

Tučňák

Měsíčník městské části Praha 4 • DUBEN 2022



PRAHA 4 POMÁHÁ UKRAJINĚ

Str. 4-5



- 1 MILION 500 TISÍC KORUN PRO BOJUJÍCÍ UKRAJINU
- 500 TISÍC KORUN NA POMOC OBYVATELŮM UKRAJINY PROSTŘEDNICTVÍM NEVLÁDNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE ČLOVĚK V TÍSNI
- BEZPLATNÉ POSKYTNUTÍ PROSTOR PRO HUMANITÁRNÍ STŘEDISKO ORGANIZACE UKRAJINSKO EVROPSKÁ PERSPEKTIVA
- UBYTOVÁNÍ VÁLEČNÝCH UPRCHLÍKŮ



Tučňák na webu

Zprávy z městské části Praha 4

Rada městské části Praha 4 na svém zasedání dne 23. února:



SOUHLASILA

- se směnou pozemků parc. č. 3170/2, 3170/3, 3170/16, 3172/1, 3172/3, 3172/4, 3172/5, 3172/6, 3172/7, 3172/8, 3172/9, 3172/10, 3172/11, 3172/12, 3172/13, 3172/14, 3172/15, 3172/16, 3172/17, 3172/18, 3172/19, 3172/20, 3172/21, 3172/22, 3172/23, 3172/24, 3172/35, 3172/38, 3439/97, 3439/98 v k. ú. Michle o výměře 10 382 m² ve vlastnictví hl. m. Prahy za pozemky parc. č. 69/2, 69/4, 69/6, 69/8, 71/2 v k. ú. Libeň o výměře 5 544 m² ve vlastnictví spol. EUROVIA CS, a.s., za účelem vybudování veřejné rekreační plochy parku na pozemcích v k. ú. Michle v souladu s platným územním plánem a narovnání majetkoprávních vztahů u pozemků v k. ú. Libeň, na kterých jsou umístěny budovy Úřadu MČ Praha 8 a část komunikace Povltavská;
- s prodejem pozemků parc. č. 2910/145 o výměře 198 m², parc. č. 2910/144 o výměře 158 m² a části pozemku parc. č. 2910/270 o výměře 22 m² vše v k. ú. Nusle ve vlastnictví hl. m. Prahy za účelem scelení s nemovitostmi ve vlastnictví žadatele

a vytvoření logického a funkčního celku za podmínky zřízení věcného břemene na pozemcích parc. č. 2910/131, 2910/136, 2910/143, 2910/153 v k. ú. Nusle ve vlastnictví žadatele pro zajištění veřejného průchodu mezi prostranstvím sídliště Pankrác II a ul. Na Pankráci;

ZÁSADNĚ NESOUHLASILA

- s omezením počtu přistavovaných velkoobjemových kontejnerů pro obyvatele MČ Praha 4. Hlavní město Praha opět výrazně omezilo kvótu přidělených kontejnerů, a to z obvyklých 636 kusů na 263 kusů ročně. Rada MČ Praha 4 proto žádá Radu hlavního města Prahy o urychlené zjednání nápravy a navrácení počtu přistavovaných kontejnerů na úroveň let 2018–2020;

ROZHODLA

- zveřejnit záměr prodeje části pozemku parc. č. 2910/146 označené dle GP č. 2490-340/2021 jako pozemek parc. č. 2910/369 o výměře 45 m², ostatní plocha, zeleň, ochr.

pásmo nem. kult. pam., pam. zóny, rezervace, nem. nár. kult. pam., v katastrálním území Nusle, za minimální cenu 540.000 Kč bez DPH, tj. 653.400 Kč s DPH, a za podmínky vybudování nové pěší komunikace – chodníku na pozemku parc. č. 2910/146 v k. ú. Nusle, a to výhradně nákladem kupujícího, bez nároku na náhradu účelně vynaložených nákladů;

- uzavřít smlouvu o dílo se společností VALIZOL CZ s.r.o., Braunerova 563/7, Libeň, Praha 8, na realizaci akce: Vzdušná 564, Praha 4 - oprava střechy, II. etapa. Předmětem jsou stavební práce na opravě střešního pláště na adrese Vzdušná 564 Praha 4, č. parc. 756, k.ú. Lhotka. Dílo bude provedeno v rozsahu dokumentace za cenu díla 1.885.186,99 Kč bez DPH. Doba zhotovení díla je 135 dnů ode dne předání a převzetí staveniště;
- uzavřít smlouvu o dílo se společností Andiro realizace s.r.o. se sídlem V Remízku 1031/17, Praha 5 - Hlubočepy na realizaci akce: „ZŠ a MŠ Sdružení 1080/2a, Praha 4 - rekonstrukce školního hřiště“. (red)

PŘEHLED ZASTUPITELSKÝCH KLUBŮ MČ PRAHA 4

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

TELEFONICKÉ KONTAKTY

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

INFORMAČNÍ CENTRA ÚŘADU MČ PRAHA 4:

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

Zprávy z hlavního města Prahy

Podomní prodej energetických služeb je v Praze od 1. března zakázán

Po krachu některých dodavatelů energií jako například Bohemia Energy se jejich zákazníci, kteří nečekaně spadli do režimu poslední instance, snažili kvůli vysokým cenám co nejrychleji uzavřít smlouvu v klasickém režimu, aby alespoň trochu snížili náklady na energie. Této těžké situace začala v posledních týdnech využívat řada subjektů, včetně těch nepoctivých, které chtějí zneužít tísnivé situace zákazníků. Rada hlavního města Prahy proto schválila nařízení, kterým se zakazují některé formy prodeje zboží a poskytování služeb v energetických odvětvích. Konkrétně jde o zákaz zprostředkovatelské činnosti v energetických odvětvích, tj. zákaz podomního prodeje energií. Umožnila jim to změna zákona, která vstoupila v platnost 1. ledna letošního roku. Smyslem tohoto opatření je, aby hlavní město ochránilo Pražany před tzv. „energošmejdy“, kteří často nutí seniory, matky samoživitelky a další obyvatele do uzavírání nevýhodných smluv. Nové nařízení hlavního města Prahy vstoupilo v platnost 1. března.

Praha může odtáhnout vraky z ulic, i když není vlastníkem komunikace

Hlavní město získalo od 1. ledna novou pravomoc a může díky tomu odtahovat vraky či vozidla s propadlou technickou prohlídkou i z těch komunikací na území metropole, které samo nevlastní. Umožnila to novela zákona o pozemních komunikacích, která vstoupila v platnost od nového roku. Jako doposud bude odtahy zajišťovat Správa služeb hlavního města Prahy, přičemž odstranění vozidel může podle zákona následovat nejdříve po uplynutí dvou měsíců od prvního jednání týkajícího se odstranění vozidla. Ještě do konce loňského roku platilo, že nucené odtahy vraků a vozidel s propadlou technickou prohlídkou z komunikací mohou být řešeny jedině tehdy, pokud bylo hlavní město vlastníkem komunikace. Pomocí změny zřizovací listiny Správy služeb hlavního města Prahy, kterou umožnila novela zákona, může tato organizace v zastoupení města odstranit i další nezpůsobilá vozidla, která dlouhodobě a často neoprávněně zabírají místo, překážejí a ohrožují bezpečnost motoristů, cyklistů i chodců.

Do sběrných dvorů Pražané odevzdali přes 7 tun baterií a 3 000 kusů tonerů

Jen v loňském roce odevzdali obyvatelé Prahy v 19 sběrných dvorech, provozovaných hlavním městem, 7 542 kilogramů použitých baterií. Přibližně dvě třetiny materiálu z nich je možné recyklovat, a znovu tak použít kovy a další suroviny pro výrobu. Například z tužkových baterií je možné recyklací získat ocel, zinek, mangan, nikl a měď. Z dalších typů baterií také olovo, kadmium, kobalt a stříbro. Tyto suroviny jsou následně využívány k výrobě nových produktů využitelných například ve stavebnictví, při výrobě popelnic, okapů, ale třeba i kosmetiky, šperků nebo hudebních nástrojů. Plně dvě třetiny baterií tak najdou nové využití, což přispívá k lepšímu životnímu prostředí. Do sběrných dvorů lidé přinesli 3 101 kusů použitých tiskových kazet, z nichž bylo 1 041 využito k dalšímu zpracování a 2 060 bylo zlikvidováno. K dalšímu zpracování mohou být použity pouze originální nebo dříve renovované originální tiskové kazety. Takzvané kompatibilní (či alternativní) tiskové kazety nelze z technologických důvodů dále využít. (red)

Milé čtenářky, vážení čtenáři,

naši předkové říkali, neštěstí nechodí po horách, ale po lidech, a měli pravdu. Ještě jsme ani nepřekonali mutaci omikron, když ruský prezident Putin napadl Ukrajinu, a my po dvou letech mimořádných opatření a nouzových stavů znovu čelíme situaci, jakou Česká republika ve svých dějinách nezažila. Potěšující je vlna solidarity a touhy pomáhat lidem, především ženám a dětem, které ztratily domov. Praha 4 pomáhá od prvních dnů ruské agrese a vy si o tom více můžete přečíst na dalších stránkách. V tomto vydání Tučňáku a na našich webových a facebookových stránkách najdete i tipy a doporučení, jak pomáhat, co bojující Ukrajina a uprchlíci v těchto dnech opravdu potřebují.

A jako obvykle zde najdete také aktuální zprávy z naší městské části, včetně pozvánek na akce, které jsme pro vás připravili.

Velkým lákadlem je koncert slavného houslového virtuosa Václava Hudečka a mladého nadaného klavíristy Lukáše Klánského. Za pozornost stojí cyklus přednášek vojenského historika Eduarda Stehlíka věnovaný třem tématům z druhé světové války.

Vážení spoluobčané, příští měsíc si opět připomeneme konec tohoto konfliktu, nejstrašnějšího v dějinách lidstva. V souvislosti se současnou situací na Ukrajině vystává stále naléhavěji nutnost hledat poučení v dějinách, neustupovat zlu a pomáhat slabším.



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

Z obsahu

4

Téma: Praha 4 pomáhá ukrajinským uprchlíkům

7

Zprávy z Prahy 4:
Na konci ulice
Za Mlýnem vznikne
vodní biotop

11

Zprávy z Prahy 4:
Proč není vhodné krmit
holuby a jiná divoce
žijící zvířata?

13

Lidé z Prahy 4:
„Kriminalita se
přesouvá na internet“,
říká nadporučík
Jiří Sedlák

17

Servis: Když vás životem provází alkohol...

22

Soutěž: Vyhrajte knihu
o válce a včelách

Společnost

Městská část Praha 4 pořádá

Slavnostní koncert

k výročí **100 let připojení Nuslí** k Velké Praze

Nuselská radnice – Tábořská 500/30, Praha 4

v úterý 31. května 2022, 19 hodin

ÚČINKUJÍ

Václav Hudeček – housle

Lukáš Klánský – klavír

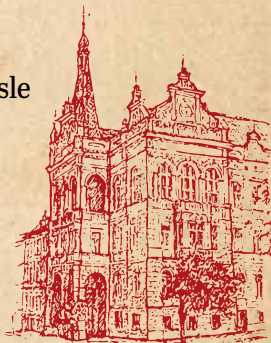
— PROGRAM —

Jiří Benda

Ludwig van Beethoven

Frédéric Chopin

Antonín Dvořák



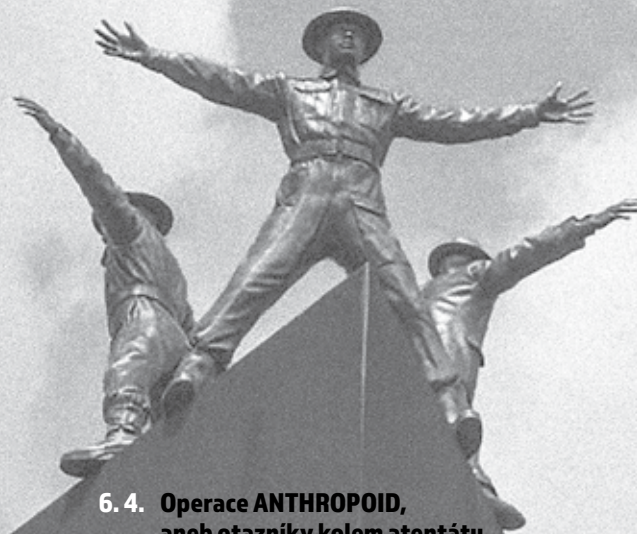
Vstupenky na slavnostní koncert v ceně 150,- Kč budou v prodeji od 4. dubna na pobočce Czechpoint v budově Úřadu MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Praha 4.

Upozornění Změna programu vyhrazena. Všichni diváci jsou povinni dodržovat podmínky dle aktuálních mimořádných opatření Ministerstva zdravotnictví ČR.



Druhá světová válka

Městská část Praha 4 vás zve na tematické přednášky historika PhDr. Eduarda Stehlíka, Ph.D., MBA



6. 4. Operace ANTHROPOID,
aneb otazníky kolem atentátu

25. 4. Tragické osudy Lidic a Ležáků

4. 5. Pražské povstání v květnu 1945
bez legend a mýtů

Přednášky probíhají od 18 hodin na Nuselské radnici (Tábořská 500/30, Praha 4). Akce je zdarma. Změna programu vyhrazena. Konání akce bude podléhat aktuálním opatřením vlády či Ministerstva zdravotnictví ČR.



Akce se koná pod
záštitou místostarosty
Michala Hrozy

Praha 4 podporuje Ukrajinu a její

Ráno 24. února 2022 zahájila ruská armáda letecký i pozemní útok na Ukrajinu. Země a její obyvatelé čelí brutální agresi, která si za terč leteckých, raketových a dělostřeleckých útoků vybírá i rezidenční čtvrti, ničí civilní a vojenskou infrastrukturu a vyhání lidi z jejich domovů. Na útěku už jsou miliony uprchlíků. Městská část Praha 4 a její obyvatelé se hned v prvních dnech války zapojili do pomoci Ukrajině.

„Putinův režim neohrožuje jen nezávislost a územní celistvost Ukrajiny, ale stává se hrozbou pro mír a dobré vztahy v Evropě,“ uvedla starostka Prahy 4 Irena Michalcová (ANO 2011). „Všichni si uvědomujeme, jak touto nesmyslnou válkou trpí nejen vojáci, ale i civilní obyvatelstvo. Denně vidíme záběry zraněných a zabíjených dětí, zoufalé lékaře bojující o každý život i ve zcela nevyhovujících podmínkách a na druhé straně záběry raket, kterými agresor útočí na obytné domy. Jsem si jista, že nemluvim jen sama za sebe, když říkám, že si přejeme, aby nesmyslný konflikt a utrpení skončily co nejdříve,“ dodala.

