Odboru sociálního Úřadu MČ Praha 9 Jana Dobišová Zemanová

představí sportovní, výtvarné, vzdělávací a jiné aktivity, které dětem volnočasový klub nabízí. Pro děti budou opět připra-

veny zajímavé ukázky z činností – vaření, vyrábění, stolní hry, vědomostní soutěže, fotbalík anebo kulečnick. ▲Text a foto: jdz

INZERCE

2023
Naše nejlepší
IB výsledky
v historii

Den otevřených dveří
7. 2. 2024
na nové adrese:
Sousedíkova 1044/8, Praha 9

www.ecp.cz

learn : more

DARUJTE KREVNI PLAZMU NA PROSEKU

**Nově finanční náhrada
900 Kč za každý odběr!**

Zároveň jsme pro Vás
prodloužili otevírací dobu:

Pondělí:	7-19:15
Úterý:	7-19:15
Středa:	7-19:15
Čtvrtek:	7-19:15
Pátek:	7-15:30

Více informací na **www.aplazma.cz**
nebo na čísle **+420 720 750 777**

A PLAZMA
POLIKLINIKA PROSEK

Skvělý hattrick Mateřské školy Kytlická

Jako jediná mateřská škola v České republice získala koncem roku 2023 Mateřská škola Kytlická již potřetí za sebou titul eTwinning School a navrch ještě certifikáty kvality – národní a evropský – za mezinárodní projekt Money2.

Titul eTwinning School převzala na slavnostním předávání cen v prosinci 2023 ředitelka MŠ Kytlická Kateřina Navarová. Uděluje ho Evropská komise za aktivní zapojení do eTwinningu, za digitalizaci ve školství, zajištění eBezpečnosti, tvůrčích a inovativních přístupů k výuce a za podporu průběžného profesního rozvoje zaměstnanců.

„Projekty eTwinning probíhají na základě vzájemné spolupráce dvou nebo více partnerských škol na evropské úrovni. V aktivitách našich projektů s dětmi využíváme informační a komunikační technologie. Díky eTwinningu se děti učí vzájemné spolupráci a společně sdílejí radost ze společně dokončených úkolů, svých a kamarádů z partnerské školy,“ představila Kateřina Navarová benefity projektů eTwinning.

Titul eTwinning School získalo 16 českých škol, ale Mateřská škola Kytlická, jejímž zřizovatelem je MČ Praha 9, je je-

dinou školkou v České republice, která ho dostala již potřetí za sebou.

Ocenění mezinárodního projektu Money2

Druhým oceněním pro Kytlickou byly národní a evropský certifikát kvality. Mezi deseti nejlepšími projekty mateřských škol z celé České republiky získala Kateřina Navarová Quality Label a European Quality Label za mezinárodní projekt Money2. Tato ocenění udělují odborné poroty za realizaci vynikajících eTwinningových projektů, které dosahují určité kvality na národní i celoevropské úrovni.

„Projekt jsme realizovali společně s polskou a dvěma slovenskými školkami a byl zaměřen na finanční gramotnost dětí. Jsme rádi, že se do něho aktivně zapojili také rodiče dětí,“ dodává Kateřina Navarová.

Mateřská škola Kytlická realizuje eTwinningové projekty téměř deset let a získala za ně mnohá ocenění. Všechna jsou



Potřetí za sebou získala MŠ Kytlická titul eTwinning School. Certifikáty kvality převzala Kateřina Navarová za mezinárodní projekt Money2

vynikajícími příklady toho, jaké výhody eTwinning přináší škole jako celku, ať už je to sdílené vedení, spolupráce a týmová součinnost, aktivní role dětí, inkluze a inovace. Zkrátka příklad hodný následování.

mk, foto: MŠ Kytlická

Adventní tradice vysočanských zpěváčků

Děti z Mateřské školy U Vysočanského pivovaru zpívaly už posedmé o adventu na Arcibiskupství pražském.

Již tradičně ke slavnostní náladě a předvánoční atmosféře na Arcibiskupství pražském přispívají děti z hudebního kroužku Mateřské školy U Vysočanského pivovaru pod vedením učitelky Ludmily Antonyové. Na arcibiskupství se 20. prosince 2023 konalo adventní setkání arcibiskupa pražského a primase českého Jana Graubnera s představiteli Armády ČR v čele s náčelníkem generálního štábu generálem Karlem Řehkou. Malí zpěváčci od Vysočanského pivovaru i tentokrát zaujali dokonale zvládnutým hudebním vystoupením pod vedením paní učitelky. Tradice je zkrátka tradice. mk, foto: www.profoto-neratovice.cz



Děti z MŠ U Vysočanského pivovaru na Arcibiskupství pražském

INZERCE

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

SC-50235/08

FA J. MACHÁČ
 Výměny van, baterií, klozetů a kuch. desek. Instalace sprchových koutů a boxů – **SENIORI SLEVA!**
 Pokládka dlažby, PVC, kobereců. Štukování, malování, lepení podhledů. Sekání trávy a vyklízení.
 tel.: 777 325 466
 janmachac66@seznam.cz

SC-50235/01

JERABEK ZASKLENÍ BALKONŮ
 ŽALUZIE, SÍTĚ A SUŠÁKY
 BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE
www.BYDLENIJERABEK.CZ
 info@bydenijerabek.cz
 +420 739 034 488
SLEVA 15%
 NA ZASKLENÍ BALKONU
 DO KONCE ÚNORA 2024

SC-50236/02

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

SC-50237/02

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

SC-50239/13

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

SC-50230/02

PROFESIONÁLNÍ STROJOVÉ ČIŠTĚNÍ KOBERCŮ A ČALOUNĚNÍ
 Vysoušení ventilátory
ZDARMA
 Ceny z r. 2023, bez DPH
 tel.: +420 777 137 495
 WWW.USAKCISTENIKOBERCU.CZ

SC-50249/01

Stanislav Pokorný: Fotografie

Galerie 9 hostí od 6. do 29. února 2024 výstavu fotografií Stanislava Pokorného.



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.

Stanislav Pokorný (narozen 1952)

Vystudoval Právnickou fakultu UK Praha a Institut tvůrčí fotografie Slezské univerzity v Opavě.

Fotografie ho provází vlastně celý život. Fotografoval asi od sedmi let, kdy dostal od otce svůj první fotoaparát. Byl jím bakelitový Pionýr 6×6.

V roce 1982 byl přijat do tehdejšího Fondu Výtvarných umění a Svazu výtvarných umělců a stal se jedním z asi 600 fotografů tehdejšího Československa, kteří se mohli fotografií žít. Na poli profesionální fotografie působí více než čtyřicet let.

V letech 2009–2019 působil jako kurátor prestižní Nikon Photo Gallery v Praze. Dlouhá léta (1983–2000) byl asistentem ve společném ateliéru Freda Kramera (tenkrát jednoho z nejlepších módních fotografů) a Prof. Mgr. Miroslava Vojtěchovského – špičky reklamní fotografie a uznávaného fotografa skla. Od nich získal to nejlepší, co mohl: profesionální přístup k fotografii, úctu k řemeslu, preciznost a odpovědnost



Kreativní dílna Zastav se a tvoř

Dílna v Galerii 9 je určena pro všechny, kteří si chtějí za krátkou dobu vytvořit z obyčejných věcí věci neobyčejné a na chvíli se odreagovat od denního shonu.

K účasti na tvoření se nemusíte objednávat, kapacita dílny je ale omezena provozními možnostmi. Kurz se koná přímo ve výstavních prostorách.

Program dílen v Galerii 9 v únoru probíhá vždy ve středu od 17 do 19 hodin.

- 7. 2. – masopustní masky
- 14. 2. – květiny z krepového papíru
- 21. 2. – korálky (výroba náramku)
- 28. 2. – dekorace balícího papíru fixami

Dámský klub

Od 19 do 21 hodin

14. 2. – relaxační kreslení ▶

za výsledek vlastní práce s vědomím, že odevzdává dílo na nejvyšší profesionální a umělecké úrovni. Nebylo proto náhodou, že se mu fotografie skla stala osudnou a po celý život se jí živil.

Je členem Unie výtvarných umělců, Federation of European Professional Photographers FEP a Asociace profesionálních fotografů České republiky, ve které rovněž v letech 2004–2017 působil jako prezident a předseda správní rady. Je autorem několika publikací (Večery s fotografem, Pán Bůh zaplať, 12 Star Gallery – Czech Centre, London a další) a článků v odborných fotografických magazínech.

Tvorba Stanislava Pokorného je zastoupena ve sbírkách Národního muzea fotografie Jindřichův Hradec a soukromých sbírkách. Ve své práci se zaměřuje hlavně na architekturu, portrét, krajinu, panoramatickou fotografii, reklamu a volnou tvorbu. ▶_{sp}

INFO

Více informací o fotografovi Stanislavu Pokorném najdete na www.stanpokorny.com nebo www.facebook.com/stanislav.pokornyfotograf/

Nové výstavy v Pragovka Gallery

Vernisáž čtyř nových výstav v Pragovka Gallery proběhne ve čtvrtek 8. února v 18 hodin. Výstavy můžete navštívit od 9. února do 2. května 2024.

Prostor Rear bude patřit výstavě aktuální tvorby umělecké rezidentky Pragovky Karímy Al-Mukhtarové. V galerii Pop-Up se představí brněnská umělkyně Michaela Spružinová s projektem Pohlednice z pouště. V Entry svou samostatnou výstavu Unexpected Existence zahájí mladá umělkyně Tina Hrevušová. A The White Room bude patřit skupinové výstavě Heuristický algoritmus pod kurátorským vedením Pavla Tichoně.

Karima Al-Mukhtarová: First Principles
Kurátor: Jan Kudrna

Výstava First Principles v Pragovka Gallery představí tvorbu Karímy Al-Mukhtarové především z období posledního roku. Autorka rozvíjí osobitý autentický vizuální jazyk, který rezonuje v tektonice a energii materiálů. Specificky kombinuje nazírání na filozofii každodennosti a bytostnou potřebu výtvarného projevu. Ve výsledku tak vytváří pozoruhodná díla, která jako by mimoděk zrcadlila otázky vztahující se k vlastnímu smyslu, identitě, tradici nebo řemeslu.

Michaela Spružinová: Pohlednice z pouště
Kurátorka: Vendula Fremlová

Michaela dává starému sklu novou podobu a nový život. V intermediálně laděné instalaci oživuje a transformuje nejen

úlomky skla, ale i modernistické koncepty a vize.

Tina Hrevušová: Unexpected Existence
Kurátorka: Tea Záchová

Dystopie nebo blízká budoucnost? Co kdybyste se dalšího dne probudili z nepokojných snů a shledali, že jste se v posteli proměnili v jakýsi exotický hmyz, který skrze jinou funkčnost těla nemůžete zatím ovládat ani definovat. Vidíte však spoustu změn a pouze, co zůstalo možná zastaralé, jsou vaše myšlenky o vás samotných. Výstava demonstruje podobnosti v civilizaci, která se snažila navázat na opomíjené senzuální podstaty – emoce. Postupné vylupování a stávání se v prostoru výstavy přináší procesuální momenty z řady performancí, které zde budou prezentovány jako jednotlivé eventy.

Mário Birmon, František Dvořák, JaZn Frings, Michal Pustějovský a GUFRAU (host): Heuristický algoritmus
Kurátor: Pavel Tichon

Podívejte se na problém. Pokud mu nerozumíte, zkuste si jej nakreslit. Výstava čtyř autorů a jednoho hosta nabízí v relativně krátké době dostatečně přesné řešení problému, přičemž neexistují žádné záruky, že problém je vyřešen jednou provždy. ▶ Kristýna

Řeháčková, foto: archiv Michaely Spružinové



Michaela Spružinová

INFO

**PRAGOVKA GALLERY,
KOLBENOVA 923, PRAHA 9.**

Galerie je otevřena od úterý do pátku od 14 do 20 hodin a o víkendu od 12 do 18 hodin. Více informací na www.pragovkagallery.cz.