Už den před zahájením ruského útoku vyvěsila městská část Praha 4 na historické Nuselské radnici ukrajinskou vlajku. Je projevem solidarity Prahy 4 s Ukrajinou a jejími obyvateli, kteří čelí agresi ohrožující její územní celistvost a státní suverenitu. Je naprosto nepřijatelné, aby v civilizovaném světě své zájmy prosazoval jeden stát hrozbami, či dokonce okupací území jiné svrchované země.

„Agresivní, výhrůžné a nebezpečné politické a vojenské aktivity Ruska nám připomínají nejtragičtější chvíle v moderních evropských dějinách. Na Ukrajině se rozhoduje o bezpečnosti celé Evropy,“ uvedl místostarosta Prahy 4 pro kulturu a majetek Michal Hroza (TOP 09).

První uprchlíci v Praze 4

V prvních dnech po napadení Ukrajiny zajistila Praha 4 ubytování pro první válečné uprchlíky. Rada městské části Praha 4 na svém mimořádném jednání rozhodla o ubytování pracovníků a jejich rodin z partnerských archivačních organizací na Ukrajině. Jde o rodiny historiků a archivářů, kteří pomáhali českým historikům při vyhledávání dokumentů o Čechách uvězněných v některém z četných sovětských gulagů. Postupně tak městská část poskytla ubytování více než dvaceti uprchlíkům, matkám s malými dětmi.

Rada městské části Praha 4 rozhodla poskytnout bezplatně nebytové prostory v Tábořské ulici organizaci Ukrajinsko Evropská Perspektiva pro zřízení humanitárního centra. To je téměř okamžitě začalo využívat pro shromažďování, třídění a distribuci zdravotnického a ochranného materiálu pro bojující Ukrajinu. Organizace zároveň poskytuje sociální pomoc a poradenství ukrajinským uprchlíkům.



Velká nástěnná malba ukrajinského výtvarníka Dmitrije Proškina na rohovém domě v nuselské Mojmirově ulici se stala již poutním místem. Holčičku, schovávající se pod ukrajinskou vlajku spolu s hrdiny evropských a amerických kreslených filmů, si lidé nejen fotí, ale dělají si tu i selfička. V Kongresovém centru se ukrajinským dětem dostalo základní zdravotnické péče.

Praha 4 proti ruské agresi

O další pomoci pro Ukrajinu a její obyvatele jednalo Zastupitelstvo městské části Praha 4, které odsoudilo ruskou agresi proti Ukrajině a rozhodlo o finančních darech a vytvoření podmínek pro ubytování dalších uprchlíků. Na pomoc bojující Ukrajině poslala MČ Praha 4 na účet ukrajinského velvyslanectví v Praze finanční dar ve výši 1 milion 500 tisíc korun určený na nákup obranného materiálu.

„Aktuální situace na Ukrajině vyžaduje především bojové prostředky, obranné vybavení, léky a paliva a je dobře, že i naše městská část dokáže k obraně Ukrajiny přispět,“ uvedl 1. místostarosta Prahy 4 pro finance, dopravu a evropské fondy Zdeněk Kovářík (ODS). Vzhledem ke kritické a těžko předvídatelné situaci na Ukrajině je zřejmé, že země bude potřebovat dlouhodobou humanitární pomoc. I v případě, že podaří situaci vyřešit smírně, bude nutné řešit nejen nepříznivou situaci lidí, které ruská invaze donutila nedobrovolně opustit domovy, ale i obyvatel, kteří ukrajinské území neopustili. Proto Prahy 4 podpořila humanitární organizaci Člověk v tísni, která působí na Ukrajině dlouhodobě a pomáhá lidem zasaženým ozbrojeným konfliktem. Zastupitelstvo pro ni schválilo dar ve výši 500 tisíc korun.

„Ukrajinský národ je velmi statečný a brání svou zemi odhodlaně, bez pomoci ale agresora neporazí. Je proto na místě nabídnout veškerou pomoc, kterou je naše městská část schopna poskytnout, a poskytnout ji co nejrychleji,“ uvedl zastupitel Prahy 4 Jan Hora (Pirátská strana), který zastupitelstvu návrh na pomoc Ukrajině předložil. „Je zcela na místě si uvědomit nebezpečí, které kroky ruské vlády představují pro mír v Evropě. Ukrajina nyní bojuje i za nás,“ doplnil.

Zároveň lze v krátkém čase očekávat příchod dalších válečných uprchlíků z Ukrajiny. To nejdůležitější, co může městská část v této situaci udělat, je postarat se o co největší počet lidí. Muži, kteří na Ukrajině zůstávají a bojují, musí vědět, že jejich blízcí jsou v bezpečí a je o ně postaráno. Zastupitelstvo městské části Praha 4 současně s finanční pomocí schválilo záměr vyhradit pro pomoc válečným uprchlíkům z Ukrajiny volné a obyvatelné byty, kterými městská část Praha 4 disponuje.

Ubytování patří k prioritám

Pomoc válečným uprchlíkům, včetně ubytování, koordinuje v Praze hlavní město, konkrétně Krajské asistenční centrum pomoci Ukrajině (KACPU), které pracuje v Kongresovém centru. Magistrát hlavního města Prahy s odůvodněním,

obyvatele



že ubytovací kapacity pro lidi prchající před válkou na Ukrajině jsou na území hlavního města Prahy plné, požádal v polovině března o ubytování 24 dospělých a 10 dětí, kteří poté našli útočiště v ubytovně Novodvorská.

Pro přijetí dalších uprchlíků začala městská část okamžitě připravovat prostory bývalé Mateřské školy Horáčkova, pro kterou zabezpečila dodávky tepla, elektrické energie i vody. Zajistila rovněž stravování uprchlíků, a to prostřednictvím firmy, která dodává stravu pro Ústav sociálních služeb Praha 4. Zde našlo dočasný domov téměř padesát uprchlíků. Městská část budovu vybavila postelemi, matracemi a dalším potřebným vybavením s pomocí Fakultní Thomayerovy nemocnice a Nadace sester Boromejek.

„Musím ocenit rychlou pomoc ředitele Fakultní Thomayerovy nemocnice Zdeňka Beneše, který nám pro uprchlíky poskytl kompletní lůžka s příkrývkami, polštáři a povlečením,“ uvedla starostka Irena Michalcová a pokračovala: „A chci poděkovat také sestrám Boromejkám za poskytnuté příkrývky, polštáře, nádobí, ručníky a hygienické prostředky.“

V budově jsou k dispozici čtyři velké ložnice, hygienické zázemí, kuchyňky a další prostory. Děti a jejich matky mohou využívat také velkou zahradu s pískovištěm a herními prvky.

Ještě před ubytováním velké skupiny Ukrajinců v budově MŠ Horáčkova ubytovala městská část pětičlennou rodinu s půlročním dítětem a 17letým mladíkem, který je fyzicky a mentálně hendikepovaný a je na vozíku. Dočasný

domov našli všichni v bytě 2+1, který městská část zařídila základními věcmi. Polohovací postel pro hendikepovaného mladíka, peřiny a povlečení, ručníky, nádobí a potřeby pro děti poskytla Nadace sester Boromejek. Potravinová banka dodala rodině základní potraviny.

Chcete finančně pomoci Ukrajině?

Člověk v tísni (<https://www.clovekvitsni.cz/>) působí na východě Ukrajiny dlouhodobě a pomáhá lidem, kteří jsou zasaženi ozbrojeným konfliktem.

Charita ČR (<https://www.charita.cz/>) pomůže lidem zasaženým válkou zajistit základní životní potřeby.

Český červený kříž (<https://www.cervenykruz.eu/>) poskytuje humanitární pomoc určenou nemocným a raněným na Ukrajině již od roku 2014.

ADRA ČR (<https://adra.cz/>) má na Ukrajině svou pobočku.

Diakonie Českobratrské církve evangelické (<https://www.diakonie.cz/>) rovněž pořádá finanční sbírku na pomoc lidem na Ukrajině.

Velvyslanectví Ukrajiny v ČR (www.czechia.mfa.gov.ua) disponuje bankovním účtem (304452700/0300), na který lze zaslat finanční obnos určený pro následný nákup obranného materiálu. Dárci tak zasílají finanční dar přímo ukrajinskému státu bez prostředníka. (red) *Děkujeme, že pomáháte.*

3 OTÁZKY PRO

Galinu Andrejcov, výkonnou ředitelku NNO Ukrajinsko Evropská Perspektiva



Co skutečně nejvíce potřebují ukrajinští uprchlíci, kteří do Prahy přicestovali třeba jen s jedním kufrům?

Většinou přijíždějí matky s dětmi různého věku. Maminky budou moc rády, když jim předáme: pleny, kojeneckou výživu, vitamíny, trvanlivé potraviny, sušenky, čokoládu, čaj a kakao, čokoládové tyčinky, oplatky, džusy, ovoce, spodní prádlo a pyžama (nové, prosím), povlečení, drogerii, vložky, antibakteriální vlhčené ubrousky (menší balení), prací prášek, dezinfekci na ruce, koloběžky, skateboardy, školní potřeby

a podobně, granule a konzervy pro psy a kočky.

Co je naopak zbytečné nosit či nabízet?

Zimní oblečení a obuv, seprané a zničené věci, to prosím nenosit, není vůbec vhodné je komukoliv předávat. Také nemáme dostatečně velkou kapacitu skladu na shromažďování oblečení a obuvi pro dospělé. Můžete je věnovat jiným sběrným místům, kterých je v Praze dostatečné množství.

Někteří uprchlíci přijíždí i s domácími mazlíčky.

Jak je o ně postaráno?

Je velmi složité najít ubytování pro rodiny, které s sebou přivezly své domácí mazlíčky. Na sociálních sítích proto existují platformy, které nabízejí pomoc s dočasným ubytováním psů a koček. Pokud domácí mazlíčci nebyli při příchodu do České republiky označeni mikročipem, majitelé je mohou nechat očipovat u veterináře, který pak vystaví doklad o vyšetření. (md)



**UKRAJINSKO
EVROPSKÁ
PERSPEKTIVA**

UEP Centrum pomoci Ukrajině poskytuje
přímou pomoc ukrajinským vojákům,
nemocnicím, uprchlíkům.

JAK NÁM MŮŽETE POMOCI

V současné době potřebujeme:

- zdravotnický materiál
- trvanlivé potraviny
- finanční podporu

- spacáky
- karimatky
- drogerii

Celkový seznam aktuálních potřeb
najdete na našich stránkách.


u-e-p.eu


office@u-e-p.eu



TÁBORSKÁ 372/36
PRAHA 4, 14000



+420 728 208 826
+420 775 781 997

Krátce
Nový přístřešek na zastávce MHD

Na některých zastávkách MHD v hlavním městě mizí původní přístřešky a instalují se nové ze studia Olgoj Chorchoj. Postupnou výměnu zastávkových přístřešků má na starost společnost Technologie hlavního města Prahy, která s výměnou začala na konci roku 2021. Do roku 2023 jimi vybaví v celé Praze 690 zastávek a všechny budou mít jednotnou podobu.

V Praze 4 byl první nový přístřešek umístěn v zastávce Pražského povstání. Zastávky se osazují nejen novými přístřešky, ale i velkokapacitními odpadkovými koši. Postupně pak mají být na nejvytíženější zastávky instalovány i digitální panely s aktuálními odjezdy nejbližších spojů, a to buďto ve formě samostatně stojících velkoplošných panelů, nebo v podobě panelů v přístřešcích. (red)


Jubilejní lekce Běžecké školy

Běžecká škola Prahy 4 vstoupila letos do svého 8. ročníku. Ve Žlutých lázních oslavila, a jak jinak než během, ve čtvrtek 17. února již 400. lekci. Ve Žlutých lázních se už několik let běhá v zimním období, na jaře se běžecká škola opět přesunula k rybníku Labuť v Krčském lese. Zájemci nemusí nic platit, nemusí se nikde registrovat. Stačí přijít v 18.00 hodin ve sportovním na místo srazu a pod dohledem zkušených trenérů začít běhat. (red)

Proběhni.se pomůže Českému srdci

V České republice je ročně hospitalizováno přes 300 tisíc pacientů se srdečními chorobami a třetina z nich na ně umírá. Nejčastějšími onemocněními jsou cévní mozkové příhody, které postihnou přes 50 tisíc Čechů. Charitativní projekt Proběhni.se pod patronací Institutu klinické a experimentální medicíny chce předejít těmto vážným zdravotním obtížím a současně i vybrat peníze pro Nadační fond České srdce. Jeho cílem je předávat znalosti v oblasti kardiologie tamním lékařům a účinně pomáhat vybraným dětským pacientům s vrozenými srdečními vadami, kteří by bez této pomoci nepřežili do dospělosti. V sobotu 30. dubna se proto uskuteční běh Kunratickým lesem. Kromě závodů na tratích s přibližnou délkou 5 a 10 kilometrů jsou připraveny trasy také pro děti. A kdo si netroufá na běh, může jít závod na 5 km. Nebude chybět doprovodný program zaměřený na prevenci srdečních chorob. Startovné je 550 Kč, za děti 100 Kč, výtežek poputuje na konto Českého srdce. Registrace na https://sportid.online/lp_probahnise/p20. (red)

Prázdninový provoz mateřských škol a školních družin



Příměstské tábory i prázdninové družiny nabídnou dětem zábavu a rozptýlení. Ilustrační foto: Pixabay

Praha 4 naplánovala letní prázdninový provoz svých mateřských škol, zvolila přitom stejné řešení, které se osvědčilo v loňském roce.

Všechny mateřské školy budou otevřeny po celý červenec, v srpnu bude jejich provoz přerušen, a to až do 1. září. Omezený provoz budou mít také školní družiny, v červenci tak bude k dispozici školní družina v ZŠ Na Planině a v srpnu v ZŠ Bítovská.

„Když jsme analyzovali loňský prázdninový provoz, zjistili jsme, že v červenci nebyly třídy v našich mateřských školách ani zdaleka naplněné,“ uvedla starostka Prahy 4 Irena Michalová (ANO 2011), která má školství v Praze 4 ve své kompetenci. „Navíc z letošní ankety mezi rodiči předškoláků vyplynulo, že zájem o provoz mateřských škol o prázdninách bude stejný jako loni. S přihlédnutím k výsledkům ankety, nutným opravám a rekonstrukcím školních budov a také z důvodu čerpání dovolených pedagogickými i nepedagogickými pracovníky jsme souhlasili s uvedeným prázdninovým provozem,“ dodala.

V termínu od 1. července do 29. července bude zajištěn provoz ve všech mateřských školách zřizovaných MČ Praha 4. V termínu od 1. srpna do 31. srpna bude provoz mateřských škol zřizovaných MČ Praha 4 bez výjimky přerušen. Od 1. září pak bude jejich provoz opět plně obnoven.