Nahozeno máme a Musica Dolce Vita koncertují na radnici

Cyklos koncertů komorní hudby na vysočanské radnici pokračuje i v zimních měsících letošního roku. Koncerty se konají v obřadní síni radnice, Sokolovská 14/324, Praha 9. Vstup volný.

Nahozeno máme
8. února 2024 od 19 hodin

Smíšený pěvecký sbor Nahozeno máme zpívá od roku 2021 pod taktovkou skvělé sbormistrové Lady Soukupové, která je vynikající zpěvačkou, lektorkou zpěvu a také sólistkou Orchestru Karla Vlacha či vokalistkou Marie Rottrové.

Sbor Nahozeno máme má svou domovskou zkušebnu v rodinném a komunitním centru Knoflík na Proseku. Jeho repertoár jde napříč žánry, můžete se tedy těšit na písně z muzikálů, lidovky i klasické kusy. Každý si jistě najde svou melodii.

Pro sbor je největší radostí a odměnou spokojené publikum, které si notuje spolu s ním.

Musica Dolce Vita
14. března 2024 od 19 hodin

Na křídlech hudby aneb Ptačí koncert je název koncertu, jehož protagonistkami jsou Žofie Vokálová – flétna, Zbyňka Šolcová – harfa, Daniela Demuthová – mezzosoprán. ▶



Sbor Nahozeno máme

Vysočany v České televizi

Dokument o historii Vysočan režisérky Libuše Rudinské můžete vidět v České televizi (ČT2) v neděli 25. února v 9.35 hodin.

„Česká televize, konkrétně Libuše Rudinská, natočila úžasný dokument o historii Vysočan. Přiznávám se, že nic lepšího na téma Vysočan a jejich historie jsem ještě neviděl,“ hodnotí starosta MČ Praha 9 Tomáš Portlík a dodává: „Nemusíte být patrioty devítky, abyste si v tomto dokumentu našli to své. Dynamicky nabitých čtyřicet minut ukazuje historii Vysočan a objasňuje řadu věcí, kolem kterých možná každý den chodíme, ale nemáme čas je do hloubky zkoumat.“

Na vzniku dokumentu o Vysočanech se spolu s Českou televizí podílela i městská část Praha 9.

Změna programu vyhrazena. ▶ mk

Divadlo Gong

Divadlo Gong, Sokolovská 191, Praha 9, tel.: 266 311 629,
777 865 885, e-mail: gong@divadlogong.cz, www.divadlogong.cz



4. 2. neděle 16.00

Burton Lane, Jiří Voskovec, Jan Werich: Čochtan vypravuje
Nestárnoucí muzikál Divotvorný hrnec v osobitě úpravě Josefa Dvořáka.

5. 2. pondělí 19.00

Petr Spálený & Apollo Band
Koncert plný hitů, jako je Plakalo bejby, Dáma při těle, Až mě andělé nebo Kdybych já byl kovářem. Hostem Miluška Voborníková.

8. 2. čtvrtek 19.00

Žalman & spol.
Koncert jedné z nejvýraznějších postav domácí folkové scény.

9. 2. pátek 19.00

Neil Simon: Bosé nohy v parku
Jak žít ve dvou, když zrovna platí, že se protiklady přitahují? V hlavních rolích Veronika Freimanová a Rudolf Hrušínský.

10. 2. sobota 19.00

Robert Bellan: Normální debil
Příhody z autorova dětství prožitého v socialistickém Československu v retrokomedii na motivy stejnojmenné knihy. V hlavní roli Zbigniew Kalina.

12. 2. pondělí 19.00

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

13. 2. úterý 14.00

Program MČ Praha 9 pro seniory HOLKY Z NAŠÍ ŠKOLKY aneb příběhy kolem populárních hitů
Nová hudební talk show, která se točí kolem populárních hitů, jež za svou kariéru nazpíval jeden z našich nejpopulárnějších zpěváků. Na jednom pódiu se tak setkají Standa Hložek, Martin Hrdinka a Šárka Marková. Kromě historek z natáčení hitů, nahrávacích studií, muzikálových pódíí i televizních programů a seriálů uslyšíte i legendární hity Holky z naší školky, V pohodě, Bílá královna a mnoho dalších.

13. 2. úterý 19.00

Divadelní spolek Post Scriptum Ludvík Pivoňka: Dady Box
Shovívavá komedie o neuvěřitelných osudech obstarožních pánů odložených v mateřské školce. O jejich blížících, o nadcházejícím stáří a o tom, co se také může stát, když se dva z nich jmenují stejně.

14. 2. středa 19.00

Posezení u cimbálu
Pravidelný pořad Slováckého krúžku v Praze.

15. 2. čtvrtek 19.00

Josef Dvořák: Šmátrání v paměti
Zábavné povídaní Josefa Dvořáka, nejznámějšího českého vodníka, skvělého divadelního a filmového herce.

19. 2. pondělí 19.00

Pavel Fiala, Josef Dvořák: S Pydlou v zádech
Prostý lidový chytrák se zaplétá v šachové partii mocných. V hlavní roli Josef Dvořák.

20. 2. úterý 19.00

Ondřej Havelka & jeho Melody Makers, tentokrát o lásce a jiných swingových běsech
Však to znáte: láska má mnoho podob a stejně tak i písně o ní. Odjakživa se zpívá o lásce šťastné i nešťastné, naplněné i zhrzené, roztoužené i zklamané, sladké i hořké, o lásce ke všemu možnému – k ženě, muži, vlasti či jazzu. Z lásky k vám vznikla okouzující kolekce jazzových a swingových kusů, v nichž vašeň zazní v prudkých fičácích a něha v melancholických kantilénách.

21. 2. středa 19.00

Jazz Club Gong JIŘÍ POLYDOR SEXTET & EVA EMIN-GEROVÁ
Klasický swing od skupiny vedené jazzovým pianistou Jiřím Polydorem doplněný vokály známé jazzové interprety.

22. 2. čtvrtek 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, Lukáš Langmajer a Libor Jeník.

25. 2. neděle 16.00

Eduardo De Filippo: Filumena Marturano
Vztahová komedie plná italského temperamentu. V hlavních rolích Simona Stašová a Svatopluk Skopal.

26. 2. pondělí 19.00

Clément Michel: Ani o den dýl!
Jak vystrnadit přítelkyni z bytu? S pomocí kamaráda, který po fin-gované smrti vlastní matky nalezne u Pavla a Sofie dočasné útočiště, to jistě bude hračka. Situace se ale brzy začíná komplikovat. V hlavní roli Lukáš Langmajer.

27. 2. úterý 19.00

Robert Bellan: Normální debil

28. 2. středa 19.00

Zdeněk Izer: Vyndavací, zas tam daci
Nový zábavný pořad plný nezaměnitelného humoru známého komika.

29. 2. čtvrtek 19.00

Lukáš Pavlíšek: Kdo nepláče, není Čech!
One man show známého komika s podtitulem „Češi, alkohol a Rock and roll“.



Dívčí válka. Foto: Čechovo prozatímně osvobozené divadlo

GONG DĚTEM

3. 2. sobota 15.00

D. Beneš: Jak jsem nechtěl vyrůst 5+
Když dospělí nebudou trochu dětmi, nebudou chtít děti být dospělými.

6. 2. úterý 9.00 a 10.30

V. Štěpánek: (Ne)bezpečná (ko) média 9+
Mediální výchova pro děti a mládež v kyberkostce.

8. 2. čtvrtek 10.00

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. pátek 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.

10. 2. sobota 15.00

O. Sekora, P. Kraus, M. Pokorný: Příhody Ferdý Mravence 3+

14. 2. středa 10.00

Malá scéna F. X. Watzl: Kašpárek v pekle 3+
Tradiční loutková pohádka o nerozhodném Kubovi, kterému statečný Kašpárek pomůže rozeznat čerty v pekle, získat princeznu a půl království.

15. 2. čtvrtek 10.00

D. Beneš: Jak jsem nechtěl vyrůst 5+
Když dospělí nebudou trochu dětmi, nebudou chtít děti být dospělými.

17. 2. sobota 15.00

J. Čapek, 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.

19. 2. pondělí 10.00

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.

20. 2. úterý 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.

21. 2. středa 10.00 a 14.15

J. Kolář, M. Pokorný: Dobrodružství kocoura Modroočka 3+
Poetická hudební pohádka o tom, jak jeden kočičí kluk poznával svět.

22. 2. čtvrtek 10.00

J. Čapek, P. Johansson: Povídaní o pejskovi a kočičce 3+

23. 2. pátek 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 Šér Chán se však nevzdává.

24. 2. sobota 15.00

O. Preussler, P. Johansson: Malá čarodějnice 4+

26. 2. pondělí 10.00

J. Foglar, O. Láznovský: Záhada hlavolamu 6+
Kulturní klukovský napínavý román s hororovými prvky převedený na divadelní prkna.

28. 2. středa 10.00

O. Láznovský: Jak Jules žil Verne 8+
Doba, život a dílo francouzského snílka, dobrodruha, spisovatele a nesmrtelného vizionáře.

29. 2. čtvrtek 10.00

J. Lesák: Elektrický Emil 9+
Pohádka podle skutečného příběhu vysočanské superhvězdy – Emila Kolbena.

Veronika Freimanová: Žiju maminku...

Někteří diváci si Veroniku Freimanovou spojují především s její rolí v televizním seriálu Vyprávěj, avšak pražská rodačka je stále velmi aktivní i v divadle. Společně s Rudolfem Hrušínským vystoupí 9. února i ve vysočanském Divadle Gong ve skvělé komedii Neila Simona Bosé nohy v parku.

Veroniko, na co se mohou těšit diváci, kteří Bosé nohy v parku ještě v divadle neviděli?

Bosé nohy v parku je výborná divadelní komedie od Neila Simona, která byla později také zfilmována. Myslím, že je i dobře obsazená. Já hraji maminku Anny Linhartové nebo Karly Vágnerové, které alternují. Radúz Mácha hraje jejího manžela a ještě je tam takový šarmantní soused, kterého ztvárnil Ruda Hrušínský. Ale zápletku nebudu prozrazovat, přijďte se raději podívat.

Bosé nohy hrajete už od roku 2016. Změnilo se něco na představení během té doby?

Divadlo je živý organismus, takže každé představení je jiné a neopakovatelné. Navíc my jsme čtyři lidi, kteří se rádi setkávají a těšíme se na každé představení.

Co vy a bosé nohy? Jste spíš městský člověk, nebo ráda splynete s přírodou?

Pokud jde o bosé nohy, tak musí být teplo. Mám nízký tlak.

Vytvořila jste si během let své herecké kariéry nějaký rituál?

Jsou to spíš podvědomé věci. Vždycky chodím tak o hodinu dřív, mám text s sebou a trochu si v něm čtu a opakuji. Je to vlastně takové potěšení, že si člověk během dne může najít chvíli, kdy se soustředí jen na to představení.

Jaké máte pracovní plány pro nejbližší dobu?

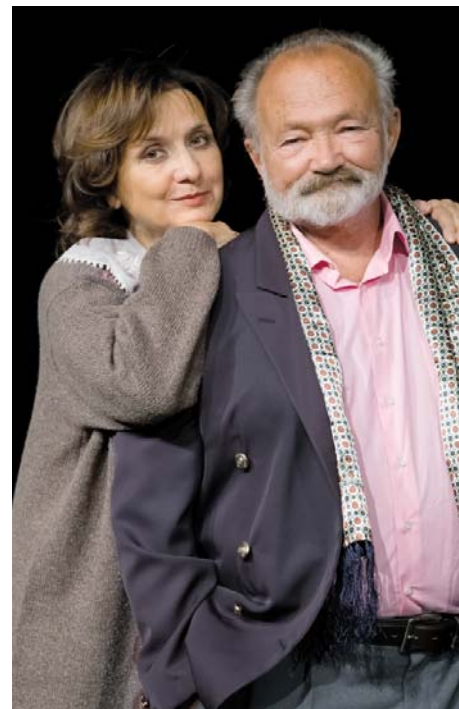
Každý měsíc mě čeká deset až dvanáct divadelních představení a čeká mě i natáčení, ale o tom ještě nemůžu mluvit.

Hrála jste divadlo na nějakém zvláštním místě?