K dispozici bude tábor či domácí hlídání

Praha 4 nabídne rodičům předškoláků příměstský tábor a službu domácího hlídání. Na srpen připravuje ve spolupráci s AFK Slavia Podolí Praha 4 Základní školou Bítovská tři týdenní turnusy příměstského tábora pro děti z mateřských škol zřizovaných MČ Praha 4. Ten se uskuteční v prostorách ZŠ Bítovská. Kromě toho bude k dispozici služba domácího hlídání, kterou zajistí Zdravotnické zařízení MČ Praha 4. Obě nabídky budou rodičům předány souběžně s informací o prázdninovém provozu.

Rada MČ Praha 4 po dohodě s řediteli základních škol schválila rovněž přerušování činnosti školních družin v období od července do srpna v základních školách zřizovaných MČ Praha 4 s výjimkou dvou škol: ZŠ s rozšířenou výukou matematiky a přírodovědných předmětů Na Planině, která zajistí činnost školní družiny od 7. července do 29. července, a ZŠ Bítovská, která zajistí činnost školní družiny od 1. srpna do 26. srpna. Od 1. září bude jejich provoz opět obnoven v plném rozsahu.

Obě školní družiny budou v jednotlivých prázdninových měsících v provozu za podmínky, že každý týden bude v průměru na jedno oddělení přihlášeno minimálně 20 dětí, které jsou žáky I. stupně základních škol zřizovaných Prahou 4. (red)

V Braníku vznikne vodní biotop



Biotop Braník na pravém břehu Kunratického potoka v zadní části ekoparku Za Mlýnem bude napájen chladnou podzemní vodou.

Plánovaná investiční akce spočívá ve vybudování umělého biotopu (vodního prvku) se společenstvy mokřadních rostlin a na ně vázaných živočichů ve vyvýšené nivě Kunratického potoka v Braníku na konci ulici Za Mlýnem.

„S ohledem na měnící se klima a nucenou adaptaci rostlinných a živočišných společenstev bude umělý biotop sloužit jako útočiště pro tyto na čistou vodu vázané organismy a zároveň naváže na plánovanou revitalizaci koryta a části nivy Kunratického potoka v dolním Braníku, která je pro změnu investiční akcí Magistrátu hl. m. Prahy,“ upřesnil Tomáš Hrdinka (ANO 2011), radní pro životní prostředí a místní Agendu 21, který s myšlenkou biotopu přišel. V neposlední řadě pak biotop vizuálně i pocitově pozitivně

ovlivní klima nejbližšího okolí s možností odpočinku a oddechu občanů na jeho březích při procházce tamním ekoparkem Za Mlýnem.

Studna zdrojem vody

Biotop bude doplněn edukačním panelem pojednávajícím o adaptačních opatřeních v městské krajině s odkazem na klimatický závazek hl. m. Prahy a MČ Praha 4. Vodní prvek bude ve správě MČ Praha 4, provozní výdaje na jeho správnou funkci a úklid okolí budou hrazeny z běžných výdajů rozpočtu MČ Praha 4. Z investičních prostředků s předpokládaným využitím dotace z evropských fondů bude financována jak samotná výstavba biotopu, tak kopaná studna v nivě Kunratického potoka. Ta bude zdrojem vody pro biotop, který bude osázen mokřadními a vodními druhy rostlin podporujícími samočisticí schop-

nost vody a zároveň sloužícími jako útočiště na vodu a vlhké prostředí vázaných živočichů. Dětské hřiště v severovýchodní části biotopu přitom zůstane zachováno.

V současné době jsou získávána potřebná vyjádření dotčených orgánů a rozbíhá se stavební řízení. Realizace biotopu při hladkém průběhu stavebního a vodoprávního řízení je plánována kvůli zvýšené prašnosti na období letních prázdnin, otevření pak na začátek podzimní sezóny. „Po koupališti Lhotka tak MČ Praha 4 dostane druhý umělý biotop, na rozdíl od lhotského však bude mít ten branický funkci primárně ekologickou a edukační. Pokud se však někdo do ledové vody přesto odváží, nebude mu v tom při zachování osobní ohleduplnosti na ostatní biotopové funkce nijak bráněno,“ dodává radní Tomáš Hrdinka. (red)

Poznejte blíže Karla Zicha a jeho rodinné zázemí

Historik Zdeněk Hazdra poskládal v knize Jak šli tím zdejší svět rodinné album zpěváka Karla Zicha. Na základě této knihy vznikl komponovaný pořad vyprávění o Karlu Zichovi a jeho rodině, ve kterém vystoupí nejen autor publikace, ale také kytarový virtuóz Štěpán Rak. Akce je připravena na 2. června od 17.00 hodin v Nuselské radnici.

Zpěvák Karla Zicha mnozí znají jako nepřehlédnutelnou osobnost české populární hudby. Avšak méně se už ví, že pocházel z rodiny s mimořádnou kulturní a intelektuální tradicí.

Komponovaný pořad připomene jeho otce Otakara, který na Univerzitě Karlově založil první katedru logiky, i oba dědečky - významného estetika a skladatele Otakara Zicha a Karla Moravce, violistu a člena světoznámého Ševčíkova-Lhotského kvarteta.

Do této mozaiky příběhů patří také František a Klotylda Vuršrovi, praprarodiče Karla Zicha, kteří na konci 19. století založili pensionát „Krásnohorská“ na České Kubici. Ve své době byl vyhledávaným místem českých vlastenců a milovníků umění. (red)



Karel Zich byl všestranný hudebník. Foto: archiv Marie Bořek-Dohalská

Jak se popasovat se změnou klimatu?



Tomáš Hrdinka (ANO 2011), radní MČ Praha 4

Vážení čtenáři, rád bych vás na následujících řádcích v této těžké a smutné době alespoň trochu pozitivně informoval o některých připravovaných investičních akcích, které se pojí s adaptací na změnu klimatu, a jak MČ Praha 4 na tuto výzvu reaguje v souladu s koncepcí hl. m. Prahy. Nejen já jsem přesvědčený, že úplně bojovat proti tomu asi nejde, ale přizpůsobit se a připravit se musíme.

Biotop v Braníku

Jsem doslova nadšený, jak se rozjíždí můj vysněný projekt umělého biotopu, již druhý v Praze 4, ale zcela jiného charakteru, než je ten lhotecký. Primární důraz bude kladen na ekologickou, vzdělávací a estetickou funkci, nikoliv na funkci rekreační. Myslím, že už jen pohled na vodní hladinu a zvuk tekoucí či šumějící vody lidskou mysl alespoň o několik stupňů ochladí. Pokud stavební řízení proběhne hladce, mohl by se o letních prázdninách vybudovat a od podzimu fungovat. Více v samostatném příspěvku v tomto čísle Tučňáka.

Revitalizace jezírka v Jezerce

K celkové revitalizaci parku Jezerka loni vznikla hodnotná studie dostupná na portálu PinCity Praha 4. Jejím prvním krokem by měla být rekonstrukce tamního jezírka. Jelikož se však při zinním kamerovém průzkumu prokázalo, že systém odvádění srážkových vod ze střechy místního divadla, které mají být nově ekologicky využity pro napájení jezírka, je velmi poškozený a složitý, rozsáhlé projektové práce umožní samostatnou rekonstrukci až napřesrok. I tak je na co se těšit, s obnovením potůčku vrátíme Jezerce tvář, jakou měla za první republiky. Díky rozsáhlé participaci s veřejností v rámci místní Agendy 21 vznikla loni špičková (na evropské úrovni) studie komplexní revitalizace vnitrobloku, opět dostupná na PinCity. S ohledem na komplexnost připravované projektové dokumentace a předpokládané složité stavební řízení s mnoha dotčenými subjekty včetně vodoprávního řízení k navrhovanému umělému potoku se realizace první fáze dočkáme nejspíše až příští rok. Víím, že pro tamní obyvatele je to dlouhé čekání, ale pokud výsledek bude stát za to, určitě se vyplatí.

Nové květnaté louky

V Praze 4 letos vysejeme šest nových květnatých luk, celkem jich už bude 12, což je v Praze unikum. Desítky pozitivních reakcí od občanů, ale i fotografie ukazující nálety ubývající hmyzí populace ukazují, že to byla myšlenka správná, a budeme ji dále rozvíjet. Hezké jarní dny!

O témata není nouze



Ondřej Kubín (ODS), zastupitel MČ Praha 4

Vážení spoluobčané, o témata není rozhodně nouze. Mezi ty pozitivní patří skutečnost, že Praha získala stavební povolení pro metro D, které Praha 4 naléhavě potřebuje. Po mnohaletých obstrukcích především dvou občanských spolků z Pankráce, které s argumenty o všemocných úřednících, developerech či snížením kvality životního prostředí bojkotovaly zahájení stavby, rozhodlo ministerstvo dopravy o zamítnutí odvolání, a projekt tak dostal konečně zelenou. Přenesení dopravy pod zem, vyšší dopravní obslužnost včetně dostupnosti Thomayerovy nemocnice, rozvoj dlouhodobě zablokovaných území, to jsou jen dílčí faktory, které přispějí k pozitivnímu rozvoji naší městské části.

Barrandovský most nás potrápí

Méně radostným tématem je zahájení opravy Barrandovského mostu, přičemž přidružená dopravní omezení nás nejen v Praze 4 potrápí několik let. Poslední vedení Prahy, včetně toho současného, odkládala nepopulární, ale nezbytný krok rekonstrukce mostu, který je klíčovou dopravní spojnici obou břehů Vltavy. Nelze kritizovat samotné zahájení oprav, ale je namístě kritika komunikace mezi vedením Magistrátu hl. města Prahy a Prahy 4. Místo toho, aby plánovaná omezení probíhala v součinnosti a koordinaci, tak magistrát ignoroval četné připomínky naší městské části. Vlastně to jen celkově podtrhuje přístup magistrátu, potažmo uskupení Praha Sobě, který nekoncepčně a aktivisticky řídí dopravu v Praze. Ještě jedno téma, a to útok Ruska na Ukrajinu. V době, kdy vznikají tyto řádky, se Ukrajinci statečně brání početné a technické přesile Ruska, které neváhá bombardovat civilní cíle, nemocnice nebo humanitární únikové koridory. Agresorem, který celému světu lhal, je Rusko. Přijetí Ukrajiny do NATO nebo EU rozhodně nebylo aktuální záležitostí, chemické zbraně či nacisté se rovněž na území Ukrajiny nevyskytovali. Vladimír Putin využil historického okna, kdy místo strategických zájmů Západ řešil počet pohlaví nebo uhlíkovou stopu politiků. Zároveň došlo v Německu ke změně vlády, Francie má před prezidentskými volbami, USA vede téměř 80letý pán a svět byl oslaben dvouletým bojem s covidem. Putin omezil před zimou plyn, vyčkal a pak udeřil.

Pamatujete kauzu radar? Plzeňští Zelení a ČSSD byli zásadně proti. V současné době marginální strany mimo Poslaneckou sněmovnu. Co by za takový radar nebo členství v NATO či v EU dala nyní Ukrajina. Hezké Velikonoce.

Statečná Ukrajina



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

Dne 24. 2. 2022 napadla Ruská federace Ukrajinu pod pokrytečkou zámlin-kou, že jde o speciální vojenskou operaci, která má zamezit smyšleným hrozbám ze strany Ukrajiny. Tato ruská válečná agrese není ničím jiným než pokusem o okupaci suverénního státu a svržení jeho legitimní vlády. Umírají vojáci na obou stranách, civilní obyvatelstvo, ale co je nejhorší, i malé děti. Dochází k bombardování měst a ničení všeho, co stojí v cestě. Po bombardování 43 nemocnic a zdravotnických zařízení potvrzených WHO je zřejmé, že nejde o nešťastný omyl, ale o zá-měrnou taktiku ruské armády, a tedy o válečný zločin. Vlivem těchto událostí miliony Ukrajinců opouští svou zem a hledají útočiště v zahraničí. Samozřejmě nachází azyl i v České republice, která je hned po Polsku a Moldavsku zemí s největším počtem migrantů. Převážně se jedná o ženy s dětmi, kterým se musí pomoci.

Finanční a materiální pomoc

Zastupitelstvo MČ Praha 4 dne 2. 3. 2022 a všichni zastupitelé za TOP 09 podpořili dar ve výši půl milionu korun na humanitární účely na pomoc Ukrajině a 1,5 milionu Kč na vojenské vybavení.

Místostarosta Michal Hroza z TOP 09 navrhl na mimořádném zasedání městské rady bezplatné zapůjčení nevyužívaného prostoru v Táborské 36, kde vzniklo ve spolupráci s organizací Ukrajinsko Evropská Perspektiva centrum humanitární pomoci, kde funguje jak poradna pro válečné uprchlíky, tak sbírka zdravotnického materiálu pro obránce Ukrajiny. Budova bývalé mateřské školky Aloyse Klara v Horáčkově ulici se proměnila v ubytovnu pro válečné uprchlíky s dětmi. Do projektu jsou také zapojeny ubytovny v Praze 4, které jsou ve správě městské části. Rodiny válečných uprchlíků s opravdu malými dětmi a postiženým chlapcem na vozíku se podařilo ubytovat v bytech v naší správě.

Slovo závěrem

S Ukrajinou a rodinami utíkajícími do bezpečí velmi soucím, protože ve svém dětství jsem s rodinou byl také emigrantem. Moji rodiče se rozhodli, že nechtějí vychovávat děti v komunistickém režimu, a emigrovali na Západ. Za nedovolené opuštění státu hrozilo vězení, ale toto riziko se rodiče rozhodli podstoupit. Ukrajinské ženy a děti opouští Ukrajinu samozřejmě za daleko dramatičtějších okolností než moje rodina v 80. letech, ale důsledky jsou pro ně stejné. Žádají o azyl v jiné zemi, o přístřeší, o pomoc pro sebe, a hlavně své děti. Ukrajině a všem Ukrajincům přeji hodně sil a lepší zítřky. Sláva Ukrajině!

Pomoc Ukrajině má mnoho podob



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

Putinova agrese namířená proti civilním obyvatelům samostatného suverénního státu Ukrajina spojila i zastupitele naší městské části, když na zasedání 3. března schválili návrh Pirátů týkající se napadení Ukrajiny Ruskou federací. V usnesení Zastupitelstva MČ Praha 4 se uvádí: „Invaze Ruska a nastalá situace na Ukrajině je zásadním ohrožením bezpečnosti a míru v Evropě, a její řešení je proto v zájmu hlavního města Prahy i všech jeho městských částí.“

Kdo dřív dává, dvakrát dává

Vyjádřením solidarity hned na samém začátku války proti obyvatelům Ukrajiny byl zároveň dar 500 tisíc korun směřující humanitární organizaci Člověk v tísni, která jako jedna z prvních vyslala pomoc válečným uprchlíkům na Slovensku, na hranice s Ukrajinou i přímo do Lvova. Zastupitelé se navíc shodli na poskytnutí finančního příspěvku také Zastupitelskému úřadu Ukrajiny v ČR – 1 500 000 korun bylo využito na nákup obranného materiálu.