Pro mě nejpřekvapivější bylo představení, které jsme hráli v Lánech, ale venku před muzeem. Dodnes netuším, jak k tomu došlo, ale bylo to s Divadlem Bez zábradlí a hráli jsme prakticky na úrovni země. Měli jsme tam natažený koberec a postel a zařízený pokoj. A vedle nás o kus dál jezdila auta. To bylo hodně zvláštní. Nejspíš se tam běžně hraje, ale tenhle kus, komedie Každý rok ve stejnou dobu od Bernarda Sledea, se mimo divadlo moc nehraje, protože scénou je hotelový pokoj, a byl to tam tedy pořádně velký pokoj. Zvenku to muselo vypadat dost bizarně. Nevím, koho to tehdy napadlo, ale bylo to zajímavé. A přímo proti nám byla jezdecká socha!

Zkusme si trochu zafantazírovat. Kdybyste měla možnost prožít si týden jako některá z postav, které jste hrála, která by to byla?

Nejspíš právě Doris z Každý rok ve stejnou dobu. Její život by mě asi dost zajímal a bavil, protože byla neuvěřitelně vtipná. Ale většinou asi žiji tu maminku z Bosých no-



Veroniku Freimanovou s Rudolfem Hrušínským můžete v divadelním představení Bosé nohy v parku vidět v Divadle Gong 9. února 2024

hou, která je taková vystrašená, ví všechno dopředu a na její slova dojde.

► Martin Burda, foto: Agentura Harlekýn

INZERCE

BETTER THAN DIET

**ZHUBNĚTE SNADNO
BEZ CVIČENÍ A DIET**

Tvarování postavy
 Zeštíhlující zábaly
 Odstranění celulitidy
 Maderoterapie
 Antiage & Anti akné
 Lymfodrenáže
 Masáže
 Nutriční poradenství

**15% SLEVA
NA VŠECHNY
PROCEDURY**

prosinec 2023

září 2023

-8 kg a -10 cm v pase
Klientka Jana H., 29 let, Praha
 kombinace Body Form a zeštíhlujících zábalů

Drahobojlova 1093/10,
190 00 Praha-Libeň

+420 728 721 531
recepce@betterthandiet.cz

Rezervace online na
www.betterthandiet.cz

Nabízíme i vouchery jako
ideální dárek na Valentýna

Zora Sládková: Obraz jako šperk

Výtvarnici Zoru Sládkovou jsme zastihli při práci v jejím ateliéru, kde jsme si povídali nejen o kurzech pro veřejnost, které vede ve vysočanském Obecním domě.

Jaké je tvoje pojetí výtvarných kurzů, které vedeš v Obecním domě v Jandově ulici?

Nejdřív se snažím zjistit, co lidi mají rádi, aby nedošlo hned zkrage k omylu. Například abych nenutila někoho, kdo má rád krajiny, malovat zátiší. Musím vědět, kam chtějí mí studenti směřovat, abych jim s tím mohla pomoci. Ale zjednodušeně řečeno naučím základy kresby a malby. Člověk musí jednak vidět to, co kreslí, a pak o tom něco vědět. Propojuje se teorie s praxí. Z kurzu by měl odcházet s tím, že ví, jak nakreslit to, co nakreslit chce.

Jak dlouho to může trvat, než si takovou schopnost osvojí?

Je to stejné jako třeba ve sportu. Než si automatizujete v hlavě některé pohyby, chvíli to trvá. Záleží na vašem talentu a pílí.

S jakými očekáváními studenti do tvého kurzu většinou vstupují?

Liší se to dost podle zkušeností, jaké už mají. Samozřejmě se lépe pracuje s těmi, kteří jsou nedotčení, než přeučovat špatné návyky.

Můžeš uvést příklad?

Třeba když někdo kreslí linku, tak z nejistoty třeba čára a udělá tam těch čar velké množství. Vlastně s tím ztrácí čas a přidává si práci.

Naučila ses i ty něco během kurzů?

Učím se pořád, protože je to práce s lidmi, kteří se v kurzech střídají, a každý z nich je jiný.



Zora Sládková v ateliéru

S jakými ambicemi vstupují adepti do tvých kurzů?

S různými. Pojí se mi s tím i krásný zážitek z vyučování. Jedna z kurzistek pokročilého věku mi na první hodině říkala, že se jí už tak třese ruka, že nedokáže namalovat rovnou čáru. Ale později jsem si všimla, že se jí už ta rovná linka daří. Musela jsem se držet, abych nevykřikla nadšením a nevytrhla ji z toho okamžiku a nevylekala ji.

Na čem právě pracuješ ty sama?

Pokouším se napsat a ilustrovat novou knížku. Nechci moc prozrazovat, ale bude to o strašidlech a o tom, jak používat fantazii. Mám už taky napsáno pokračování mé prvotiny Otto hmyzí detektiv, které se pracovně jmenuje Karolínčino bylinkové tajemství a které bych chtěla dotlačit ke grafickému zpracování.

Na svém kontě už máš víc knih. Cítíš se spíš jako výtvarnice, nebo jako spisovatelka?

Spisovatelkou jsem spíš jen z donucení. Původně jsem totiž ilustrovala knihu, kterou měl psát někdo jiný. Ten se k tomu ale neměl a vydavatel nakonec od záměru odstoupil. Já mezi tím z frustrace napsala a ilustrovala právě toho Otu a bylo mi líto těch nových ilustrací, takže jsem se rozhodla, že si k nim napíšu text sama. Kniha s názvem Co nám poví Chameleon? nakonec opravdu vyšla, ale měla smůlu, že se objevila na trhu v době, kdy řádil covid. Lidi v té době nemohli do obchodu a neměli ji kde pořádně vidět a seznámit se s ní. O nějakých akcích na podporu prodeje nemohlo být tehdy ani řeči. A je známá věc, že kniha se prodává nejvíce první týdně, když se objeví na pultech. Takže Chameleon trochu zapadl, ale pořád se dá koupit a myslím, že stojí za to.

Jaký je tvůj nejsilnější zážitek z výtvarného umění z pozice diváka?

Zapůsobil na mě dokument Sny o toulavých kočkách o Petru Sísovi. Líbí se mi jeho poctivost a preciznost. Snad proto, že jsem v tomhle směru taky dost ambiciózní. Myslím si totiž, že ilustrace nebo obraz je šperk, ve kterém by nemělo chybět krásno. Nemám ráda umění, které je bez obsahu a bez onoho krásna, a to on tam má. ▶ Martin Burda, foto: dg

INFO

Do kurzů kreslení pro děti a pro dospělé se můžete stále průběžně hlásit. Probíhají každé úterý v Obecním domě ve Vysočanech. Kurzy pro děti od 15.30 do 17.00, pro dospělé od 17.30 do 20.00. Více informací najdete na divadlogong.cz.

Tvoření, pečení i vzdělávání v Obecním domě

Tvořivé workshopy a vzdělávací kurzy pokračují v Obecním domě ve Vysočanech, Jandova 4, Praha 9, také v únoru.

Kapacita workshopů a kurzů je omezena, proto je rezervace nutná. Registrujte se na recepci v Obecním domě ve druhém patře nebo e-mailem kurzy@divadlogong.cz, telefonicky na 777 853 883, 774 563 117. Elektronická přihláška je na webu Divadla Gong. Kurz je nutné uhradit nejpozději sedm dní před jeho konáním, není-li domluveno jinak.

KURZ PRVNÍ POMOCI DĚTEM

Jak pomoci nejen dítěti při úrazech, nehodách či náhlých nemocech? Správné postupy při různých dětských úrazech či vdechnutí čehokoli. Resuscitace. Rozpoznání subglotické laryngitidy. Zvládání stresu. Zaměřeno na pomoc dětem do deseti let. **Kdy:** sobota 24. února 10.00–16.00 **Cena:** 1000 Kč

KERAMICKÉ STÍNÍTKO (PTÁČEK)

Vyrobíte si dekoraci do domu či zahrady. Přes den vyniknou jeho detaily a v noci (pokud si v něm zapálíte svíčku) vás ohromí nádhernými světelnými efekty.

Kdy: čtvrtek 1. února 17.30–19.30
Cena: 460 Kč

MOZAIKOVÉ TVOŘENÍ PRO CELOU RODINU

Korálková mozaika bez spárování – lepení korálků na dřevěnou destičku. Vhodné pro každého, kdo si chce mozaikovou techniku vyzkoušet, děti 3–8 let pouze s doprovodem rodičů.

Kdy: pondělí 4. března 15.30–16.30
Cena: 280 Kč (v ceně 1 destička s korálky, další možno dokoupit u lektorky)

KORÁLKOVÝ OBRÁZEK

Originální mozaikový obrázek vytvořený pomocí lepení korálků různých velikostí, barev a tvarů do čtvercového rámečku, následné vyspárování. Dřevěný rám možno natřít barvou a ozdobit.

Kdy: pondělí 4. března 17.00–20.30
Cena: 700 Kč

PEČENÍ KVÁSKOVÉHO CHLEBA

Zaděláte těsto (každý na svůj vlastní chléb), ochutíte pomocí semínek a oříšků a upečete jej – ideálně v remosce, případně v troubě. Během čekání si uvaříte kyselo. S sebou: remosku (pokud máte) a velkou zavírací sklenici na kvásek, látkový sáček. **Kdy:** čtvrtek 7. března 17.00–21.00 **Cena:** 840 Kč (suroviny v ceně) ▶

Otužování, masopust a další akce v Knoflíku

Začíná druhé knoflíkové pololetí. Díky těm, kteří pokračují. Noví zájemci, hlaste se.

Hudební Knoflík není jen o hudbě. Přihlásit se můžete do lekcí hudebních, pohybových, akcí tvořivých i třeba miniangličtiny.

Hudební lekce máme pro menší i větší hudebníky, připravíme k přijímacím zkouškám, s dospělými společně oprášíme lásku k hudebnímu nástroji – houslím, bicím, kytarě, flétně či klávesám.

Zveme ke cvičení pro děti s rodiči (lekce jsou určeny už pro nejmenší od čtyř měsíců, zacvičit si mohou i lezci), ke cvičení pro děti bez rodičů či ke cvičení v hodinách akrobacie s Akademií Cirkus La Putyka.

Dospělí mohou rozhýbat tělo v lekcích pilates, jógy, zdravá záda, piloxing, zumba i pánevní dno. Chodit lze jednorázově nebo pravidelně.

Na co se těšit v Knoflíku v únoru?

Od nového roku si mohou milci ledu a otužování vyzkoušet svou odolnost v ledových kádích umístěných na Střeše Knoflíku.

Více informací na FB Otužování na Střeše.

V únoru pokračuje dobročinná sbírka vosku, malých plechovek a vyrábění svíček pro ty, kterým světlo a teplo schází. Akce nese název Teplo a světlo pro ty, kteří to potřebují.

Masopust v Knoflíku – sousedské masopustní setkání, vyrábění, buřty, malá hra, průvod s jitrnicí – se koná 7. února 2024.



Lekce pro nejmenší v Kulturním a rodinném centru Knoflík na Proseku

Knoflíkové léto 2024

Již nyní se můžete hlásit na tradiční i nové příměstské tábory pořádané v Knoflíku.

Hlavně, že jsme na vzduchu

Turistický a poznávací tábor pro všechny malé i větší dobrodruhy, každý den výlet, objevování, tvoření.

Věk 4–12 let

Cena: 3400 Kč (3000 Kč sourozenec)

Termíny: 15.–19. 7., 5.–9. 8. 2024

Strava: vlastní

Hledáme písničku

Tradiční knoflíkový hudební tábor zakončený pátečním vystoupením pro malé i velké.

Věk 4–10 let

Cena: 3900 Kč (3500 Kč sourozenec)

knoflík HUDEBNÍ knoflík
kulturní a rodinné centrum

Termíny: 8.–12. 7., 22.–26. 7. 2024

Strava: 2x svačina, oběd, pitný režim

Léto v pohybu

Tábor pro děti, které se chtějí hýbat a vyzkoušet si různé sporty a druhy pohybu. Součástí je i celodenní výlet.

Věk 5–12 let

Cena: 3900 Kč (3500 Kč sourozenec)

Termín: 12.–16. 8. 2024

Strava: 2x svačina, oběd, pitný režim

Prahou za hudbou

Turisticko-tvořivé dobrodružství v Praze i v okolí. Hudba nás bude doprovázet, bude znít, budeme ji objevovat, kreslit, tvořit.

Věk 6–12 let

Cena: 3400 Kč (3000 Kč sourozenec)

Termín: 19.–23. 8. 2024

Strava: vlastní

Více informací o akcích a kurzech a zápis do nich je možný osobně v Kavárně Knoflík (Kulturní a rodinné centrum Knoflík, Jablonecká 723/4, Praha 9), e-mailem recepce@centrumknoflik.cz nebo na sociálních sítích a stránkách www.centrumknoflik.cz. Text a foto: Marcela Tůmová

Místo setkávání Colben centrum

Moderní komunitní Colben centrum (za stanicí metra Kolbenova) slaví první rok. Dětem i dospělým poskytuje mnoho příležitostí pro vytváření nových přátelství, sousedská setkávání, sportovní aktivity, vzdělávací kurzy a mnoho zábavy.

V Colben cowork zvládnete v pohodě také své pracovní povinnosti, když vám chybí klidné zázemí nebo vás všude doprovází nejmladší ratolet. O její program se zatím postará profesionální chuvička.

Pro zapálené hráče deskových her je již několik měsíců otevřen Klub deskovek. Stojí za to si přijít zahrát i s celou rodinou.

Zábavné a obohacující zážitky z komunitního centra umocní káva, nápoje a občerstvení z vlastní kuchyně kavárny Colben Café. Kavárna je otevřena třikrát týdně společně s herníčkou, která je pro nejmenší návštěvníky zdarma. Často se tu konají také oblíbené tematické brunche.

Kurzy pro dospělé (od února)

Full Body: trénink zaměřený na posílení celého těla (pondělí 17.30–18.30)

Jóga s Martinou: ranní lekce vinyasa jógy (čtvrtek 7.00–8.00)

Jóga s Martinou: večerní lekce jógy (čtvrtek 18.15–19.15)

Angličtina se Zuzkou: ranní lekce (pondělí 8.30–10.00)

Kurzy pro děti (od února)

Program s Montessori prvky v AJ: kurz pro děti 1 až 3 roky (středa 8.15–9.00)

Cvičení s kojenci a batolátky: kurz pro děti 1 až 3 roky (středa 9.30–10.00)

Angličtina hrou: pro děti 4 až 7 let (středa 16.15–17.00), pro děti 8 až 12 let (středa 17.15–18.00)

Jóga pro děti: pro děti 4 až 7 let (čtvrtek 17.30–18.15)

Logohrátky s Vyslovuj.cz: pro děti 4 až 7 let (úterý 16.45–17.15/17.20–17.50)

Text a foto: Petra Kopuleťá



Prohlídky Prahy s průvodcem zdarma

Asociace průvodců ČR zve širokou veřejnost na tradiční bezplatné prohlídky Prahy u příležitosti Mezinárodního dne průvodců v sobotu 24. února 2024 od 14 hodin.



Sraz účastníků je před bazilikou svatého Petra a Pavla na Vyšehradě. Na prohlídky se není třeba předem hlásit. Průvodci připravili několik tras včetně prohlídky pro rodiny s dětmi. Obdobné prohlídky se konají v dalších sedmnácti městech ČR. Více na www.asociacepruvodcu.cz

ASOCIACE PRŮVODCŮ ČESKÉ REPUBLIKY

Krasobruslaři na střížkovské misi

Krátce před Vánoci zažil Střížkov neobvyklou akcí. Na zamrzlé fontáně v parku Přátelství předvedli 16. prosince své umění přední světoví krasobruslaři, kteří vystupují v muzikálu Popelka na ledě.

O svých pocitech z vystoupení se s námi podělili profesionálové Laura Barquerová (Španělsko) a Marco Zandron (Itálie), kteří spolu tvoří závodní krasobruslařský pár.

Na vaší exhibici bylo plno dětí a některé možná napadlo, že by se také chtěly stát profesionálními krasobruslaři. Jak je to těžké?

Laura: Pro nás je moc příjemné vystupovat před dětmi, protože některé z nich můžeme inspirovat k tomu, aby začaly snít o tom, že se stanou krasobruslaři. Trénink je časově hodně náročný, ale myslím si, že se to těm, kteří vytrvají, v mnohém vrátí. A to nejen dětem. Zkoušet se zlepšovat v bruslení bych doporučila i dospělým.

Marco: Tréninkem strávíte spoustu času, protože krasobruslení je podle mě jeden z nejnáročnějších sportů. Je to dáno i tím, že se pohybujete na povrchu, který není člověku přirozený. Teprve až si na něj zvyknete, můžete začít zkoušet nové prvky, jednoduché a pak i komplikovanější skoky. A pořád je co zlepšovat. V zemích, odkud pocházíme (v Itálii a ve Španělsku), není bruslení tak populární a málokdy ho uvidíte v televizi. Proto se ho snažíme všemožně propagovat.

Hodláte se po skončení aktivní kariéry věnovat trénování?

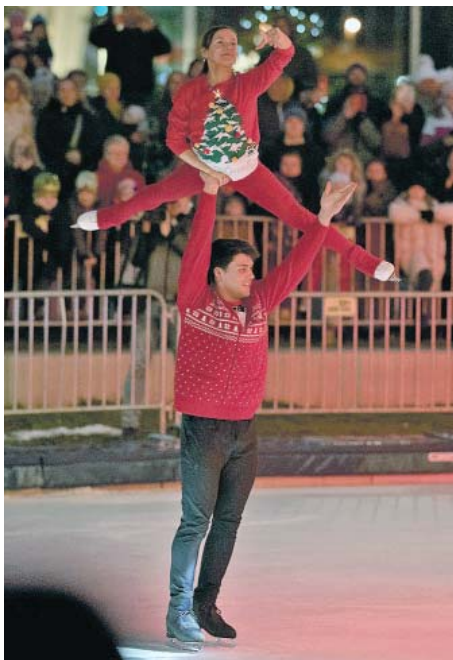
Laura: Ano, stát se trenérkou je jeden z mých cílů. V kontaktu s bruslením bych chtěla zůstat po celý život a myslím si, že trénovat a inspirovat děti je po kariéře aktivního sportovce to nejzajímavější.

Marco: Tréninkem a učením stráví bruslaři spoustu času a byla by škoda tyhle informace nepředat dál. Pokud bych někdy v budoucnu trénoval, budu už vědět, které z vědomostí a poznatků předat dál, aby se moji žáci učili rychleji a lépe než kdysi já. A až vyrostou moji žáci, budou třeba zase učit lépe než já. A díky tomu se bude náš sport rozvíjet.

Je krasobruslení nebezpečné? Přece jen nemáte chrániče jako hokejisti.

Laura: Určitě, a ještě nebezpečnější je párové krasobruslení, protože se musíte sladit se svým parterem. Nehledě na to, že provádíte mnoho skoků, zvedaček a dalších akrobatických prvků, kterým se hokejisté snaží vyhnout. Myslím, že jsme trochu blázní, ale máme ten sport tak rádi, že jsme ochotni rizika podstupovat.

Marco: Velký obdiv si zasluhují hlavně holky, protože já jsem povětšinou blízko země-ledu, což není zdaleka tak nebezpečné. Ale zase je na mně větší zodpovědnost. Znáám spoustu kolegů, kteří se při tréninku nepřijemně zranili. Proto je nutné být



ve střehu a vnímat svoje tělo. Když se už necítíte a jste unavení, musíte včas vědět, kdy přestat.

Co říkáte na kluziště na Střížkově, věděli jste, že je to vlastně zamrzlá fontána?

Marco: Bylo to legrační. Když nám řekli, kde budeme mít vystoupení, hledali jsme na Google mapách, kde je hala. Ale na souřadnicích byla jen fontána. A když jsme přijeli sem a viděli místo na vlastní oči, bylo to WOW! To je fantastické!



A taky zvláštní. Nikdy jsem podobné místo neviděl.

Museli jste přizpůsobit své vystoupení tomuto místu?

Laura: Trochu ano. Na velkém kluzišti můžete bruslit prakticky všemi směry, ale tady se dá jezdit jen v kruhu. Ale je to zábava!

Dá se krasobruslením uživit?

Marco: Dá, ale musíte být hodně dobří. Navíc se hodí, když jste hodně aktivní na sociálních sítích. Já třeba moc nejsem a vím, že bych na tom měl zapracovat. Sponzoři vám pak dají víc a také vybavení. Hodně rovněž záleží na konkrétní zemi a federaci. Tam, kde není bruslení tolik populární, vyžijete jen dost těžko. Ale třeba v Japonsku, kde je krasobruslení téměř národním sportem, se dá uživit docela dobře. Proto jsme na misi, jejímž cílem je náš sport co nejvíce zpopularizovat. Naše skupina cestuje s představením Popelka a jsme skvělá parta! **▲ Martin Burda, foto: Lukáš Tóth**



LEDOVÉ HVĚZDY NA FONTÁNĚ STŘÍŽKOV

Hvězdné herecké obsazení, excelentní krasobruslařské výkony, náročná akrobatická čísla, speciální světelná kompozice – to byla skvělá krasobruslařská show, kterou připravila městská část Praha 9 v prosinci 2023 na ledové ploše kluziště Fontána Střížkov. Účinkovali v ní sólisté muzikálu na ledě Popelka, kteří jsou z Kanady, Itálie, Španělska, Francie, Ukrajiny, Rakouska, Slovenska a se show na ledě jezdí po sportovních halách po celém světě. Program moderoval Dalibor Gondík a k hostům patřila Radka Kovaříková, trojnásobná mistryně světa v krasobruslení, a autor a režisér muzikálu na ledě Jindřich Šimek. Ledová plocha kluziště Fontána Střížkov, která má 450 m², patří u nás k unikátním, protože je kulatá. Vyplňuje totiž celý prostor amfiteátru, v němž v letních měsících poskytují zábavu vodní stříky.

Slovenská strela

Co má společného kulturní vlak Slovenská strela a devíková ulice Sousedíkova? Spojuje je osobnost známého vsetínského vynálezce a zakladatele stejnojmenné elektrotechnické továrny Ing. Josefa Sousedíka. Letos uplyne 130 let od jeho narození a 80 let od jeho tragické smrti.

O životě a práci Ing. Josefa Sousedíka jsme v Rokytkách už několikrát psali. Připomeťme si tentokrát jeden z projektů, který nese jeho nezapomenutelnou stopu – Slovenskou strelu.

Je jen málo železničních dopravních prostředků, vlaků a lokomotiv, které si vydobýly v bývalém Československu doslova kulturní postavení. Slovenská strela se takovým ikonickým vlakem stala prakticky okamžitě, přestože do rozpadu Československa v roce 1939 jezdila na trati Bratislava – Praha jen necelé tři roky. Hlavními důvody této popularity byly elegantní aerodynamická karoserie a jízdní vlastnosti, vyplývající mimo jiné i z unikátního elektromechanického přenosu výkonu.

Kvalitní a rychlé cestování na rychlíkových trasách

Ve třicátých letech minulého století Československé státní dráhy (ČSD) chtěly v rámci modernizace zavést moderní rychlíkový dopravní prostředek, který by podstatně zvýšil kvalitu i rychlost cestování po železnici na hlavních rychlíkových trasách. Takovou trasou byla především „osa republiky“ Praha – Brno – Bratislava. Proto byl vyhlášen tendr s mezinárodní účastí, kterého se mimo jiné zúčastnila i tehdejší renomovaná italská firma Litorino a další. Firma Ringhoff



Josef Sousedík před Slovenskou strelou

er Tatra ovšem postavila silný tým, v jehož čele stál konstruktér Ing. Hans Ledwinka, zajímavý interiér Slovenské strely měl „na svědomí“ renomovaný architekt Vladimír Grégr a unikátní elektromechanický přenos výkonu do projektu dodal „moravský Edison“ Josef Sousedík ze Vsetína.