Pomoc pro matky a děti utíkající před válkou

Nečekal bych, že lidé žijící na území Evropy v 21. století postihne katastrofa v podobě válečné agrese. Z napadení Ukrajiny k nám přijíždějí především ženy s dětmi. Hlavně u dětí je cílem co možná největší zmírnění stresu, který s sebou náhlé opuštění domova a jistot bezesporu nese. To nejlepší, co lze udělat, je postarat se o co nejvíce lidí. Ti, kdo na Ukrajině zůstávají a bojují, musí vědět, že jejich blízcí jsou v bezpečí a že je o ně postaráno.

Začátkem března MČ Praha 4 dle svých možností poskytla nouzové ubytování pro 24 dospělých a 10 dětí v ubytovně na Novodvorské. Také připravuje prostory bývalé Mateřské školy Horáčkova, pro kterou zabezpečila dodávky tepla, elektrické energie i vody a zajistila pro ně stravování.

Pomáhat může kdokoli

Pomoc má mnoho podob a zapojit se může každý, kdo chce. Stačí si zvolit na celostátním webu pomahejukrajine.cz. Přes stránku pomocukrajine.eu je také možné v rámci Prahy nabídnout volné ubytovací kapacity. Finanční pomoc Ukrajině lze posílat neziskovým organizacím, sbírku organizuje i ukrajinské velvyslanectví. Upřímně věřím, že Ukrajina se agresí Ruské federace ubrání, válka brzy skončí a lidé utíkající před nebezpečím se budou moci vrátit domů a začít na troskách budovat nový život. Děkuji všem, kdo pomáhají.

Pomozme ukrajinským dětem, pomůžeme sami sobě



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

Pět týdnů před momentem, kdy se vám tento Tučňák dostává do rukou, začala Putinova armáda bombardovat a okupovat další části Ukrajiny. Osm let poté, co obsadila Krym a část Donbasu. A osm let poté se tedy dala do pohybu další vlna uprchlic a malých uprchlíků: ukrajinští muži zůstávají většinou doma, aby pomáhali bránit svoji zemi, a k nám utíkají v drtivé většině ženy a děti. Rychle sbalí telefon a pár cenností, několik kusů dobrého oblečení, snad i jednu či dvě hračky, a utíkají ze svých domovů přes nejbližší hranici – a spousta z nich končí u nás. Jejich osud jim určitě nikdo nezávidí a podpora, které se jim u nás dostává od spousty dobrovolníků a dárců, je skvělá.

Ty statisíce nově příchozích znamenají také ohromné množství dětí, které před válkou utíkají a doufají v dobré přijetí v naší zemi. A také to znamená velký nápor na naše školky a školy. Desítky nových žáků se tak přidávají i do našich škol a školek v Praze 4. Naše učitelky a učitelé, ředitelé a ředitelky si zaslouží maximální úctu a podporu v tom, aby se zvládli o nově příchozí postarat. Zatím se jim to podle všeho daří velmi dobře. Díky za to!

Je dobré mít přátele na východě i na západě

Bude samozřejmě velkou otázkou, jak dlouho pobyt těchto dětí u nás bude trvat. Kdy dojde ke skutečnému konci bojů? Kdy se budou moci přiměřeně bezpečně vrátit? A budou se mít vůbec kam vracet?

Tento školní rok se pomalu chýlí ke svému konci, ovšem je celkem pravděpodobné, že i v příštím roce některé ukrajinské děti zůstanou v našich školách. Do té doby se většina z nich naučí slušně česky, ale bude určitě potřeba pamatovat na další podporu škol při větší velikosti tříd.

Každopádně se dá říci, že vedle lidské povinnosti pomáhat, se před námi otevírá velká možnost vytvořit si do budoucna dobrou pověst a spojení pro naši zemi. Někteří tito lidé se u nás nejspíš usadí dlouhodobě, ale jiní se vrátí do svých starých domovů a budou na naší zemi v dobrém vzpomínat. Je dobré mít přátele na východě i na západě, je dobré mít lidské vazby různě po světě, je to ostatně velkou investicí do naší bezpečnosti a prosperity. Soustředíme se tedy na to, abychom to nepohodlí, které nám „našlapané“ třídy teď přinášejí, obrátili dobrou vůlí v novou naději jak pro naše současné sousedy a spolužáky našich dětí, tak i pro naši zemi jako celek. Školy si v tomto úkolu zaslouží naši maximální podporu.

5 000 000 Kč pro Prahu 4

**Lukáš Zicha (STAN/KDU-ČSL),
zastupitel MČ Praha 4**



Jsem rád, že má naše opoziční práce výsledek. Na základě naší urgencye byl Radou MČ Praha 4 pověřen zástupce Prahy 4 ke sjednání spořicího účtu, na kterém bude Praha 4 shromažďovat volné finanční prostředky, například depozity z nájmu. Díky tomuto účtu vydělá Praha 4 nově jen na úrocích minimálně 5 milionů Kč ročně!

Pozemek v Braníku přežil!

Na březnovém zastupitelstvu se vedení Prahy 4 snažilo prodat pozemek u železnice ve Vrbově ulici. Nikomu z Rady MČ Praha 4 dokonce nevadilo, že byl projednáván prodej pozemku na základě výsledku soutěže, která byla vyhlášena v roce 2019. Je více než očividné, že tržní hodnota je nyní výrazně vyšší. Naštěstí nebyl tento prodej zastupitelstvem odsouhlasen.

Letní zavření školek!

V srpnu se bohužel vedení naší městské části rozhodlo uzavřít všechny mateřské školy. Léta fungující model, kdy byla otevřena alespoň jedna škola, zanikl. Myslím, že to není dobrá cesta, protože i pro případné minimum rodičů, kteří by tuto službu v létě využili, měla fungující škola smysl. Kdo jiný než státní zařízení by měl nabízet občanům dostupnou službu. Bohužel, děti v případě zájmu musí v srpnu docházet do mateřské školy soukromé.

Dům seniorů Horáčkova v nedohlednu!

Ani po třech letech snahy nemá Praha 4 stavební povolení pro stavbu sociálního domu v ulici Hudečkova. Zajištěné není ani kompletní financování stavby. Realizace tak bude převedena na bedra nového vedení, což je na druhou stranu pro občany dobrá zpráva.

Biotop Lhotka čeká na sezónu

Jedinou významnou stavbou za poslední roky zůstane koupaliště Lhotka realizované bývalým vedením radnice. Všem našim občanům přeji co možná nejdelší koupací sezónu a těm, kteří na Lhotce ještě nebyli, vřele návštěvu doporučuji. Je to jedinečný zážitek!

Vážení občané, přeji vám krásné jarní měsíce plné rozkvetlých tulipánů! Ať se vám daří.



Jsme společně s Ukrajinou!

Na historické Nuselské radnici byla umístěna vlajka Ukrajinské republiky. Byla projevem solidarity Prahy 4 s Ukrajinou a jejími obyvateli, kteří čelí agresi ohrožující územní celistvost a státní suverenitu. (red)



Vlajka na podporu Tibetu

Městská část Praha 4 si vyvěšením vlajky Tibetu také letos připomněla povstání, které ve Lhase, hlavním městě Tibetu, vypuklo 10. března 1959 a bylo projevem odporu Tibeťanů proti okupaci čínským režimem. Instalaci vlajky zajistili místostarosta Prahy 4 Michal Hroza (TOP 09) a radní Prahy 4 Jaroslav Míth (ODS, na snímku).



Historická tramvaj připomněla seniorům dětství

V den s magickým datem 22. 2. 2022 ve dvě hodiny odpoledne vyjela z Vozovny Střešovice historická tramvaj T3 Coupé a s ní senioři z městské části Praha 4 v doprovodu starostky Prahy 4 Ireny Michalcové (ANO 2011). Někteří účastníci netradičního zážitku se tak vrátili zpátky do dětství a zavzpomínali na časy, kdy tyto tramvaje brzdily ulice hlavního města. (red)



Gratulace otci Čtyřlístku

V pořadí 78. narozeniny oslavil čestný občan MČ Praha 4 Jaroslav Němeček, známý ilustrátor a autor komiksu Čtyřlístek. Za naši městskou část mu pevně zdraví a mnoho nápadů popřála starostka Prahy 4 Irena Michalcová (ANO 2011). (red)



Výstava představila příběh republiky dvou národů

Republika dvou národů – Příběh první evropské ústavy. Tak se jmenovala venkovní výstava, která byla za účasti místostarosty Prahy 4 Michala Hrozy (TOP 09) zpřístupněna v dolní části parku na náměstí Generála Kutlvašra. Expozice představila unikátní společný státní útvar Polského království a Velkoknížectví litevského. (red)

Nekrmte holuby a jiná divoce žijící zvířata!



V místech, kde jsou holubi krmeni, je prokazatelně vyšší výskyt myšovitých hlodavců, především potkanů.

MČ Praha 4 zaznamenává nárůst podnětů občanů, které se týkají znečišťování veřejných ploch spojených s krmením holubů, ale i jiných divokých zvířat.

Krmení holubů na veřejných prostranstvích a ulicích je v rozporu s obecně závaznou vyhláškou hl. m. Prahy č. 8/2008 Sb., o udržování čistoty na ulicích a jiných veřejných prostranstvích. Podle vyhlášky je každý povinen chovat se tak, aby nezpůsobil znečištění ulic a jiných veřejných prostranstvích, přičemž tímto znečištěním se mimo jiné rozumí i to spojené s krmením zvířat včetně holubů.

„Někteří občané, a chápu, že třeba i v dobré víře, pravidelně krmí v místě svého bydliště holubí populaci, a to ve veřejném prostoru, nebo dokonce na balkonech a lodžích bytových domů. Tato jejich činnost však ve svém důsledku způsobuje více škody než užítka,“ říká radní pro životní prostředí Tomáš Hrdinka (ANO 2011). Populace holubů má vliv na lidské zdraví z důvodu šíření nebezpečných alergenů a roztočů do okolí. Nezanedbatelné jsou i škody ekonomické poškozováním budov, kulturních památek a soch agresivním ho-



Nutrie jsou sice na první pohled roztomilá zvířátka, ale mohou přenášet různé nemoci.

lubím trusem. Krmení holubů je tedy krajně nevhodnou aktivitou v rozporu s obecně závaznou vyhláškou.

Nutrie mohou způsobit pád stromů

Kuriozitou na území MČ Praha 4 je přemnožení nutrií v prostoru břehových partií Vltavy v Podolí právě v důsledku krmení. Nutrie je nepůvodní druh zvířete v naší oblasti a stejně jako holubi mohou a přenášejí různé nemoci. Navíc pokud se přemnoží, dokážou zcela spásat příbřežní vegetaci a rozhra-

bat břehy. Jejich hluboké nory mohou vést k sesouvání břehů, nebo dokonce k pádu stromů. „Prosím občany a návštěvníky MČ Praha 4, aby neponechávali volně ve veřejném prostoru jakékoliv zbytky jídla či krmení pro zvířata. Podpoří tím především ty živočichy, kteří výrazně snižují komfortní život v místech našeho bydliště,“ uzavírá radní Tomáš Hrdinka. Pokud budete svědky podobného chování, patříte mezi alergiky či vám čistota našeho prostředí není lhostejná, můžete se obrátit na městskou policii, která by měla zahájit přestupkové řízení. (red)

Po Branické „pluje“ loďka

Nový povrch a mobiliář, několik desítek stromů i místo pro setkávání – to všechno získala Branická ulice spolu se svým okolím díky rekonstrukci zhruba kilometrového úseku. Skončily tak téměř šestileté práce probíhající v několika etapách. Opravy za téměř 90 milionů korun provedla Technická správa komunikací hlavního města Prahy. Práce v ulici symbolicky zakončilo zasazení dřevěné loďky před dům s pečovatelskou službou. Nový prvek má sloužit například jako záchytný bod a zároveň jako symbolické připomenutí nedaleké řeky, kterou od Braníka odřízla Jižní spojka a Barandovský most. (red)



Výstavy o zdraví, sportu i historii

MČ Praha 4 připravila či připravuje řadu zajímavých výstav, které budou zdarma přístupné na několika místech naší městské části.

Zdraví národa (7.-17. 4.). Aktuálně připravovaná výstava v parku Na Pankráci bude nabádat ženy k preventivním zdravotním prohlídkám.

Olympijské okamžiky (13. 4.-20. 5.). Slavné i méně známé snímky z historie československé a české účasti na letních i zimních olympijských hrách se představí v parku Na Pankráci.

Záhadné pouto (16. 5.-17. 6.). Výstava o výjimečnosti vztahu mezi židovským a českým národem se připravuje na náměstí G. Kutlvašra.

100. výročí připojení Nuslí k Velké Praze. Od 31. května si v prostorách Nuselské radnice připomeneme historické milníky, které stály u zrodu Velké Prahy.

Příběhy 20. století (1.-30. 6.). Expozice připomene v parku Na Pankráci deset nejdůležitějších fenoménů našich moderních dějin a seznámí s osudy lidí, kteří je zažili doslova na vlastní kůži.

Otazníky nad naší svobodou (20. 6.-22. 7.). Výstava k výročí prvních polistopadových voleb bude na náměstí G. Kutlvašra provokovat otázkami o svobodě.

Do 4. dubna ještě můžete navštívit na nám. G. Kutlvašra výstavu **Republika dvou národů - Příběh první evropské ústavy**, která připomíná dlouholetou spoluexistenci Polska, Litvy, Běloruska a Ukrajiny v rámci jednoho státního útvaru. (red)

Historik Eduard Stehlík: „Lidice by měl navštívit každý z nás“

Vojenský historik, spisovatel a bývalý voják plukovník Eduard Stehlík je v současnosti ředitelem Památníku Lidice. A právě osudy této obce a další události z druhé světové války připomene na třech dubnových přednáškách v Nuselské radnici.

Jak jste se vlastně k historii dostal, oslovila vás již v základní škole?