Interiér Slovenské strely

tantských zřászích do interiéru a vyřazení z provozu skončil nakonec v tatrováckém muzeu v Kopřivnici, kde pod venkovní stříškou vlivem počasí pomalu korodoval.

Národní kulturní památka

Když byla Slovenská strela prohlášena za národní kulturní památku, natočila Česká televize reportáž o jejím katastrofálním stavu. Naštěstí noví čeští majitelé Tatra Trucks měli velký zájem o napravení tohoto stavu a požádali zkušebního odborníka Jiřího Střechu, aby připravil podklady pro náročné restaurování strel. Hlavním dodavatelem prací se stala Českomoravská železniční opravena v Přerově, která pracovala na karoserii a podvozku, elektrickou část restaurovala Mezopravna ve Vsetíně, repliky čalouněných sedaček vyrobilo rodinné čalouničtví manželů Kupkových v Ostravě a spalovací motory repasovala kopřivnická firma Macháč – Motors.

Zároveň vedle nádraží v Kopřivnici byl postaven nový prosklený depozitář u nového Muzea nákladních automobilů Tatra pro důstojné parkování strel.

Osudy lidí spojených se Slovenskou strelou

Za zmínku stojí i připomenutí osudů většího „aktérů“ spojených se strelou. Pro většinu z nich byla třicátá léta minulého století vrcholem jejich kariéry, čtyřicátá léta pak katastrofou.

Baron Ringhoff byl po roce 1945 vydán sovětům a zahynul v internacím táboře Mühlberg an der Elbe v prosinci 1946. Architekt Vladimír Grégr byl za svoji odbojovou činnost popraven nacisty v únoru 1943 ve věku 40 let. Hans Ledwinka byl v červnu 1945 zatčen československými orgány a uvězněn na šest let za „napomáhání válečnému úsilí Německa“ a poté vyhoštěn do Německé spolkové republiky. Josef Sousedík byl jako velitel odboje na Valašsku zatčen gestapem 15. prosince 1944 a ještě téhož dne při výslechu ho zastřelili. Po porážce Slovenského národního povstání přivedl Sousedík na Valašsko partyzánskou brigádu Jana Žižky v čele s legendárním majorem Murzinem. Slovenská strela se díky kolektivu nadšenců jednotlivců i firem opět vrátila do své původní krásy a je turistickou atrakcí muzea v Kopřivnici a na tratičích je vidět při významných výročí.

Tomáš Sousedík

Foto: archiv Tomáše Sousedíka



ROKYTKA Zpravodaj občanského sdružení Vlastivědný klub Prahy 9

Rokytky vychází jako samostatná příloha měsíčníku Devítka, vydávaného MČ Praha 9. Adresa redakce: Vlastivědný klub Prahy 9, městská část Praha 9, Sokolovská 14/324, 180 49 Praha 9



Vpředu motory pro pražské trolejbusy, za nimi zařízení generátor pohonu elektrického přenosu Slovenské strelky na zkušebně

Sousedík byl pro Tatra Kopřivnice výhrou

Československé ministerstvo železnic nakonec zadalo zakázku Tatře Kopřivnice, která zněla na „...dva samostatné rychlé motorové vozy druhé třídy pro maximální rychlost 130 km/h.“

Při zkouškách byl vyzkoušen jak benzinový, tak i diesellový motor, ale ten se ukázal nakonec jako příliš hlučný.

To, že Ing. Ledwinka jako šéf projektu přizval ke spolupráci na vyřešení přenosu výkonu známého vsetínského vynálezce a zakladatele stejnojmenné elektrotechnické továrny Josefa Sousedíka, nebyla náhoda. Sousedík měl už ve dvacátých letech patentován a realizován hybridní elektromobil jako jeden z prvních na světě. V publikaci „Josef Sousedík – nezapomenutelný vynálezce, továrník, politik a vlastenec“ z roku 2019 o tom autoři píší: „Pro vlastní pohonnou jednotku se však (Ledwinka) rozhodl pro spolupráci se skutečným odborníkem. Na jeho žádost proto vstoupil v roce 1935, pouhý rok před zahájením pravidelného provozu Slovenské strelky, do konstrukčního týmu elektrotechnik, vynálezce a konstruktér Josef Sousedík, který byl pověřen řešením přenosu výkonu Slovenské strelky. Sousedík se tohoto úkolu zhostil s neuvěřitelnou entuziasmem a již 25. února 1936 patentoval pod číslem 57576 princip elektromechanického přenosu výkonu včetně jeho řízení.“

Ministerstvo železnic rozhodlo 17. února 1936, že vozy Slovenské strelky budou mít višňově červenou barvu se střechou v barvě „starého zlata“.

Rekord už při zkušební jízdě

Necelé dva měsíce před první pravidelnou jízdou (3. června 1936) byla provedena zkušební jízda na trati Pterov – Česká Třebová a zde na úseku 500 metrů dosáhl jeden z vozů strelky rychlosti 148 km/h, což byl nový rychlostní rekord na tratích ČSD. Průměrná rychlost na zkušebním úseku byla 110 km/h. Doba jízdy na hlavní trase Praha

– Bratislava (397 km) byla zkrácena na 4 hodiny a 18 minut a tato doba až do výstavby současného železničního koridoru nebyla nikdy překonána. Dva dny po zkušební jízdě vystavila Tatra Kopřivnice fakturu na výrobní čísla obou vozů ve výši 2 036 097,10 Kč.

Sousedíkův patent vzbudil obdiv

Předváděcí veřejná jízda strelky proběhla 30. června 1936 a zúčastnili se jí mimo jiné zástupci ministerstva železnic Koller a Křížík, prezident ČSD v Bratislavě Burian, zástupci obchodních komor z Bratislavy, Brna a Prahy, prezident Zemědělské rady moravsko-slezské Rozkošný, primátor Bratislavy Krno, za koncern Ringhoffer-Tatra baron Ringhoffer, šéfkonstruktér Ledwinka a také vynálezce Josef Sousedík a samozřejmě i pozvaní novináři. Jeden vůz vyjel z Prahy a druhý z Bratislavy a v Pterově se setkali. Deník Národní politika o tom pak napsal: „V úterý jela Slovenská strela, dlouho to oznamovaný a s velkým zájmem očekávaný motorový vůz ČSD, první velkou zkušební jízdou. Laskavostí ministerstva železnic mohli se novináři pražští a bratislavští s vlastní zkušeností seznámit s tímto vozem a posoudit jeho vlastnosti. Nuž tedy, novináři byli překvapeni a nevycházeli z obdivu k tomuto novému železničnímu vozidlu, cele pocházejícímu z materiálů domácích a z myšlenek a práce našich lidí. Především má Slovenská strela ideálně plynulé rozjíždění a zpomalo-



Vůz Slovenská strela je jedinečný celkovým technickým, konstrukčním a výtvarným řešením v období přechodu od parní k motorové trakci. Principem patentu Ing. Sousedíka bylo využití dvou druhů pohonu, kdy se vůz pro okamžité dosažení rychlosti rozjížděl na elektrický pohon (elektromotor), který se s postupným zapojením mechanického přenosu (benzínový šestiválcový benzinový motor) při rychlosti 85 km/h odpojil. Vůz tak dosáhl rychlosti 100 km/h do dvou minut. V celorepublikovém i světovém kontextu jde o unikátní motorový vůz vyroběný pouze ve dvou kusech (zachoval se jen jeden) v letech 1935–1936 firmou Ringhoffer TATRA v Kopřivnici.

vání, ač má ohromnou akceleraci. Rychlostní plynulost souvisí s tím, že Slovenská strela má převod síly na soukolí vozu docela nové soustavy, nikde na světě dosud nezavedené. Je to tzv. mechanicko-elektrický převod, patent našeho továrníka Josefa Sousedíka...“ Oba vozy strely byly přiděleny do domovského depa Bratislava, proto i provozní nápisy v obou vozech byly ve slovenském jazyce.

Válka byla pro strelu začátkem konce

Podle vzpomínek tehdejšího strojívdce Slovenské strelky Františka Pořádka byly za německé okupace oba vozy odstavené na Masarykově nádraží v Praze, protože nebyl dostatek benzinu. Vyjížděly jen příležitostně na trase Praha – Plzeň pro potřeby okupační

moci. Gestapo činilo odpovědným českého strojívdce za hanlivý nápis na Hitlera, který se zde objevil.

Na konci války jednou týdně přepravovala strela z Norimberku do západočeských lázní skupiny amerických vojáků ke krátkému oddechu.

Po druhé světové válce byly oba vozy ještě několik let využívány k různým účelům, za zmínku stojí, že právě jediný dochovaný vůz sloužil také po roce 1945 k jízdám z Prahy do Norimberka, převážel tam svědky a podkladové materiály pro mezinárodní norimberský soud s válečnými zločinci.

Nový totalitní režim po roce 1948 nechal jeden vůz strelky shořet a ke druhému se také nechoval zrovna šetrně. Po několika dle-

Do knihoven za knížkami i zábavou

Dvě pobočky Městské knihovny v Praze – ve Vysočanech a na Proseku – připravily především pro děti a mladé čtenáře řadu zajímavých akcí.

**Městská knihovna v Praze,
pobočka Vysočany, Zbuzkova 285/34,
Praha 9:**

5. února od 16 hodin

Origami – výtvarná dílna

Skládání z papíru pro malé i velké pod vedením zkušené lektorky. Dílna bude probíhat v češtině a ukrajinštině. Vstup zdarma.

7. února od 16 do 18 hodin

Deskovky ve Vysočanech:

Hraní pro děti s rodiči

Pravidelný klub deskových a karetních her pro předškolní děti s rodiči. V pobočce Vysočany je volně přístupná malá kolekce deskových her pro prezenční hraní, kterou tu každý měsíc obměňují. První středa v měsíci pak patří společnému hraní. Vstup zdarma.

Čtvrtek s pohádkou:

Čtení pro děti s výtvarnou dílnou

Přijďte si s dětmi do pobočky Vysočany společně poslechnout příběh a nakreslit

k němu obrázek. Program je připraven pro předškolní děti od dvou do šesti let. Každý čtvrtek od 17 hodin. Vstup zdarma.

15. února od 17 hodin

Pohádková babička ve Vysočanech

Čtvrtek ve Vysočanech patří čtení a tentokrát bude dětem číst přímo pohádková babička. Vstup zdarma.

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

20. února od 16.30 hodin

**Přednáška k 200. výročí narození
Bedřicha Smetany**



Badatelé Tomáš Daněk a Pavel Hnízdil seznámí s méně známými životními osudy slavného hudebního skladatele. Pokusí se rozkrýt záhadné okolnosti nemoci a smrti tohoto hudebního génia a posluchačům přiblíží i strastiplnou cestu k tomu, jak se stal světově uznávaným umělcem. Přednáška se koná v 1. patře knihovny. Zdarma.

27. února od 17 hodin

Pohádková babička na Proseku

Každé poslední úterý v měsíci zveme do knihovny naše nejmenší návštěvníky. 27. února nás opět navštíví pohádková babička a přečte nejmenším posluchačům vybraný, zajímavý příběh z knížky pro děti. Čtení je určeno pro předškoláky a děti mladšího školního věku. Zdarma. ▲ Alžběta Pavlíčková, Eva Neudörfllová



Skvělá zábava v Domě dětí a mládeže Praha 9

S únorem přichází pololetní a jarní prázdniny. Zpříjemní vám je v Domě dětí a mládeže Praha 9. Ale pestrou nabídku činností tu mají připravenou i pro dny, kdy prázdniny nejsou.

Noc a den v DDM

I Dům dětí a mládeže Praha 9 se účastní celorepublikové akce Noc a den v DDM. Během pololetních prázdnin (čtvrtek 1. února a pátek 2. února) máte možnost navštívit DDM na Proseku a vybrat si z více než dvaceti workshopů, které tu chystají. Těšit se můžete na sportovní hry, tanec, 3D tisk, programování, tvoření a mnoho dalšího. Na jednotlivé workshopy je třeba se předem přihlásit na webu DDM Praha 9, kde je zveřejněn také kompletní program.

Sushi Master

18. února proběhne další díl Sushi Mastera, kde se zájemci opět naučí, jak připravovat vybrané druhy této světoznámé pochoutky.