K zájmu o dějiny mě přivedl můj tatínek, který mě a mého mladšího bratra jako malé kluky zavezl do okolí Žatce, kde dodnes stojí železobetonové pevnůstky, tzv. řopíky, vybudované před 2. světovou válkou na obranu proti nacistickému Německu. Chtěl nám tehdy přiblížit hrdinství vojáků, kteří v nich chtěli na podzim roku 1938 republiku bránit. Tento zážitek mě ovlivnil natolik, že jsem se o těchto mužích snažil zjistit něco bližšího, a přitom jsem si uvědomil, že dějiny nevznikají samy od sebe, ale vytvářejí je naprosto konkrétní lidé.

Operace Anthropoid aneb otazníky kolem atentátu. Prozradíte trochu více, na co se v přednášce zaměříte?

Obtížné bychom hledali odbojovou akci, která dodnes tak rezonuje v naší společnosti jako atentát na Reinharda Heydricha v květnu 1942. Jde o mimořádný příběh. Je v něm krvavý diktátor, stateční hrdino-



Eduard Stehlík je autorem mnoha publikací, například Lexikonu tvrzí československého opevnění z let 1935–38 či Lidice – příběh české vsi. Foto: archiv ES

vé i podlý zrádce. Přestože se může zdát, že ho všichni dobře známe, opak je pravdou. Díky pátrání v zahraničních archívech jsme schopni některé léta tradované omyly poupravit.

Další vaše přednášky mají názvy Tragické osudy Lidic a Ležáků a Pražské povstání 1945 bez legend a mýtů. Skutečně

existuje kolem těchto dvou historických událostí tolik mýtů?

Ano, podobně jako v případě atentátu, i pokud jde o Lidice a Ležáky, existuje mnoho dlouho tradovaných mýtů a omylů. Lidice a Ležáky se nám navíc lety proměnily v jakési neživé kvádry, pod kterými zmizeli skuteční lidé a jejich osudy. Já se snažím na obě tyto obce nahlížet jako na živoucí místa a přiblížit osudy jejich

obyvatel. I historie Pražského povstání byla dlouhá desetiletí zkreslována a přerušována. Přitom jde o mimořádnou událost, v níž během pouhých pěti dnů přišlo o život na 3000 obyvatel Prahy. Budu se věnovat i roli tzv. vlasovců, protože zdaleka ne vše bylo tak, jak jsme se to v minulosti dozvídali.

Jaké jsou vaše osobní vazby na Prahu 4?

Téměř deset let jsem bydlel na Chodově, který byl tehdy součástí Prahy 4. V té době byla moje spolupráce s Prahou 4 velká. Když se například na budově radnice odhalovala pamětní deska generálovi Karlu Kutlvašovi, byl jsem to já, kdo měl při této příležitosti hlavní projev.

Jste ředitelem Památníku Lidice. Je v dnešní době těžké přesvědčit především mládež, aby se do Lidic zajela podívat a na vlastní oči si představila hrůzy války?

Lidice jsou místem, které by měl jednou za život navštívit každý z nás. Tragický osud této středochéské obce, která byla v červnu 1942 prakticky vyhlazena nacisty, totiž zasáhl celý svět. Myslím si, že je důležité neustále připomínat, obzvláště v kontextu současných událostí na Ukrajině, jak snadná je někdy cesta k tomu, aby se lidé začali k jiným lidem chovat jako zvíř. (md)



Hledáme nové posily týmu chův, přidáte se?

DOMÁCÍ HLÍDÁNÍ

- bezpečné prostředí, vždy s úvodním setkáním s rodinou a koordinátorkou služby
- spolupráce na DPP, flexibilita v práci
- hlídání v prověřených rodinách

Více informací na www.zzpraha4.cz
A dále u koordinátorky chův Lenky Dvořákové:
tel. 775 474 618,
lenka.dvorakova@zzpraha4.cz



ZÁPIS
do dětských skupin

OD 1. 3. DO 15. 4. 2022 PŘIJÍMÁME
VYPLNĚNÉ A PEDIATREM POTVRZENÉ PŘÍHLÁŠKY
NA ŠKOLNÍ ROK 2022/2023

INFORMACE A PŘÍHLÁŠKA KE STAŽENÍ NA:
WWW.ZZPRAHA4.CZ

- přijímáme děti narozené od 1. 12. 2019 do 31. 8. 2021
- podmínka je, že dítě samo chodí
- NUTNÉ osobní předání vedoucím dětských skupin Rabasova nebo Kotorská, případně vhození do poštovní schránky na budovách



„Kriminalita se přesouvá na internet,“ říká nadporučík Jiří Sedlák

U policie slouží téměř dvacet let a posledních pět roků vede nadporučík Jiří Sedlák místní policejní oddělení v Nuslích. Denně mu na pracovní stůl chodí několik hlášení a z nich vyplývá, že kromě majetkové kriminality se musí policisté ve stále vzrůstajícím počtu potýkat i se zloději internetovými...

Pokud řekneme Praha 4 a Nusle, co se vám optikou vaší práce vybaví?

Majetková kriminalita, to je zdejší nejčastější problém. Je také nejhůře objasnitelná, protože Praha 4 je největší pražskou částí. Pracuje a pohybuje se zde mnoho lidí, a to nejen místních, ale také ze středních Čech, dojíždějících za prací.

Co se pod termínem majetková kriminalita skrývá?

Takzvané vykrádačky vozidel, bytů a sklepů. Pořád existuje zájem o jízdní kola, řekneme eufemisticky, z cizí druhé ruky. U automobilů pozorujeme proměnu zájmu zlodějů. Už se nezaměřují na autorádia či navigace, které se dříve kradly především z koncernových vozidel. Důvod? V automobilech jsou většinou napevno zabudované. Pachatele proto zajímá to, co lidé nechávají na sedadlech – kabelky, plné tašky a podobně, to je pro ně přímo pozvánka. Na druhou stranu musím konstatovat, že i tato páchaná kriminalita poklesla.

Nekradou se ve zvýšené míře třeba součásti osobních vozidel, například kola?

Nic takového nepozorujeme. Je pravdou, že v minulosti přicházely „vlny“, kdy se kradly



„Stres z náročného zaměstnání odbourávám především na fotbale či jízdou na kole, oboje člověku skvěle pročistí hlavu,“ říká Jiří Sedlák.

kapoty, katalyzátory nebo skla ze zrcátek, ale vždy je to jen po krátký čas. Ani krádeže celých vozidel nedosahují extrémních čísel, například jsme v našem útvaru dosud nepřijali ani jedno hlášení o odcizení elektromobilu.

Takže dobrá zpráva pro naše obyvatele, kriminalita všeobecně poklesla. Komu za to poděkovat?

Sami sobě (úsměv). Lidé si dávají více pozor, protože jak víme, příležitost dělá zloděje. Domy a byty jsou lépe zabezpečeny, nechybějí kamerové systémy nebo vstupy na čipy. To vše ztěžuje zlodějům práci. Do karet jim nehraje ani snížení počtu zastávek a bazarů, které ještě

před deseti lety koupily cokoliv. Dnes už podezřele vypadající věci nechtějí, protože v nich probíhají namátkové kontroly. A na poklesu kriminality má samozřejmě zásluhu i městská a státní policie. Snažíme se na základě vyhodnocení elektronických systémů zvýšit hlídkovou činnost na exponovaných místech, kde je riziko kriminálního skutku nejvyšší. Úzce spolupracujeme s městskou částí Praha 4, především se zastupitelkou Lucií Michkovou, a účastníme se pravidelných bezpečnostních porad, kde se diskutuje o aktuálních problémech. Je to tedy prolínání více aspektů, možná ale i dobou, protože kriminalita se přesouvá na internet.

Jak se jí bránit?

Největší důraz bych kladl na osvětu. Valná většina internetových podvodů je založená na zmanipulování obětí pachatelem a ta potom provede to, co pachatel chce. Velké finanční škody vznikají vinou neobezřetnosti uživatelů internetu a tyto případy se zpravidla těžce objasňují. Typicky jde o případy prodeje či koupi zboží nebo převedení kryptoměny. A rok od roku je počet okradených osob vyšší. Nezřídká ovšem nad drzostí pachatelů a naivitou oklamaných zůstává rozum stát. Je třeba nepochopitelné, že někdo něco prodává a kupující (podvodník) z něj nejen vyláká číslo platební karty včetně ověřovacího kódu či bankovního účtu, ale také přístupová hesla. Lidé by se měli mít na pozoru i před telefonickými nabídkami falešných bankéřů, slibujících vysoké zhodnocení jejich úspor.

Policie aktuálně pořádá nábor. Čím je práce u policejního sboru atraktivní?

Určitě to není zaměstnání pro každého, je třeba jej chápat jako povolání celoživotní. K pozitivům řadím fakt, že v dnešní době je služba u policie jistotou, nepřijdete o práci ze dne na den. Ani výše platu či výsluhy není zanedbatelná, policie v Praze dále poskytuje náborový příspěvek 150.000 Kč. Práce navíc nabízí další bonusy, například možnosti sportovního vyžití nebo sebevzdělání. A jako velkou výhodou vidím širokou škálu oblastí, ve kterých se může zájemce uplatnit. I lidé kolem 50 let, mající třeba přírodovědecké vzdělání mohou odstartovat novou kariéru v Kriminalistické ústavu nebo na odboru kriminalistické techniky a expertiz.

(md)

Jak se ubránit internetové kriminalitě?

Pokud vám přijde e-mailem stránka, která se tváří jako přihlašovací stránka vaší banky, rozhodně v ní nic nevyplňujte! Podvodníci by tak mohli získat přístup k vašemu účtu. Máte-li jakékoliv pochybnosti, zavolejte do klientského centra vaší banky a vše si ověřte. Prodáváte zboží po internetu? Pak nesdělujte kupujícímu vaše hesla (PIN) k platební kartě či bankovnímu účtu!



Krajské ředitelství policie hlavního města Prahy

hledá nové kolegy a kolegyně

na místní oddělení, oddělení hlídkové služby, dopravní inspektorát
Obvodního ředitelství policie Praha IV



Požadujeme
Občanství České republiky, věk starší 18 let, bezúhonnost, středoškolské vzdělání zakončené maturitou, fyzická, osobnostní a zdravotní způsobilost.

Co Vám můžeme nabídnout

- Perspektivní a zajímavou práci s možností kariérního růstu
- Po ukončení Základní odborné přípravy ve vzdělávacím zařízení Policie ČR služební příjem ve výši 39.360-Kč/hrubého
- Další růst služebního příjmu se odvíjí od zařazení policisty ke konkrétnímu útvaru policie
- Náborový příspěvek ve výši 150 000,-Kč po zkušební době 6 měsíců

Benefity

- Bezplatné ubytování pro mimopražské aktuálně po dobu 20 let
- Bezplatnou služební výstroj a výzbroj
- 6 týdnů dovolené
- Příspěvek na stravování
- Příspěvek na penzijní pojištění
- Náhrady cestovních výdajů
- Možnost dalšího rozvoje a vzdělávání
- Odchodné (po 6 letech služby) a výsluhový příspěvek (po uplynutí nejméně 15 let služebního poměru)
- Ozdravné pobyty (po uplynutí nejméně 15 let služebního poměru)

 @POLICIECZ
  KRPA.NABOR@PCR.CZ
  703 823 840

Soutěž Pražské věže s Prahou 4

Milovníci historie z celé České republiky se několikrát za rok sjíždí do Prahy, aby vystoupili na pražské věže, známé i ty méně známé. Praha jich má stovky a právě věže vytvářejí obraz našeho města.

Pražské věže, velká celodenní dobrodružná hra po Pražských věžích, se letos uskuteční v neděli 10. dubna na území Prahy 4 a v jejím okolí. Start hry je z Nuselské radnice od 10.00 hodin. V blízkosti radnice se soutěžící rozhlédnou po Nuslích z věžičky sokolovny Sokola Nusle. Největším lákadlem je ale nově zrekonstruovaná vršovická vodárenská věž, kde se účastníci podívají do interiéru, vystoupají na věž a seznámí se s historií. Další věže, tentokrát kostelní, čekají na Spořilově a v Kunraticích. A všichni se přesvědčí, že nejvyšší věžičky v Praze jsou právě v Praze 4.

Jak se přihlásit?

Utvořte rodinný či kamarádský tým s libovolným počtem účastníků. Na www.prazske-veze.cz jsou k dispozici přihlášky, aktuální informace, pravidla, cíl hry i časový harmonogram. Nehraje se na čas. Na startu každý obdrží mapu s vyznačenými stanovišti, startovní průkaz a itinerář s úkoly. Strategii si volí každý tým sám. Hraje se o zlatou kostičku v cíli pro každého. (red)

Každý má svůj příběh, i Ty!

Ústav sociálních služeb v Praze 4 zve seniory a odbornou veřejnost na přednášku „Každý má svůj příběh, i Ty!“ aneb jak objevit ve svých vzpomínkách to, co jsme zapomněli. O životním příběhu a vzpomínání na něj jako na nedílnou součást nás samotných bude přednášet PhDr. Eva Procházková PhD. Akce proběhne 12. dubna od 14.00 hodin v Nuselské radnici. Účast je předem nutné nahlásit Radce Novákové z Ústavu sociálních služeb v Praze 4 na tel.: č. 606 354 133. (red)

Pozvánka

Zůstaňte zdravá, ať můžete být s nimi.

Výstava Zdraví národa nabádá ženy k prevenci

Prevence je jedinou cestou, jak předějit mnoha zdravotním problémům včas. Průběžná kontrola zdravotního stavu je důležitá pro všechny bez rozdílu. V některých oblastech by se ale ženy měly hlídat více než muži. V obdobích, jako je například těhotenství či menopauza, jsou totiž k některým zdravotním potížím náchylnější. U příležitosti Světového dne zdraví tak společnost SYNLAB, poskytovatel služeb v oblasti laboratorní diagnostiky, připravila ve spolupráci s městskou částí Praha 4 edukativní výstavu, která má ženám připomenout, aby na sebe nezapomínaly. Představí jim, jak jednoduše předcházet zdravotním komplikacím spojeným s poruchami štítné žlázy či nedostatkem důležitých látek, jako je železo či vitamin D. Příznaky těchto potíží mohou být totiž velmi nenápadné nebo se navenek neprojeví vůbec. Přijďte se podívat, jak je odhalit a zabránit rozvoji vážnějších zdravotních problémů včas. Volně přístupná výstava společnosti SYNLAB proběhne **od 7. do 17. dubna v parku Na Pankráci**. Více informací najdete na www.synlab.cz. (red)

Myokiny – to je, oč tu běží



Ilustrace: Petr Urban (zdroj: Hubneme s Pivrcem)

Že pohybová aktivita přispívá ke zdraví, je známo od pradávna. Dokud jsme ale nedokázali vysvětlit mechanismus účinku pohybové aktivity, často byla její role zpochybňována a mnoho lidí v ní prostě nevěřilo. Zkusme si tedy vysvětlit blíže, jak je možné, že 30 minut pohybu denně navíc může mít tolik pozitivních účinků na mnoha úrovních organismu.

Za všechno mohou myokiny

Je to již více než čtyřicet let, co byly popsány první myokiny, v současné době je jich známo na čtyři sta. Myokiny jsou tzv. signální molekuly, které se uvolňují z pracujícího svalu, a také látky, které ovlivňují nejen samotný sval, ale i řadu fyziologických dějů. Působí například na tukovou tkáň, velmi pozitivní efekt mají i na mozek, kosti, játra nebo slinivku břišní, podporují také novotvorbu cév. To znamená, že je-li sval zatěžován jednodušeji, vytvoří se v místě zúžení cévy tzv. kolaterální řečiště – vzniknou nové cévy, které zúžení nebo uzávěr cévy obcházejí. Opomenout nesmíme ani zcela zásadní vliv myokinů na imunitní systém. Je evidentní, že zdatný člověk lépe odolává infekci, respektive lépe se s infekcí vyrovnává, pokud jí onemocní. Více informací o myokinech a jejich vlivu na vzdálené orgány, včetně zjednodušeného schématu, naleznete na stránkách www.obesity-news.cz.

Není myokin jako myokin

O tom, jaké myokiny se z pracujícího svalu uvolní, rozhoduje typ pohybové aktivity

a také typ svalových vláken, která jsou při dané pohybové aktivitě zapojena. Jiné myokiny tak budou uvolněny například při silové, jiné při vytrvalostní zátěži. Jedním z myokinů, do kterého se vkládaly velké naděje v souvislosti s léčbou obezity, je irisin. Tento myokin dokáže změnit bílou tukovou tkáň na béžovou, která obsahuje více mitochondrií a snadněji v ní dochází ke „spalování“ mastných kyselin, tedy tuku, a k uvolňování tepla.

Myokiny u obézních

Pacienti, kteří mají několik kilogramů, nebo dokonce desítek kilogramů navíc, a jsou v pohybu, mají také poměrně velké svaly se zásobou myokinů. Při využití svalů, tedy při pohybové aktivitě, tak těží z pozitivních účinků myokinů, čímž se vlastně léčí. A dokonce i bez ohledu na to, zda při tom hubnou, či nikoli. To je také dokonalé vysvětlení pro úsloví „FIT a FAT je lepší než UNFIT a UNFAT.“ Jinak řečeno platí, že fyzicky zdatný jedinec s nadváhou či obezitou má lepší prognózu než „hubeňour“ bez zdatnosti. Každý z nás tak má svoji svalovou lékárnu při sobě, a i když nemůže třeba dlouhodobě chodit, klidně může zapojovat svaly v sedě nebo ve stoje. Farmaceutické společnosti již zřejmě vyvíjejí léky s myokiny, ostatně pro někoho může být představa, že si po nedělním obědě aplikuje myokin a lehne si na gauč, jistě lákává. Lze ale předpokládat, že se farmaceutickým společenstvem nepodaří dosáhnout optimální kombinace myokinů, jíž dosahujeme z pracujícího svalu.

Dejte tedy myokinům šanci, aby ukázaly, jak mohou být efektivní!

doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.

Prahu 4 opustily dvě významné osobnosti

Do kulturního nebe se v průběhu února a března odebrali filmová publicistka a čestná občanka MČ Praha 4 Eva Zaoralová a sbormistr, dirigent a pedagog Jan Maria Dobrodinský.

Eva Zaoralová (1932–2022) se specializovala především na francouzský a italský film a zároveň se věnovala překládání z francouzštiny a italštiny. Dlouhá léta působila ve vedení Mezinárodního filmového festivalu Karlovy Vary jako jeho umělecká ředitelka. Byla šéfredaktorkou odborného filmového časopisu *Film a doba*, přednášela filmovou historii na Filmové a televizní fakultě Akademie múzických umění v Praze. „Lásku k filmu jsem získala v Braníku. S rodiči jsem se sem přistěhovala na konci roku 1939 a tehdy tu byla dvě kina – Vltava a Sokol – do kterých jsem ráda chodila, i později jako studentka,“ světila se v rozhovoru pro *Tučňák* Eva Zaoralová, která nešetřila kritikou soudobé kinematografie. „Podle filmů se obvykle učíte rozeznávat podobu dobra a zla a kladného a záporného hrdinu. Katastrofou je, že mladí dnes příliš nečtou a morální profil si utváří podle různých brakových násilnických filmů, kde do někoho zabodnout nůž není nic mimořádného,“ uvedla držitelka Českého lva za mimořádný přínos české kinematografii, jejíž překlad italského titulu *Dějiny filmových teorií* se na dlouhé roky stal jedinou učebnicí filmové historie na FAMU.



Filmová publicistka a kritička Eva Zaoralová.

Jan Maria Dobrodinský (1925 – 2022) ovlivňoval sborové dění a kulturu v širším slova smyslu v Čechách a na Slovensku zejména ve druhé polovině 20. století. Dlouhá léta působil ve funkci hlavního sbormistra Slovenského filharmonického zboru, Pěveckého sboru Československého rozhlasu v Praze a hlavního dirigenta Středočeského symfonického orches-



Hudební pedagog Jan Maria Dobrodinský.

tru v Poděbradech. „Dirigování je v podstatě zdravé řemeslo. Každý den jsem měl prostná cvičení, čtyři až pět hodin jsem máchal rukama, a k tomu se v hlavě musela pořád točit kolečka,“ uvedl pro *Tučňák*. Spořilovský rodák od roku 1977 bydlel se svou manželkou v Podolí, kterou jako mladík poznal při sborovém zpěvu v nusedském kostele sv. Václava. (md)



Letní příměstské tábory vodního póla

ČERVENEC 2022

18-22



ČERVENEC 2022

25-29

PESTRÝ PROGRAM PRO DĚTI 1. ST. ZŠ (PLAVCE), 2X DENNĚ BAZÉN, DOPROVODNÝ PROGRAM, CELODENNÍ STRAVOVÁNÍ. ZKUŠENÉ A LASKAVÉ TRENÉRKY.

PŘIHLÁŠKY NA I.KAHOUNOVA@SEZNAM.CZ

CENA 5 500 Kč (PRO ČLENY ODDÍLU CENA 5 000 Kč)



OLYMPIJSKÉ OKAMŽIKY

VÝSTAVA ČESKÉ TISKOVÉ KANCELÁŘE

13. 4. —
— 20. 5.
2022 —

Praha 4
park Na Pankráci

Městská část Praha 4

CTK

BRAVO!

Divadlo BRAVO!

(bývalé Branické divadlo)

Branická 411/63, 147 00 Praha-Braník
www.divadlobravo.cz

info@divadlobravo.cz, +420 731 153 139

Ne 3.	15.00	RONJA, DCERA LOUPEŽNÍKA - pohádka
Po 4.	19.00	f.EMMA - host Contéatr
Út 5.	19.00	Comm.UNI.ty - host Contéatr
Pá 8.	19.00	MIM SESSION aneb pocta Boris Hybnerovi
Ne 10.	15.00	POUTNÍCI PO HVĚZDÁCH - pohádka
Út 12.	19.00	KONKURZ - Losers Cirque company
St 13.	19.00	KONKURZ - Losers Cirque company
St 20.	19.00	obnaŽENA - host The Same Self
Čt 21.	19.00	obnaŽENA - host The Same Self
Pá 22.	19.00	VPŘED - host ŽONGLÉROS ANSÁMBL
So 23.	19.00	ANGEL-Y - host Vanda Hybnerová a Lucia Kašiarová
Út 26.	19.00	DAN BÁRTA, EN.DRU & JEN - koncert
St 27.	19.00	DAN BÁRTA, EN.DRU & JEN - koncert
Čt 28.	19.00	MINIATURY - Losers Cirque company a hosté

rest.art

Kino Rest.art

Podolská 33, Podolí, bývalý klub Tobaco,
ještě dříve kino Zdar. Vstupné 120 Kč,
zlevněné vstupné (studenti a důchodci) 60 Kč.

Ne 3.	19.00	Belle
Út 5.	19.00	Nejhorší člověk na světě
Čt 7.	19.00	Město
Ne 10.	19.00	Na cestě
Út 12.	19.00	Na cestě
Čt 14.	19.00	Belle
Ne 17.	19.00	Město
Út 19.	19.00	Nejhorší člověk na světě
Čt 21.	19.00	Na cestě
Ne 24.	19.00	Belle
Út 26.	19.00	Město
Čt 28.	19.00	Nejhorší člověk na světě



TRADIČNÍ LOUTKOVÉ DIVADLO

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

So 2.	15.00	Krejčík, švec a Kašpárek
So 9.	15.00	Dlouhý, široký a Bystrozraký
Čt 21.	16.00	Tři prasátka
So 23.	15.00	Šípková Růženka
So 30.	14.00	Perníková chaloupka + Čarodějny rej

Hrajeme každou sobotu v KC Novodvorská,
Novodvorská 151, Praha 4, www.zvonecek.info,
facebook.com/divadlo.zvonecek.

DIVADLO NA JEZERCE

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

Ne 3.	19.00	Pánský klub (M. Balcar)
St 6.	19.00	Občan (Matěj Balcar)
Čt 7.	19.00	Sláva strojů a měst (Jaromír Rašín)
So 9.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Ne 10.	19.00	Gin Game (D. L. Coburn)
Po 11.	19.00	Takový žertík (Jean Dell, Gérard Sibleyras)
Út 12.	19.00	Mašini (J. Jirků)
St 13.	19.00	Poslední aristokratka (E. Boček)
Čt 14.	19.00	Ze života Čapka (P. Vacek)
Út 19.	19.00	Práskni do bot (Owen McCafferty)
St 20.	19.00	Charleyova teta (J. B. Thomas)
Čt 21.	19.00	Už je tady zas! (T. Vermes)
Ne 24.	19.00	Pánský klub (M. Balcar)
Po 25.	19.00	Naprostí cizinci (P. Genovese)
Út 26.	19.00	Občan (Matěj Balcar)
St 27.	19.00	Manželské vraždění (E. E. Schmitt)
Pá 29.	19.00	Mašini (J. Jirků)
So 30.	19.00	Saturnin (P. Vacek)

dobeška

DIVADLO DOBEŠKA
Jasná I. 1181/6, 147 00 Praha 4
Telefon: 244 468 173
fax: 244 468 167
e-mail: rezervace@divadlodobeska.cz
www.divadlodobeska.cz
STUDIO DOBEŠKA
kurzy • zábava • relaxace
www.divadlodobeska.cz/studio

Ne 3.	11.00 a 16.00	Zrada v balonovém coupé - pohádka
St 6.	19.30	Drive My Car - kinokavárna
Čt 7.	20.00	Norbi Kovács & Olin Nejezchleba & Pavel Fischer - koncert
Pá 8.	19.30	Jaroslav Dušek a Vizita - Křuba, Křubula a Křubíkula - improvizované vystoupení
Ne 10.	15.00	O Palečkovi - pohádka
Út 12.	19.00	Přednáška o architektuře s Davidem Vávrou - téma: Snih a písek
St 13.	19.30	Hrdina - kinokavárna
Po 18.	18.00	MB (Portugalsko) a JC (Itálie) - vernisáž
Út 19.	19.30	Besídka Pandemiána - divadlo Sklep
St 20.	19.30	Výběr z Besídek - divadlo Sklep
Čt 21.	19.30	Besídka Gala
Ne 24.	15.00	Ronja, dcera loupežníka - pohádka
St 27.	13.00	Příběhy našich sousedů - závěrečná prezentace vzdělávacího projektu ZŠ a SŠ z Prahy 4
	19.30	Poslední závod - kinokavárna
Čt 28.	20.00	Gaia Mesiah - koncert rockové kapely

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

Pá 1.	19.30	Stalo se v Chamonix - detektivní komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
So 2.	19.30	Až uslyšíš moře - horlká komedie (Divadlo Ve Věži)
Út 5.	19.30	Hidžáb a Hippokratés - premiéra drama (divadlo Sumus)
Pá 8.	20.00	Dovolená po česku - komedie (divadlo Projekt 2)
Po 11.	19.30	1 + 1 = 3 - komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
St 13.	19.30	Bacha, pojišťováci - komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Čt 14.	19.30	Sluha dvou pánů - interaktivní komedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
So 16.	15.00	Punč přání - pohádka (divadlo Teenager)
Po 18.	19.30	Kočičí hra - tragikomedie (DIVADLO BEZ HRANIC)
Út 19.	19.30	Oskar a růžová paní - premiéra drama (divadlo Sumus)
St 20.	19.30	Improvizace - improvizované představení (Improvizace.cz)
Čt 21.	19.30	Racajda - monodrama (DIVADLO BEZ HRANIC)
Pá 22.	19.30	Poločas nápadu vs. Imjoy - improvizované představení (divadlo Poločas nápadu)
Po 25.	19.30	Slávek bourá show - talkshow Slávka Boury
Út 26.	19.30	Jak důležité je mít Filipa - komedie VOŠH
St 27.	19.30	Motorest Favorit - hororová komedie (Činoherní studio BÉRETA)
Čt 28.	19.30	Ošilelý západ - černá komedie (Divadlo bez zábran)
Pá 29.	19.30	Figurův rozvod - drama (divadlo Sumus)
So 30.	15.00	Punč přání - pohádka (divadlo Teenager)

Naše tipy

Podolí - Senior fitness z.s. zve na tradiční Den pro zdraví, který proběhne v areálu Žlutých lázní (Podolské nábř. 3) dne 23. 4. od 9.00 hod. Přijďte si zahrát pétangue, walking fotbal, molky, croquet, snag golf, disc golf, zkusit si cvičení na židlích, potrérovat paměť a mnohé další. Vstup zdarma, info na www.seniorfitness.cz.

Krč - Přijďte si na jarní dobročinný bazar Centra podpůrné péče Fakultní Thomayerovy nemocnice nakoupit oblečení, hračky, knihy a další různorodé věci. Věci můžete věnovat i vy (příjem do 20. 4., bazar pak proběhne od 21. do 23. 4. (9.00-18.00 hod.). Kontakt: tel. 603 553 951, 261 083 690, dobrovolnici@ftn.cz.