Masopustní tvoření a karneval

Neděle 25. února bude věnována masopustnímu tvoření. Toto odpoledne předchází pohádkovému karnevalu, který se uskuteční následující sobotu 2. března.



DDM Praha 9

Deskohraní

3. března se koná Deskohraní pro děti i dospělé s turnajem ve hře Taco, kočka na odvrácené straně.

Co dělat o jarních prázdninách?

A co v DDM Praha 9 chystají na jarní prázdniny? 12.–16. února se uskuteční tradiční Jarní sportovní příměsták. Letos si kromě bruslení a curlingu zájemci vyzkouší také házenou, korfbal či ringo.

Přihlaste se na letní tábory!

Od 15. ledna je spuštěno přihlašování na letní příměstské i pobytové tábory. Ještě máte šanci si některá místa ulovit! Více informací o jednotlivých akcích, táborech a kroužcích a přihlášení na ně naleznete na www.ddmpraha9.cz. ▲ph

INFO

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE PRAHA 9

Měšická 720/2
www.ddmpraha9.cz

Únor U Brabců

Koncert spojený s křestem alba, disco-party, masopust a Chytrý kvíz – to všechno je v únoru na programu v Plzeňce U Brabců, Na Proseku 2/11, Praha 9.

Rezervace na tel.: 602 283 023. Změna programu vyhrazena.

1. února od 19 hodin

VEČER S PETREM KOCHANEM PK BANDEM
koncert a křest alba Mr. Country

6. února od 19 hodin

CHYTRÝ KVÍZ
moderovaný program, soutěž týmů o skvělé ceny

10. února

MASOPUST

13. února od 19 hodin

CHYTRÝ KVÍZ
moderovaný program, soutěž týmů o skvělé ceny

20. února od 19 hodin

CHYTRÝ KVÍZ
moderovaný program, soutěž týmů o skvělé ceny

23. února od 19 do 22.30 hodin
DISCO PARTY

DJ HANNYS hraje 80' / 90' CZ hity

27. února od 19 hodin

CHYTRÝ KVÍZ
moderovaný program, soutěž týmů o skvělé ceny ▲




START LETOŠNÍ SEZÓNY

15. 3. 2024 od 11 do 21 hod.

3 JÍZDY JEN ZA 100 Kč

KE KAŽDÉ
ZAKOUPENÉ JÍZDENCE
TOČENÁ MALINOVKA 0,3L
ZDARMA.



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: 21. 2., 20. 3., 17. 4., 15. 5., 19. 6. 2024

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.

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 (vždy středa).

Termín: 21. 2., 6. 3., 20. 3., 3. 4., 17. 4., 15. 5., 5. 6. a 19. 6. 2024

Vždy první a třetí středu v měsíci: JUDr. Radek Nápravník

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 tradici 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.



UPOZORNĚNÍ PRO NÁVŠTĚVNÍKY AKCÍ MČ PRAHA 9

Akce MČ Praha 9 jsou monitorovány

Městská část 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

KAM NA ÚŘAD PRÁCE ČR

Úřad práce Českolipská 421/1, Praha 9-Střížkov

Vyřizuje:

- dávky státní sociální podpory (příspěvek na bydlení, rodičovský příspěvek, přídavek na dítě, porodné, pohřebné)
 - dávky hmotné nouze (doplatky na bydlení, příspěvek na živobytí, mimořádná okamžitá pomoc)
 - dávky péčovské péče
- Sídlí tu také agenda zaměstnanosti.

Úřad práce Jablonecká 724/6, Praha 9-Prosek

Vyřizuje:

- příspěvky na péči
- dávky pro osoby se zdravotním pojištěním

KONTAKTY KOSTELŮ

KOSTEL SV. VÁCLAVA



Římskokatolická farnost při kostele sv. Václava, U Proseckého kostela 3/5, Praha 9 - Prosek, tel.: 602 709 177
Pravidelné bohoslužby: st, pá 18.00; čt, so 8.00, ne 10.00, 18.00
Mimořádné bohoslužby naleznete zájemci spolu s dalšími informacemi na webu: <http://farnostprosek.cz/>

EVANGELICKÁ CÍRKEV



Farní sbor Českobratrské církve evangelické, U Pošty 1098/6, Praha 8 - Libeň, tel.: 777 823 540
Pravidelné bohoslužby: neděle 9.30

KOSTEL SV. VOJTĚCHA



Římskokatolická farnost při kostele sv. Vojtěcha, U Meteoru 599, Praha 8 - Libeň, tel.: 283 892 404
Pravidelné bohoslužby: úterý, sobota 17.00, neděle 10.00

KOSTEL KRISTA KRÁLE



Římskokatolická farnost při kostele Krista Krále, Kolbenova 658/14, Praha 9 - Vysočany, tel.: 283 892 404
Pravidelné bohoslužby: středa, pátek 17.00, neděle 8.30

RE-USE NA ŠKOLÁCH

24. 2. 2024 | 16. 3. 2024 | 20. 4. 2024
18. 5. 2024 | 8. 6. 2024 | 21. 9. 2024
19. 10. 2024 | 16. 11. 2024 | 7. 12. 2024

Kurz oprav drobného nábytku



Máte doma oblíbený dřevěný kousek nábytku, který potřebuje oživit, aby byl zase hvězdou Vašeho interiéru? Přihlaste se na náš kurz!

Co je vhodné přinést na kurz?

Menší kusy celodřevěného nábytku

Cena kurzu

700 Kč

Co s sebou?

1 kus nábytku a pracovní oděv

Kde?

STŘEDNÍ ODBORNÁ ŠKOLA JAROV
Užhovská 100/1
190 00 Praha 9

Registrace na: andrlik@skolajarov.cz

Co si odnesete?

Zrenovovaný kousek nábytku,
nové znalosti a postupy



skolajarov.cz odpady.praha.eu

VÁNOČNÍ STROMKY DO POPELNICE NEPATŘÍ

Ještě po celý únor je zajišťován odvoz vánočních stromků. V případě, že máte veřejně přístupnou popelnici nebo kontejner na směsný odpad, lze stromky volně odložit vedle nich. V ostatních případech, tj. činžovní a rodinná zástavba nebo v případě umístění nádob v klecovém stání, prosíme o odložení vánočních stromků k nejbližším sběrným nádobám na tříděný odpad. Vyhozené vánoční stromky rozhodně nepatří do sběrných nádob na směsný odpad, protože výrazně snižují jejich kapacitu. Občané by měli stromky vyhazovat ideálně den před odvozem komunálního odpadu, aby nedocházelo k jejich přílišnému hromadění v ulicích po zbytečně dlouhou dobu. Pokud dosloužil umělý stromek, patří do sběrného dvora.



VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY

Službu přistavování velkoobjemových kontejnerů (VOK) zajišťuje firma AVE Pražské komunální služby s.r.o. V únoru není služba přistavování velkoobjemových kontejnerů poskytována. Velkoobjemové kontejnery nejsou určeny pro odkládání objemného (nebo jiného) odpadu podnikatelskými subjekty. Kontejnery jsou přistaveny do naplnění, pak jsou bez náhrady odvezeny. U kontejnerů je obsluha, která koordinuje ukládání odpadů.

Do VOK patří tyto odpady:

Nábytek, koberce a linolea, lyže, snowboardy, kola, velká zrcadla, umyvadla a WC mísy.

Do VOK nepatří:

Lednice, televizory a počítačové monitory, zářivky a výbojky, autobaterie, jiné nebezpečné odpady.



SBĚRNÝ DVŮR PRO PRAHU 9

Adresa:

Pod Šancemi 44/1, Praha 9
Tel.: +420 739 682 180

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 www.psas.cz/sberne-dvory

Sběrné dvory Pražských služeb, a.s., tvoří nedílnou součást systému nakládání s komunálním odpadem na území hl. m. Prahy. 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. 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)
- stavební odpad (vytříděný bez jiných složek odpadů) do 12 m² za kalendářní rok
- 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 umělohmotných obalech)
- samostatné tonery
- 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
- zářivky, úsporné žárovky
- výbojky

Ve sběrném dvoře Pod Šancemi nelze odevzdat:

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

ReUSE point Pod Šancemi: Místo, kde věci dostávají druhou šanci. Více na www.nevyhazujto.cz/user/62784

den	datum	počet VOK	čas	stanoviště
So	2. 3.	2	8.00-12.00	Vysočanské nám. x Prokopka
			9.00-13.00	Jablonecká x Šluknovská
Po	4. 3.	1	15.00-19.00	Bílinská x Litvínovská
Út	5. 3.	2	14.00-18.00	K Lipám x Chrástavská
			15.00-19.00	Nad Krocínkou x Obvodová
So	9. 3.	2	8.00-12.00	Pod Harfou x Kabešova
			9.00-13.00	nám. Na Balabence - boční vstup ZŠ
Po	11. 3.	1	15.00-19.00	Veltruská x Litvínovská
Út	12. 3.	2	14.00-18.00	Prosecká 131
			15.00-19.00	Matějkova x Čihákova - u bývalé KB
So	16. 3.	2	8.00-12.00	Vysočanská 39/576
			9.00-13.00	Kytlická - proti zdravotnímu středisku
Po	18. 3.	1	15.00-19.00	Na Břehu x Mlékárenská
Út	19. 3.	2	14.00-18.00	Pešlova x Paříkova
			15.00-19.00	Skloněná u č. 8
So	23. 3.	2	8.00-12.00	Jablonecká u č. p. 715/9
			9.00-13.00	Vysočanská 113/243
Po	25. 3.	1	15.00-19.00	Lihovarská u č. 11
Út	26. 3.	2	14.00-18.00	Rumburská x Litvínovská
			15.00-19.00	Poděbradská x Podkovářská

Výběrové řízení na pronájem obecních bytů formou aukce

Starosta MČ Praha 9 vyhlásil 1. února 2024 výběrové řízení na pronájem bytů ve správě MČ Praha 9 za smluvní nájemné, a to formou aukce. Uzávěrka pro podání přihlášek do aukce je 29. února ve 12 hodin. Aukce proběhne 4. března 2024 v 16 hodin v budově Úřadu MČ Praha 9, zasedací místnost č. 205.

Do aukce půjdou tyto bytové jednotky:

1. Bytová jednotka č. 297/19, v domě č. p. 297, Na Břehu 23, Praha 9-Vysočany
1+1 ve IV. podlaží, bez výtahu, podlahová plocha vč. sklepa 63,62 m²
Minimální výše nájemného 260 Kč/m²/měsíc,
měsíční nájemné minimálně 16 541 Kč
Doba nájmu určitá: 2 roky
s možností automatického prodloužení

2. Byt č. 38, v domě č. p. 758, Nemocniční 6, Praha 9-Vysočany
1+0 ve IV. podlaží, bez výtahu, podlahová plocha vč. sklepa 26,16 m²
Minimální výše nájemného 250 Kč/m²/měsíc,
měsíční nájemné minimálně 6 540 Kč
Doba nájmu určitá: 2 roky
s možností automatického prodloužení

3. Bytová jednotka č. 965/14, v domě č. p. 965, Sokolovská 183, Praha 9-Libeň
1+0 ve III. podlaží, s výtahem, podlahová plocha 19,90 m²
Minimální výše nájemného 250 Kč/m²/měsíc,
měsíční nájemné minimálně 4 975 Kč
Doba nájmu určitá: 2 roky
s možností automatického prodloužení

4. Byt č. 25, v domě č. p. 1511, U Svobodárny 18, Praha 9-Libeň
1+1 v V. podlaží, bez výtahu, podlahová plocha 32,30 m²
Minimální výše nájemného 250 Kč/m²/měsíc,
měsíční nájemné minimálně 8 075 Kč
Doba nájmu určitá: 2 roky
s možností automatického prodloužení

5. Byt č. 35, v domě č. p. 1511, U Svobodárny 18, Praha 9-Libeň
1+0 v VI. podlaží, bez výtahu, podlahová plocha 31,70 m²
Minimální výše nájemného 250 Kč/m²/měsíc,
měsíční nájemné minimálně 7 925 Kč
Doba nájmu určitá: 2 roky
s možností automatického prodloužení

Výběrové řízení, včetně jednotlivých bytů, je zveřejněno na elektronické úřední desce Městské části Praha 9: www.praha9.cz/
Úřad a samospráva/úřední deska/kategorie Výběrové řízení na pronájem bytu.
Zápisné do aukce činí 30 000 Kč.