DIVADLO NA FIDLOVAČCE

Křesomyslova 625
Praha 4,pokladna tel.: 773 831 705
pokladna e-mail: pokladna@fidlovaacka.cz
po-pá 10.00-19.00 hod.
so 14.00-18.00 hod.
(do 19.00 hod., pokud se hraje od 19.00 hod.)
ne - hodinu před představením
(jen pokud se hraje)
www.fidlovaacka.cz.
On-line rezervace a prodej:
www.webticket.cz, prodej též v sítích:
Ticketportal, GoOut a Kulturní portál.cz

Pá 1.	19.00	Jeptišky
Út 5.	10.30	Absolvent
	19.00	Absolvent
Čt 7.	19.00	Famílie - zadáno
So 9.	15.00	Muž moji ženy
Ne 10.	15.00	Sugar (Někdo to rád horké)
St 13.	19.00	Kouř
Út 19.	19.00	Šakalí léta - zadáno
St 20.	19.00	Srnky
Čt 21.	19.00	Famílie - zadáno
Pá 22.	19.00	Muž moji ženy
So 23.	15.00	Absolvent
Ne 24.	15.00	Kouř
Út 26.	19.00	Dánská dívka
St 27.	19.00	Testosteron
So 30.	15.00	Šakalí léta

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

Pankrác - Akce v Café Na půl cesty (park Na Pankráci): 2. 4. 20.00 hod. Shades (brit folk) - koncert, 4. 4. 16.00-18.00 hod. velikonoční dílna, 27. 4. 20.00 ProjektB3 (jazz-blues) - koncert, 30. 4. 15.00-20.00 hod. festival Čarodějnice (DJ, kapely, divadelní dílna).

Krč - Dětské integrační centrum a mateřská škola, Hurbanova 1285, pořádá 13. dubna Den otevřených dveří. Přijímány jsou děti zdravé, dvouleté, se speciálními vzdělávacími potřebami. Zápis pro příští školní rok je ve dnech 2. až 12. 5. od 13.00 do 17.00 hod. Kontakt: tel. 723 473 339 - Mgr. Sárázová, nutné domluvit hodinu návštěvy, www.dic-saop.cz. (red)

Sociální informace IV/2022

Když vás životem provází alkohol...



Alkoholismus jednoho z partnerů patří mezi nejčastější příčiny rozpadu manželství.

Odbor sociální Úřadu městské části Praha 4 zajišťuje v rámci své činnosti mimo jiné i podporu a pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením včetně osob, které se „potkaly s některou z forem závislosti“. V tomto případě s alkoholovou závislostí. Odbor sociální můžete kontaktovat na Úřadu MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Krč.

Závislost na alkoholu patří v naší společnosti k nejobvyklejší, postihuje celou osobnost závislého, zasahuje i jeho rodinu a v důsledcích také celou společnost. V České republice je alkoholová závislost na okraji pozornosti, pro alkoholiky je nedostatek poradenských center, není mnoho specializovaných léčen pro osoby postižené touto závislostí. Společnost jako by si neuvědomovala, že alkoholová a jiné drogové závislosti jsou srovnatelné a bohužel jsou podceňovány i škody, které může alkoholismus napáchat, a to jak psychické, společenské a zejména zdravotní.

Pomalý zabiják

Závislost na alkoholu je úporností i následky srovnatelná se závislostí na heroinu. Nadměrná a pravidelná spotřeba alkoholu má pro člověka vážné fyzické a psychické následky. Alkohol je hned po kouření druhým nejvýznamnějším rizikovým faktorem vzniku rakoviny. Nadměrná konzumace alkoholu (alkoholismus) způsobuje například nemoci trávicí soustavy, záněty střev, žaludku, slinivky břišní, žaludeční vředy, cukrovku a celou řadu typů rakoviny, cirhózu jater, zvýšené riziko onemocnění srdce, infarktu, vysokého krevního tlaku, arytmií. Kromě fyzických onemocnění způsobuje nadměrná konzumace alkoholu i potíže psychické, a to poruchy spánku, úzkosti, deprese, chronickou únavu či alkoholovou demenci. Na otravu alkoholem zemře v Česku ročně kolem dvou stovek osob, další stovka zemře v souvislosti s poruchou chování, kterou alkohol vyvolal. Cirhóze jater způsobené alkoholem podlehe kolem 1 300 lidí ročně. Počty těch, k jejichž úmrtí alkohol přispěl, není

snadné vysledovat. Je tedy na každém z nás přehodnotit svůj vztah k alkoholu a jeho konzumaci a nestydět se přiznat si problém. Protože právě takové přiznání je prvním krokem k léčbě.

Zdraví máme jen jedno

V únoru letošního roku opětovně probíhal projekt „Suchý únor“, který je určen k otestování pevné vůle a také obecného vztahu k alkoholu. Pořadatelem projektu je tzv. Liga otevřených mužů – asociace společenské odpovědnosti. Suchý únor je oficiální osvětovou kampaní podporující osobní zkušenost s alkoholovou abstinencí trvající po dobu jednoho měsíce. Kampaň poukazuje na rizika vznikající pitím alkoholu, apeluje na osobní odpovědnost a úctu k vlastnímu zdraví uvědoměním si svého vztahu k alkoholu. Organizátoři spolupracují například s Národním ústavem duševního zdraví, s Karlovou univerzitou, s Všeobecnou fakultní nemocnicí, Národní linkou pro odvykání či ministerstvem zdravotnictví.

Přes výše uvedené obsazují Češi stabilně přední příčky ve spotřebě alkoholu. Dokud nedojde ke změně pohledu na požívání alkoholických nápojů, jen velmi těžce dojde ke snížení spotřeby alkoholu v České republice či ke snížení počtu osob s alkoholovou závislostí. Příznakem alkoholové závislosti jsou: psychické problémy, touha po alkoholu bez ohledu na problémy, ztráta jiného smyslu života. Prevencí je abstinence. (red)

Zastáváte názor, že vztah Čechů k pití alkoholu lze charakterizovat jako příliš tolerantní a benevolentní?



Z průzkumu společnosti SANEP vyplynulo, že závislost na konzumaci alkoholických nápojů připouští v souhrnu 9,9 % domácí populace. Co je však alarmující, stoupá počet dětí, které se rády podívají na dno sklenky. Zdroj: SANEP

Kde hledat pomoc?

Setkáváte se s podobnými problémy v rodině či mezi přáteli? Cítíte se odpovědní za své zdraví? Potom neváhejte požádat o pomoc či o informace k této problematice. Níže uvádíme několik kontaktů na odborníky, kteří vám mohou poradit či pomoci.

Zdravotnické zařízení MČ Praha 4, psychiatrie + AT poradna, Rodvinovská 574/3, Praha 4
– Krč: tel. 296 320 453, e-mail: ordinace@zpraha4.cz

Anonymní alkoholici Praha, skupina „V Knihovně“, PN Bohnice, budova: Pavilon 19, vstup ze zadu, Info: Štefan: tel. 773 236 525, e-mail: vknihovnepraha@aamail.cz

Psychiatrická nemocnice Bohnice – léčba závislosti: závislosti - muži, závislosti ženy + duální diagnózy. Objednání na léčbu: tel.: 734 268 518, Po-Pá 11.00-12.00 hod.

Centrum krizové intervence Psychiatrické nemocnice Bohnice, tel.: 284 016 666 - poradenství a krizová intervence pro závislé či jejich blízké.

Martina Pecháčková, OSI Odboru sociálního Úřadu MČ Praha 4, tel.: 261 192 484.

PŘIJĎTE MEZI NÁS

Kdo by měl zájem vykonávat sociální práci a splňuje předepsané podmínky,

může se přihlásit do výběrového řízení, které najde na stránkách městské části Praha 4 – www.praha4.cz. Pokud potřebujete pro své rozhodnutí více informací, můžete se obrátit na vedoucí odboru nebo na vedoucí příslušného oddělení.

ČEKÁME NA VÁS.

**Kontakt: vedoucí OSPD
Bc. Petra Opočenská, DiS.
tel. 261 192 336
e-mail: petra.opocenska@praha4.cz**





**Přijímáme budoucí prvňáčky
pro školní rok 2022/2023
a spolužáky do 1.-3. třídy.**

Naším cílem je rozvíjet
potenciál, se kterým
se Vaše dítě narodilo.

Nová bilingvní základní škola
Praha 4 - Dolnokrčská



WWW.GENIUS-SCHOOL.CZ

SC-501087/01

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

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

FA ŠIML
241 493 633, 222 941 998, 603 501 166
NAD LESNÍM DIVADLEM 1354, PRAHA 4

SC-500794/04

❖OPRAVY❖
CHLADNÍČEK a MRAZNÍČEK
i soboty a neděle

• PRODEJ nových • ODVOZ starých •

Kontakt: 602 719 678

SC-500795/04



**G4S Secure Solutions (CZ) a.s.
HLEDÁME
ZAMĚSTNANCE:**

**OPERÁTOR PCO
pro Prahu 4
zajímavá práce na PC**

tel. č.: 724 871 164

SC-501109/01



**ZÁKLADNÍ UMĚLECKÁ ŠKOLA
PRO ARTE VIVA, s.r.o.**

**Vás zve k zápisu kontaktně
2.-6. května 14-18 hod.
Vzdušná 564/8, Praha 4
NEBO
online z pohodlí vašeho domova.**

Informace na www.zusproarteviva.cz
pod záložkou **PŘIJÍMACÍ ŘÍZENÍ**
nebo na www.prihlaskazusproarteviva.cz

**Zaměřujeme se na výuku
populární hudby a muzikál.**

**Informace: 703 360 165
Těšíme se na vás!**

SC-501080/01



ČARODĚJNICE
ZAHAJTE S NÁMI SEZÓNU
Začínáme v 11:00 30. 4. 22

**Čarodějnický den pro celou rodinu
a program plný zábavy.**

Těšit se můžete na úžasného hudebníka Ondřeje
Rumla, Pohádkový muzikál Princové jsou na draka
s písničkami Zdeňka Svěráka a Jaroslava Uhlíře,
dětské dílničky, pouťové atrakce, chodci na chůdách
a mnoho dalšího.

Vstupné: 100 Kč
WWW.ZLUTELAZNE.CZ



SC-501108/01



Ekologická laboratoř PEAL s.r.o.
U Vodojemu 15, 142 00 Praha 4 - Libuš

- CHCETE PROVÉST ROZBOR PITNÉ, TEPLÉ, BAZÉNOVÉ ČI ODPADNÍ VODY?
- CHCETE ZKONTROLOVAT, ZDA SE V DODÁVANÉ TEPLÉ VODĚ NEVYSKYTUJE BAKTERIE LEGIONELLA?
- POTŘEBUJETE AKREDITOVANÝ ODBĚR VODY A DOLOŽENÍ PROTOKOLU O ZKOUŠKÁCH?
- CHCETE ZKONTROLOVAT MIKROBIOLOGII VAŠEHO BAZÉNU?
- POTŘEBUJETE ZKONTROLOVAT DOMÁCÍ ČOV?
- POŽADUJETE VYHODNOCENÍ NAMĚŘENÝCH PARAMETRŮ VE VZTAHU K PLATNÉ LEGISLATIVĚ?

Příjem vzorků: PO - PÁ 7.00 - 16.00
tel.: 608 074 344, 605 518 022
e-mail: info@peallab.cz
www.peallab.cz

*Obrat'te se
na nás!*



SC-500790/02

dermalink.s.r.o.

Kožní a lymfologická ambulance

Jílovská 14a, Praha 4 (Lékařský dům)

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

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

WWW.DERMALINK.CZ

SC-500498/02

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

SC-500661/06

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

SC-500837/02

Elektronické
zabezpečovací systémy
MONTÁŽE - SERVIS
Chrástanský Petr
PROFISERVIS
Jsme tady pro Vás od roku 1992
JABLOTRON
Kamerové systémy
Společné televizní
a satelitní antény
Dispečink: 777 570 018
www.alarmezs.cz

SC-500896/03

Údržba zeleně
♦ Ořez živých plotů
♦ Prořez a kácení
stromů
♦ Údržba zeleně
z vysokozdvizné
plošiny
www.pvj-group.cz
info@pvj-group.cz
Tel.: 724 006 275

SC-500877/03

Hodinář sběratel koupí veškeré hodinky,
hodiny, budíky, mechanické natahovací
i nefunkční a poškozené náramkové i kapesní,
české, ruské i světové PRIM, OMEGA, LONGINES,
ORLIK, SPARTAK, SCHAFFHAUSEN, ETERNA,
ZENITH, ROLEX, LEMANIA, MOVADO, CERTINA,
SEIKO, HEUER i jiné. Koupím též drahé zlaté
hodinky v jakémkoliv stavu. Koupím i celou
pozůstalost po hodináři, hodinky, součástky,
nářadí, skříňka plastová i skleněná, soustruh
apod. Po telefonické dohodě s Vámi přijedu
kamkoliv nebo můžete Vy ke mně.
Slušné a seriózní jednání. Tel. 777 311 101



SC-500947/02

**- VÝKUP AUTOMOBILŮ,
MOTOCYKLŮ A VETERÁNŮ
VŠECH ZNAČEK**
**- ZÁSTAVY
VOZIDEL**
**- PENÍZE
IHNEDE**
NEJLEVNĚJŠÍ ODTAHY
Tel.: 604 868 055



SC-500955/14

ZEDNICTVÍ-MALÍŘSTVÍ
Provádím veškeré zednické,
obkladačské, malířské,
podlahářské a bourací práce.
Odvoz suti zajištěn. Rekonstrukce
bytu, domu, nebytových prostor.
Mobil: 606 125 116

SC-500858/03

BURIAN
Čištění
koberec, mytí oken
773 540 170
CISTENIBURIAN.cz

SC-500838/03

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

SC-500810/04

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

SC-500798/04

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

SC-501081/01

Společenská rubrika



V uplynulých týdnech oslavili narozeniny dva čestní občané MČ Praha 4. **Alena Vorlová**, lékařka a správkyně roz-sáhlé sbírky historických loutek, se dožila 92 let, o rok více oslavil spořilovský patriot **Ing. Vladimír Prchlík**.



Na apríla bude přijímat gratulace k 72. narozeninám další čestný občan Prahy 4, statistik a ekonom profesor **Ing. Richard Hindls, CSc., dr. h. c.** Všem oslavencům přejeme především pevné zdraví a dobrou náladu po celý letošní rok.