Přihláška do aukce musí být podána na formuláři „Přihláška do aukce ve výběrovém řízení na pronájem bytu ve správě MČ Praha 9 za smluvní nájemné“ a s ověřeným podpisem. Zájemce přihlášený

do aukce je oprávněn licitovat o pronájem kteréhokoliv bytu zařazeného do aukce v daný aukční den. V případě úspěšného příklepu se však již nemůže účastnit aukce o pronájem dalších bytů.

Aukce se smí účastnit pouze řádně a včas přihlášení zájemci. Nepřihlášené osoby mají na aukci přístup jako přihlížející veřejnost.

Hodnotícím kritériem bude nabídnutá výše měsíčního nájemného bez zařizovacích předmětů (nabídková cena) při aukci. Na uzavření nájemní smlouvy bude aspirovat účastník aukce, který při licitaci v aukční den nabídne nejvyšší nabídkovou cenu a zároveň splní veškeré podmínky výběrového řízení. Podrobněji jsou podmínky výběrového řízení uvedeny v platných Zásadách pronájmu bytů ve správě MČ Praha 9 za smluvní nájemné ve výběrovém řízení, jejichž ustanovení zájemce podáním přihlášky akceptuje. Zásady i formulář přihlášky do aukce jsou k nalezení na www.praha9.cz/ Úřad a samospráva/Formuláře/Odd. bytové.

Termíny prohlídek bytů jsou stanoveny, výjimečně lze jiné dohodnout ve firmě Tommi-holding, s.r.o., U Svobodárny 1110/12, Praha 9, telefon: 284 812 032.

Podrobné informace podá Odbor správy majetku Úřadu MČ Praha 9, Mgr. Mikšková, telefon: 283 091 248, nebo Bc. Třeštková, telefon: 283 091 291. ▲

Co čeká účastníky aukce?

Aukce, na níž můžete získat byt, který byste si rádi za určitých podmínek pronajali, není žádný složitý proces.

Osm kroků k pronájmu:

1. Prohlídka bytů.
2. Podání přihlášky do aukce ve výběrovém řízení na pronájem bytu a zaplacení zápisného do aukce ve výši 30 000 korun. (Pokud nájemní byt získáte, bude zápisné po uzavření smlouvy započteno na kauci v rámci nájemní smlouvy. Zápisné vám bude vráceno v případě, že v aukci neuspějete. Pokud vítěz aukce nájemní smlouvu s MČ Praha 9 neuzavře, zápisné propadá.)
3. Účast v aukci ve stanoveném termínu.
4. Každý, kdo je přihlášen do aukce, se můžete ucházet o jakýkoliv z bytů, které jsou v nabídce.

5. O jednotlivé byty se licituje – každý účastník má číslo, které zvedne, když licitátor nabídne byt, o který má zájem.
6. Pokud je zájemců o jeden byt více, po výzvě licitátora každý řekne částku, o kterou je ochoten platit vyšší měsíční nájemné. Částku musí zvýšit minimálně o 100 korun. Byt získá ten, kdo nabídne nejvyšší nájemné.
7. Kdo v aukci získá nájemní byt (komu ho licitátor příklepne) se už nemůže ucházet o další byt.
8. Po aukci Rada Městské části Praha 9 ověří, zda vítěz aukce splňuje všechny podmínky, které jsou uvedeny v čestném prohlášení u přihlášky do aukce,

a pokud ano, uzavře s ním nájemní smlouvu.

„Nájemní smlouvu uzavíráme na dobu určitou v trvání dvou let s možností automatického prodloužení vždy o další dva roky a s možností písemné výpovědi nejpozději tři měsíce před skončením ujednané doby nájmu. Pokud by však nájemník porušoval povinnosti spojené s užíváním bytu, automatické prodloužení nájmu není možné,“ vysvětluje radní MČ Praha 9 a předseda bytové komise Rady MČ Praha 9 Zdeněk Davídek a dodává: „Byt, který zájemce v aukci získá, může užívat spolu s ostatními členy domácnosti, ale nemůže ho přepustit třetí osobě, a to ani rodinnému příslušníkovi.“ ▲mk

Nové hřiště v SK Praga Vysočany

Staré tenisové antukové hřiště ve fotbalovém areálu SK Praga Vysočany je již minulostí. Místo něho je k dispozici moderní víceúčelová sportovní a tréninková plocha s umělou trávou.

„Nové hřiště poslouží nejen ke zkvalitnění tréninkových jednotek fotbalistů, ale je určena také pro nohejbal, volejbal, florbal, badminton a tenis,“ říká předseda SK Praga Vysočany Petr Končický.

Staré antukové plochy se využívaly jen pro trénování nejmenších tenistů sousedního tenisového klubu, protože hřiště bylo již stavebně nevyhovující. „Ani vzhledem k jeho rozměrům tu nebylo možné pořádat zápasy. Velikost vyhovovala vlastně jen školičce pro děti, které se připravovaly k hraní tenisu,“ vysvětluje Petr Končický, proč nové hřiště vzniklo právě v těchto místech v sousedství tenisových kurtů, s nimiž má na jihozápadní straně společné oplocení. Navíc byl v uzavřeném areálu tento prostor poslední možností, kde vybudovat moderní plochu pro tréninky fotbalistů, jichž rok od roku v klubu přibývá.

Další moderní plocha k trénování

Stavební práce, které prováděla firma Biturbostav s.r.o., začaly v září 2023. V prosinci bylo v zásadě hotovo. Předvánoční sněhová nadílka a novoroční mrazy překa-



V září 2023 definitivně vzalo za své nevyhovující tenisové hřiště v areálu SK Praga Vysočany

zily jen poslední úpravy sportovní plochy, jako například lajnování.

Celkové náklady na akci dosáhly částky 5 181 185 Kč. Dotace ze státního rozpočtu přitom činila 3 626 829 Kč, devátá městská část poskytla individuální investiční účelovou dotaci ve výši 777 000 korun a zbytek doplatil vysočanský klub.

„Jsme rádi, že sportovci SK Praga Vysočany, ale i další kluby, spolky, školy či veřejnost budou mít novou možnost provozovat své pohybové aktivity na mo-



Nové hřiště s umělou trávou mohou využívat nejen fotbalisté

derním sportovišti,“ konstatuje místostarosta MČ Praha 9 Adam Vážanský a dodává: „Velkým benefitem moderního hřiště je i zásadní zvýšení bezpečnosti při provozování sportovních aktivit a netýká se to jen prevence úrazů či zranění, ale také zatěžování pohybové soustavy.“

Od roku 2019 je to již třetí hřiště, které v areálu SK Praga Vysočany za finanční spoluúčasti klubu a městské části Praha 9 vzniklo. **mk, foto: SK Praga Vysočany**

Pragovka hledá novou správcovou/správce

Fotbalový oddíl SK Praga Vysočany, Sokolovská 986/304a, Praha 9, hledá pro svoje kabiny správcovou/správce.

Náplň práce: úklid kabin, praní a skládání dresů, jejich výdej na zápasy a příjem po zápasech

Požadujeme: flexibilitu, pečlivost, samostatnost a odpovědnost ke svěřenému

Nabízíme: přátelské prostředí, flexibilitu pracovní doby, finanční ohodnocení podle dohody a mimořádné odměny v červnu

a listopadu. Zajištění nápojů (káva, čaj, voda) na pracovišti.

Práce je vhodná především pro důchodce, případně invalidního důchodce, který má volné víkendy a rád by si něco přivydělal. Pracovní doba zahrnuje ve všední dny odpoledne a víkendy v době konání mistrovských zápasů podle předem da-

ných rozpisů od 1. března do 30. června a od 15. srpna do 30. listopadu každého roku.

Preferujeme zájemce o dlouhodobou spolupráci.

Zájemci mohou kontaktovat předsedu klubu Petra Končického, tel.: 737 255 538, e-mail: petr.koncicky@centrum.cz. **▲**

Každý jsme JINÝ
jedno máme SPOLEČNÉ

krpa.nabor@pcr.cz **MY JSME PRAŽSKÁ POLICIE** **703 823 840**

INZERCE

MYTÍ OKEN
NÍZKÉ CENY
— ČESKÁ FIRMA —
777 137 495

www.ceskydomov.cz

SC-502493/02

Na své by si měli přijít fanoušci i rezidenti

Mistrovství světa IIHF v ledním hokeji 2024 se po devíti letech vrací do České republiky. Šampionát se uskuteční od 10. do 26. května 2024 v Praze a Ostravě. Domácí reprezentace se divákům představí v O2 areně.

Kromě českého týmu se ve skupině A, která se hraje v hlavním městě, představí úřadující mistři světa z Kanady, Finsko, Švýcarsko, Dánsko, Norsko, Rakousko a Velká Británie. V Praze se odehraje celkem 28 utkání základní skupiny, dvě čtvrtfinále, oba semifinálové zápasy a medailová utkání o bronz a zlato.

Čeští hokejoví fanoušci jsou nadšení, rezidenti Vysočan a Libně žijící v blízkosti O2 areny již takovou radost nesdílí. Radnice Prahy 9 však podniká kroky k tomu, aby je konání světového šampionátu v ledním hokeji omezovalo – pokud možno – co nejméně.

Doprava a parkování

„Mistrovství světa v hokeji se v O2 areně konalo už v roce 2015 a tehdy se nám přijatá dopravní opatření v této oblasti osvědčila. Letošní dopravně inženýrské opatření stojí na stejných základech, ale protože jsou v současné době v okolí O2 areny zóny placeného stání, bylo třeba ho inovovat. S TSK Praha se nám podařilo vyjednat, že po dobu konání světového šampionátu, tedy po dobu tří týdnů, bude vytvořen parkovací systém pro oblasti kolem O2 areny, který dovolí vjezd pouze automobilům rezidentů,“ vysvětluje radní MČ Praha 9 Tomáš Holeček.

Podobně jako existuje parkovací systém 9.1 Vysočany a 9.2 Prosek vznikne systém 9.0 s dobou trvání na tři týdny pro lokalitu od Balabenky po ulici Na Břehu a zahrno-



vat bude i okolí Sparta arény v Podvinném mlýně. Do něho budou zaneseny registrační značky vozidel rezidentů, kteří využívají zóny placeného stání. Ti, kteří mají vlastní stání, budou muset SPZ svého vozu nahlásit sami (o podrobnostech této registrace, která je zdarma, budeme včas informovat).

V době zápasů mistrovství světa v hokeji bude oblast kolem O2 areny uzavřena pro všechna auta nerezidentů. Ve všední dny, kdy se budou konat dva zápasy, zhruba od 13 hodin. Vjíždět do této lokality budou moci jen rezidenti. Dohlížet na to budou strážníci Městské policie Praha v ulicích při vjezdech do oblasti, kteří budou mít k dispozici čtečky registračních značek a nedovolí vjet těm, kteří nebudou v systému 9.0 evidováni.

„Odbavování by tak mělo být rychlejší než před devíti lety, kdy se rezidenti museli prokazovat kartičkami s potvrzeným trvalým pobytem. Věříme, že tak budou po dobu konání mistrovství omezování co nejméně,“ vysvětluje Tomáš Holeček.

Bezpečnost

„Kontrola vjezdu aut do lokality u O2 areny je zároveň první bezpečnostní zónou kolem místa konání světového šampionátu. Druhou zónu bezpečnostního opatření budou tvořit betonové vodící stěny a zábrany City bloc kolem fan-zóny a v těsné blízkosti O2 areny,“ vysvětluje místostarosta MČ Praha 9 Adam Vážanský a dodává, že pro zajištění bezpečnosti požádala MČ Praha 9 vlastníka komunikací hl. m. Prahu také o zábor celé oblasti dotčené konáním této významné sportovní akce.

Oficiální fan-zóna bude za polyfunkčním domem Ocelot (v Ocelářské ulici) v objektu bývalé Technometry. Program v ní by měl končit s koncem hokejových zápasů.

„I když se snažíme dělat maximum proto, aby konání světového šampionátu v hokeji zasáhlo rezidenty devítky co nejméně, protože ne každý je nadšený hokejovým fanouškem, je třeba se připravit na zvýšený pohyb návštěvníků i hokejistů a jejich doprovodných týmů u O2 areny. Prosíme proto všechny o vstřícnost a trpělivost,“ dodává Adam Vážanský.

O dalších opatřeních organizátorů Mistrovství světa IIHF v ledním hokeji 2024 budeme průběžně informovat. [►mk](#)

Pojďte cvičit Taekwon-do

Škola Taekwon-do Dan-Gun, která vyučuje taekwon-do na Proseku již dvaatřicet let, pořádá v únoru 2024 nábor nových členů.

Nábor se týká dětí ve věku 6-12 let a dospělých nad 12 let. Všechny skupiny ve škole jsou děleny podle věku a dále i podle zvládnutého technického stupně. Cvičit zde uvidíte nejen děti, ale i dospělé ve věku nad 45 let. Děti začínají cvičit v přípravné skupině, v níž je trénink veden tak, aby podpořil rozvoj všeobecné motoriky pohybu se zaměřením na taekwon-do. Velice nenásilnou formou se tak seznámí s taekwondem a vylepší své pohybové dovednosti. Po zkouškách na technický stupeň jsou zařazeny do vyšších technických skupin, kde se plně začínají do tréninků taekwonda.

Dospělí ve své náborové skupině získají základní poznatky o tomto bojovém umění, které postupem času prohloubí, a mohou získat až černý pás.

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 je získáte na tel.: 603 246 433. [►Text a ilustraci](#)
foto: pp

Atletika Človíček – pro děti i dospělé

V letošním roce slaví Človíčky první kulaté narozeniny! Letos tomu bude deset let, co v Praze 9 vznikl dětský atletický oddíl Atletika Človíček. Pro děti i dospělé.

Atletika Človíček začínala v září 2014. Několik skupinek dětí, několik trenérů. Každým rokem nabobtnávala, rozrůstala se víc a víc. Členská základna se zvětšovala, úměrně tomu se rozšiřoval trenérský tým. Dnes Atletika Človíček patří mezi největší a nejvýznamnější oddíly registrované pod Českým atletickým svazem, které se orientují na atletickou školkou a minipřípravku. V Praze 9 trénuje ve Vysočanech a na Proseku (další pobočky má v Praze-Hostivaři, ve Struhařově a ve Vyskytně).

Rozšířte řady Človíčků i vy

Od února začínají i v oddíle Atletika Človíček tréninky druhého pololetí. Pokud máte zájem rozšířit jeho řady, neváhejte. Nováčci se mohou hlásit e-mailem na vysočany@atletikaclovecek.cz. Podrobné informace, včetně rozvrhu, ceníku a dalšího, naleznete na webu vysočany.atletikaclovecek.cz.

A trenéři Atletiky Človíček vám v následujících řádcích přiblíží, co všechno v oddíle dělají.

Atletika hrou

Dětem od tří let nabízíme pravidelnou odpolední volnočasovou aktivitu ve formě ATLETIKY HROU. V rámci pravidelných tréninků pomáháme dětem se všestranně pohybově rozvíjet. Učíme děti základním pohybovým dovednostem, učíme je správně běhat, házet, skákat. U starších dětí zdokonalujeme techniku, pilujeme správné provedení jednotlivých atletických disciplín. Nenásilnou formou s využitím her, tradičních a netradičních pomůcek. Trénujeme



Z Človíčkovských závodů



Trenérský tým Atletiky Človíček

jedenkrát týdně – mladší děti 60 minut, starší děti 90 minut. K trénování se snažíme co nejvíce využívat venkovní sportoviště, v zimní sezoně se ale stěhujeme do tělocvičen.

Dopolední Miniatletika a cvičení rodičů s dětmi

Atletika hrou není ale jedinou aktivitou Človíčka. I mladší děti jsou u nás vítány. Rodiče dvouletých dětí si mohou vybrat hned ze dvou variant cvičení:

- dopolední kurz Miniatletiky je určen dětem od 2 let věku, které zvládnou hodinku trénovat bez přítomnosti svého rodiče (cvičíme jednou týdně, každý čtvrtek 11-12 hodin)
- dopolední cvičení rodičů s dětmi je určeno pro chodící děti již od 1 roku. Cvičíme každé úterý a čtvrtek dopoledne a hodina je otevřena všem.

Kruhový trénink pro ženy

Možnost zlepšit kondičku, zformovat a zpevnit postavu nabízíme i maminkám v rámci pravidelného kruhového tréninku pro ženy. Cvičíme každé pondělí od 19.30 hodin.

Človíčkovské závody

Pravidelné tréninky a cvičení není to jediné, co Človíček přináší. Dvakrát ročně pořádáme veřejně přístupné závody na oválu Sparty v Podvinném mlýně. Zúčastnit se může i dítě, které u nás netrénuje – stačí,

že má chuť se hýbat. Naši malí atleti zde mohou zúročit své pravidelné trénování.

Na jaře nás čekají atletické závody DO TOHO!, v jejichž rámci závodí pouze děti. Rodiče fandí a poskytují svým ratolestem zázemí. Na podzim jsou pak do závodů zapojeni i rodiče, kdy závodí vždy ve dvojici s dítětem. Mají tak jedinečnou šanci vyzkoušet to, co naši malí atleti pravidelně trénují, ukázat svým dětem, že i oni dokáží zamakat. Výtěžek ze startovního Človíček věnuje na charitativní účely.

Bruslení s Človíčkem

Další charitativní akcí, kterou Človíček každoročně organizuje ve spolupráci se společností Život dětem, Galerie Harfa a MČ Prahy 9, je bruslení na střeše Galerie Harfa. Poslední bruslení proběhlo v polovině prosince 2023, kde Človíčky přispěli na léčbu malé Grětky.

Pobyty a tábory

Pro zpestření tréninkového roku vyjíždí Človíček dvakrát ročně na pobyt rodičů s dětmi. V zimě lyžujeme (sjezdujeme i běžujeme), v posledních letech jsme zařadili také výuku snowboardingu. V létě sportujeme na suchu. Na děti čeká vždy tematicky zaměřený program, rodiče částečně sportují s námi, částečně mají i vlastní program.

Starší děti (zhruba od 5 let) mohou s námi odjet na letní sportovní tábor bez rodičů.

Díky našim malým Človíčkům, rodičům a městské části Praha 9 za podporu, dodávají trenéři Atletiky Človíček. ▴



Zimní tábor Človíčků



Bruslení s Človíčkem

Vysočanské ragbyové derby Sparta–Praga

... se v tříapůlměsíční extralize bude hrát minimálně dvakrát. Ragbisté a příznivci ragby se 5. ledna 2024 dozvěděli o rozlosování svých soutěží pro letošní rok.

V evropském ragby svou krátkou dobou, za kterou se má odehrát, bude ragbyová soutěž v roce 2024 unikátní. Kromě toho, že začíná již 17. února 2024 prvním kolem třemi zápasy Sparta–Dragon Brno, Vyškov–Praga a Tatra–Říčany s doporučením, že všechna tři utkání lze odehrát při očekávaném nepříznivém počasí na umělém trávníku stadionu v Praze na Markétě, skončí již po třech měsících a dvou týdnech v červnu finálovým zápasem. Na podzim budou ragbisté hrát Pohár XV a předtím v létě se rozehrají sedmičkové soutěže.

Přesto všechno se ve Vysočanech v obou extraligových týmech na časově krátkou extraligu připravují.

Jak to vidí ve Spartě

„Třebaže účast v Poháru XV, ve kterém jsme 21. října 2023 prohráli až ve finále s Říčaný, lze považovat za úspěšnou, nejsme ve Spartě s touto soutěží spokojeni. Ragbyový rok 2023 pro kluby totiž skončil již 21. října 2023, a protože jsme tušili, že extraliga v roce 2024 začne už někdy v únoru, nepřerušili jsme tréninky a pokračovali s nimi v omezeném počtu i v listopadu, v prosinci a v lednu letošního roku jsme už najeli na rytmus pořádných čtyř tréninků v týdnu. V lednu se také zvýšil zájem hráčů o tréninky, což každého trenéra, který připravuje na utkání amatérské sportovce, potěší,“ světil se kouč Sparty Eduard Krütznér junior.

Připravuje se i Praga

Přípravu zahájila i Praga, která však vysočanská derby už dva roky nevyhrála. Ale i když není favoritem ani pro rok 2024, očekávají příznivci ragby, že právě při derby dvou vysočanských klubů uvidí zajímavou podívanou.



Derby Sparta–Praga patří k divácky nejzajímavějším utkáním ragbyové sezony

Výběr zajímavých zápasů z kalendáře ragbyové extraligy 2024:

17. únor 2024 (1. kolo) Sparta - Dragon Brno, Vyškov–Praga a Tatra–Říčany
2. března 2024 (3. kolo) Sparta–Praga
13. dubna 2024 (8. kolo) Praga–Sparta
25. května 2024 (semifinále). V něm se první tým tabulky utká se čtvrtým týmem tabulky a druhý tým tabulky se střetne se třetím týmem. Dále se bude hrát první utkání baráže, ve které pátý tým tabulky bude hrát se šestým týmem.
1. června 2024 (finále)
8. června 2024 (baráž, druhé utkání) pátý tým tabulky bude hrát odvetu se šestým týmem.

V kalendáři sice byly stanoveny uvečené termíny zápasů, ale právě proto, že jde o pražské týmy, mohou se utkání mezi Spartou a Pragou odehrát i v týdnu večer.

Kdy se utká Sparta a Praga?

„V základní části se mají odehrát dvě vysočanská derby, ale může se stát, že na sebe narazíme i později v semifinále nebo dokonce ve finále. Kdo ví, jak bude jarní liga probíhat. Nedávno jsem našel výstřižek z novin, kde se psalo o finále mezi Spartou a Pragou, které v minulém desetiletí vyhrála Praga. Na tom všem bylo nejzajímavější, že tým Prahy jsem tehdy trénoval já a tým Sparty Antonín Brabec, který nyní trénuje Pragu. Jinak padesátiletý Antonín Brabec jako odchovanec Tatry Smíchov je trenérem, který kromě Slavie Praha trénoval všechny ostatní klubové týmy v Praze a v Říčanech,“ zavzpomínal kouč Sparty Krütznér junior.

Příznivci vysočanských klubů jsou přesvědčeni, že týmy Prahy a Sparty se mohou po odehrání základní části potkat ještě jednou. A nemělo by jít vůbec o baráž o udržení v extralize. Tak proč ne ve finále? Praga si letos připomíná osmdesát let od založení klubu a ve svých řadách má například nejlepšího český hovořícího ragbistu roku 2022 Dana Hložka, dále disponuje nejlepším juniorem Tomášem Petříčkem i dalšími zkušenými hráči.

Ragbyová nej...

Není bez zajímavosti, že nejbližší to mezi soupeři ze všech českých ragbyových soutěží budou mít právě týmy Prahy a Sparty, jejichž hřiště leží od sebe 30 minut volné chůze kolem Rokytky. Naopak nejvzdálenější to budou mít hráči ragby týmů, které hrají druhou ligu, Havířova a společného týmu Českých Budějovic a Nýrsko. Mezi soupeři je vzdálenost 565 kilometrů nebo 571 kilometrů po železnici.

► Petr Skála, ceskeragby.cz, foto: Jiří Růžička



Použité spreje patří do směsného odpadu!

Při nesprávném třídění vzniká
riziko exploze a požáru.



VÍCE OBCHODŮ, VÍCE ZÁBAVY

Máme pro vás nové obchody s oblíbenými značkami,
kde se vybavíte na hory i na ples. A děti se mohou těšit
na parádní ledové kluziště na střeše Harfy.

DECATHLON

HalfPrice

MANGO

GANT

hebe
health & beauty



SC-502285/02

Nákupy a #RadostNavíc
galerieharfa.cz

 GALERIE
HARFA