Bezplatné lekce cvičení Tai chi

Ani letos nebude chybět již tradiční cvičení s prvky Tai chi pod vedením MgA. Vlasty Pechové, které proběhne každé pondělí a úterý v parku Na Pankráci. Akce bude zcela zdarma a zúčastnit se mohou všechny věkové kategorie. Outdoorové cvičení odstartuje v pondělí 16. května od 18.00 hod. Nemusíte se bát, že byste místo tréninku nenašli, protože je vždy vyznačeno vlajčkou TIME outDOOR. Během 15 týdnů je pro vás nachystáno 30 lekcí. Pondělní lekce (18.00–19.30 hod.) budou určeny pokročilým a zdatnějším. Pro fyzicky méně zdatné, začátečníky nebo seniory jsou vhodnější úterní lekce, které proběhnou v dopoledních hodinách (9.00–10.30 hod.). Leták s podrobným rozpisem termínů cvičení získáte ve všech infocentrech městské části, na recepci Nuselské radnice nebo ÚMČ (Antala Staška, Budějovická). Bližší info o akci na <https://www.taijipodlupou.cz/cviceni-zdarma/>. (red)

Za kostely Nového Města

Nové Město pražské bylo založeno Karlem IV. v roce 1348. Samotnému založení předcházela přípravná fáze, během které vzniklo i několik církevních areálů, jako třeba areál Na Slovanech, více známý pod názvem Emauz (Emauzský klášter). Projděte se po této části Prahy a připomeňte si nejen tento objekt, ale také pětici kostelů, které svým spojením tvořily kříž, což mělo nově založené město ochránit před katastrofami všeho druhu. Přihlášky viz tabulka akcí. (red)

Jak kdysi vypadaly pražské ulice?

Na konci 19. století vchází v platnost asanační zákon, který zbavuje město například židovského ghetta. Projděte se společně s PhDr. Havlovcovou a zjistěte více o tom, jak to v hlavním městě vypadalo před více než dvěma sty lety. Přihlášky viz tabulka akcí. (red)

PŘEHLED AKCÍ POŘÁDANÝCH MČ PRAHA 4

DUBEN 2022		Přihlašování od 8.00 hod.
Velikonoční workshop	5. 4. dopol. 9.00–12.00 h. 5. 4. odpo. 13.00–16.00 h. Nuselská radnice, sál č. 303	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 28. 3. (10/10 osob). Velikonoční květinová tvořivá dílna s floristou – výrobek si odnesete domů, dopol. nebo odpo. lekce (obě stejné).
Zahrady Pražského hradu v rozpuku	7. 4. od 14.00 h.	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 28. 3. Procházka s průvodcem, sraz u kašny sv. Jiří na III. hradním nádvoří.
Národní technické muzeum	12. 4. od 14.00 h. Kostelní 1320/42, Praha 7	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 4. 4. Komentovaná prohlídka muzea, sraz před hlavním vchodem do budovy, vstupné 130 Kč.
Významné kostely v Novém Městě	19. 4. od 14.00 h. Nové Město	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 11. 4. Procházka s průvodcem, sraz u KFC na I. P. Pavlova
NIC NENÍ NEMOŽNÉ aneb cestování s handicapem – Americký sen	21. 4. od 14.00 h. Nuselská radnice, sál č. 303	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 11. 4. Interaktivní fotograficko-cestovatelská přednáška s J. Greschlem.
Ukázková lekce Trénování paměti	26. 4. od 14.00 h. Nuselská radnice, sál č. 303	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 19. 4. Ukázková hodina vzdělávacího kurzu, který pravidelně probíhá na podzim.
Pražské ulice – koňka, číslování domů, hygiena apod.	27. 4. od 14.00 h. Praha 1	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 19. 4. Procházka s průvodcem, sraz u pomníku mistra Jana Husa na Starom. náměstí.
JARNÍ PLAVBA lodí Evropy	28. 4. od 14.00 h. nástupiště Na Františku 15, Praha 1	Výdej vstupenek 26. 4. od 8.00 h. (do 8.30 h. – zbylé vstupenky k vyzvednutí na recepci ÚMČ P4), přepážka č. 34, přízemí ÚMČ P4 – po předložení občanského průkazu (pouze osobní vyzvednutí nebo pro manžela/ku – nutné předložit originál nebo kopii OP dotyčného). Plavba po Vltavě s hudebním doprovodem V. Bízka.
KVĚTEN 2022		Přihlašování od 8.00 hod.
Procházka Ďáblickým hřbitovem	3. 5. od 14.00 h. Ďáblická 564/2a, Praha 8	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 25. 4. Komentovaná prohlídka, sraz před hlavním vchodem na hřbitov.
Po stopách Květnového povstání	5. 5. od 14.00 h. Vinohradská 12, Praha 2	Přihlášky na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od 25. 4. Procházka s průvodcem, sraz u Českého rozhlasu.
Akce pořádá odbor školství, oddělení rodinné politiky a jsou určeny seniorům nad 63 let s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4. Účast na akcích je podmíněna registrací na uvedených číslech a dodržením aktuálních opatření. Akce mohou být zrušeny (po uzávěrci), proto sledujte aktualitu na webových stránkách www.praha4.cz (seniorweb). V případě dotazů pište na barbora.vesela@praha4.cz .		

Po vlnách Vltavy

Do svých diářů si zapište datum 28. dubna, kdy můžete na lodi Evropy a za hudebního doprovodu V. Bízka plout po Vltavě. Plavba je určena seniorům nad 63 let s trvalým bydlištěm v MČ Praha 4. Vstupenky jsou zdarma, vydávají se po předložení občanského průkazu a do vyčerpání zásob (viz tabulka akcí). Bez platné vstupenky ovšem nebudete vpuštěni na palubu. S případnými dotazy se neváhejte obracet na e-mail barbora.vesela@praha4.cz. (red)

Procházka Ďáblickým hřbitovem

Ďáblický hřbitov je unikátní svým kubistickým tvaroslovím. Nachází se tu pohřebiště popravených a umučených z dob minulých represivních režimů. A také zde naleznete první české přírodní pohřebiště Les vzpomínek. Přijďte si

poslechnout zajímavé vyprávění z úst zaměstnanců hřbitovů a projděte se tímto historickým místem s bohatou historií. Přihlášky viz tabulka akcí. (red)

Nic není nemožné

Přijďte si 21. dubna poslechnout inspirativní příběh Jakuba Greschla, který se nenechal zastavit prodělanou dětskou mozkovou obrnou a procestoval více než 30 zemí naší krásné planety. Inspirativní přednáška s následnou diskuzí proběhne v Nuselské radnici. Zjistíte, jak si handicapovaný dobrodruh splnil americký sen i další cestovatelské sny a co v jeho případě znamená překonávat hranice. Pokud vás již nyní zajímají bližší informace, info je na www.cestování-s-handicapem-aneb-nic-neni-nemozne8.webnode.cz. Přihlášky viz tabulka akcí. (red)

PŘISTAVOVÁNÍ KONTEJNERŮ NA OBJEMNÝ ODPAD A ELEKTROODPAD – DUBEN

Stanoviště	Zavezení:	den	hodina	Stanoviště	Zavezení:	den	hodina
Jivenská x Adamovská		01	16:00 - 20:00	Psohlavců x Věkova		14	16:00 - 20:00
Čestmírova x Mečislavova		01	16:00 - 20:00	Na Květnici - u stanoviště tř. odpadu		19	16:00 - 20:00
Zálesí x Sulická		01	16:00 - 20:00	Na Líše x Na Novině		19	16:00 - 20:00
Vavřenova		01	16:00 - 20:00	Jihlavská (proti garážím)		19	16:00 - 20:00
Pod Terebkou - nad schody		04	16:00 - 20:00	K Výzkumným ústavům		19	16:00 - 20:00
Pekárenská x Prostřední		04	16:00 - 20:00	Horáčkova X Bartáková		20	16:00 - 20:00
U Pernštejnských x Družstevní		04	16:00 - 20:00	Baarova u školy		20	16:00 - 20:00
Nad Pískovnou x Přečodní		04	16:00 - 20:00	Lukešova x Bohrova		20	16:00 - 20:00
Pod Dálnicí č. 1		05	16:00 - 20:00	Bítovská		21	16:00 - 20:00
Družstevní ohoz x Zdařilá		05	16:00 - 20:00	Klánska x U Vodotoku		21	16:00 - 20:00
V Zálomu x Na Jezerce		05	16:00 - 20:00	Podolská x K Vysoké cestě		21	16:00 - 20:00
Mezivrší x Nad Šálkovnou		06	16:00 - 20:00	Na Zlatnici x Na Podkovce		21	16:00 - 20:00
Valtínovská x Hornokřčská		06	16:00 - 20:00	Plamínkové (u garáží)		22	16:00 - 20:00
Jeremenkova x Sítteho		06	16:00 - 20:00	Kamenitá		22	16:00 - 20:00
Pod Lysinami 2 - u trafačky č. TS 5178		06	16:00 - 20:00	Branická x K Ryšance		22	16:00 - 20:00
Pod Děkanou x Nad Spádem		07	16:00 - 20:00	Jilovská (u Alberta)		22	16:00 - 20:00
Halasova x U Strže		07	16:00 - 20:00	Na Veselí x V Občanském domově		25	16:00 - 20:00
Pod Višňovkou		07	16:00 - 20:00	Jiskrova x Na Mlejnu		25	16:00 - 20:00
Murgašova		07	16:00 - 20:00	Sinkulova x Na Klikovce		25	16:00 - 20:00
Zelený pruh x Za Pruhy (u parkoviště)		08	16:00 - 20:00	V Hodkovičkách x Jitřní		25	16:00 - 20:00
Zachova x Nad Svahem		08	16:00 - 20:00	Pod Jalovým dvorem		26	16:00 - 20:00
Herálecká I. x Pacovská		08	16:00 - 20:00	Pod Vršovickou vodárnou III.		26	16:00 - 20:00
Vrbova (u garáží)		11	16:00 - 20:00	Podolská x U Vápenné skály		26	16:00 - 20:00
Lopatecká x Doudova		11	16:00 - 20:00	Ružinovská x Kukučínova		26	16:00 - 20:00
Nad Lesním div. x Němčická		11	16:00 - 20:00	Nad Havlem x U Krčského nádraží		27	16:00 - 20:00
U Habrovky x U Krč. vodárny		11	16:00 - 20:00	Sládkovičova		27	16:00 - 20:00
Marie Cibulkové x U Jedličkova ústavu		12	16:00 - 20:00	Filova x Rabasova		27	16:00 - 20:00
Na Vrstvách x Pod Pekařkou		12	16:00 - 20:00	Mirotická x Čimelická (u ul. Novodvorská)		27	16:00 - 20:00
Michelská x U Michelského mlýna		12	16:00 - 20:00	Jihozápadní V. x Jižní IX.		28	16:00 - 20:00
Pod Krčským lesem x Ružinovská		12	16:00 - 20:00	Na Chodovci (parkoviště proti škole)		28	16:00 - 20:00
Vzdušná x Na Rovinách		13	16:00 - 20:00	Jižní XVI.		28	16:00 - 20:00
Korandova x Havlovického		13	16:00 - 20:00	Choceradská x Senohrabská		28	16:00 - 20:00
Žilinská		13	16:00 - 20:00	Severovýchodní IV. x Severní IV.		29	16:00 - 20:00
Kotorská (u jeslí)		14	16:00 - 20:00	Viktorinova		29	16:00 - 20:00
Boleslavova x Božetěchova		14	16:00 - 20:00	Ohradní x Na Křivíně		29	16:00 - 20:00
Zapadlá x Zelený pruh		14	16:00 - 20:00	Podolská x Pravá		29	16:00 - 20:00

Sběr nebezpečného odpadu a olejů proběhne v těchto termínech: sobota 2. 4. trasa C, sobota 16. 4. trasa B a středa 20. 4. trasa A. Stanoviště a časy najdete v pravé části hlavní stránky www.praha4.cz pod ikonkou Stanoviště kontejnerů. (red)

Naše tipy

Braník - Akce s názvem Noční koloběžkování proběhne v sobotu v podvečer 7. května. Startovat se bude u půjčovny Topsports centrum, která se nachází v areálu bývalého kempu Kotva, nedaleko nástupního místa na in-line stezku v Braníku. A na co se můžeme těšit? Noční koloběžkování nabízí tříkilometrovou trasu pro děti od 3 do 15 let. Na stanovištích budou děti plnit různé úkoly - procházet duhovou stezkou po provázku, lovit barevné křišťály či procházet strašidelnou stezkou. Po trase se všichni pohybují na koloběžkách, buď vlastních, nebo vypůjčených. A každý účastník dostane v cíli

světelnou odměnu! Jakmile nastane pravá tma, budou odstartovány odvážnější děti, které se vydají na stezku plnou světelných úkolů, a poté i závodníci, kteří si porovnají síly na závodní trase dlouhé 10 km. Připravena je také nezávodní vyjížďka pro všechny, kteří na koloběžkách začínají. Přesný harmonogram a registrace na www.nocnikolobezkovani.cz.

Kamýk - MC Balónek pořádá jarní a letní bazar dětských věcí. Příjem zboží je 1.-2. 4. prodejní dny jsou 3.-5. 4. Více informací na <https://www.mcbalonek.cz/jarni-bazar-detskeho-zbozi-na-aprila-2022/>. (red)

Vítání občanů

V únoru byli přivítáni starostkou Irenou Michalovou (ANO 2011) noví občané Prahy 4. Děkujeme mateřské škole Plamínkové 2, MŠ Kotorské a MŠ Sedlčanské za krásná vystoupení.

V úterý 1. února byli přivítáni:

Martin Macháček, Emma Karšulín, Antonín Polko, Tereza Kadeřávková, Meda Ronja Tvoríková, Lucie Anna Deiml, Matěj Vrbík, Sebastian Souček, Lola Maděrová, Viktoria Dunková, Alexandr Novotný, Theodor Sezemský, Artuš Pacák, Ester Vosička, Jan Mrtvý a Matias Hrubý.

Ve čtvrtek 3. února byli přivítáni:

Josefina Petraková, Tomáš Jebavý, Vít Dostálek, Vesna Vrlíková, Amálie Husáková, Sebastien Bohatý, Silvestr Bílek, Vít Halbhuber, Vojtěch Janota, Matěj Štěpánek, Natálie Snopková, Vilém Hamrák, Matěj Štros, Rozálie Švejdová a Robin Šebek.

V úterý 22. února byli přivítáni:

Sebastian Mahel, Anna Štěpánka Marková, Dominika Zlámalová, Emily Sochorová, Osvald Julius Farkaš, Meda Štěpánková, František Chmelík, Veronika Jonášová, Pavel Heráň, Viktorie Nikolaeva, Nicolas Kubele, David Štorek, Agáta Bahníková, Kilián Kryštof a Karel Čábel.

Ve čtvrtek 24. února byli přivítáni:

Natálie Čalková, Maxmilián Sabbagh, Jáchym Cikánek, Jaromír Mihok, Veronika Humplová, Kryštof Synek, Nina Lövyová, Natálie Nováková, Erik Pavlík, Meda a Marek Hoškovi, Josef Jedlička, Alžběta Helena Magyarová, Kristýna Astlová, Albert a Artur Horákoví, Matyáš Hrdlička, Magdaléna a František Fenclovi. (red)

Stanoviště pro biokontejnery	Datum	Hodina
Nad Nuslemi x V Luhu	10. 4. 2022	9:00 - 12:00
Psohlavců x Věkova	10. 4. 2022	13:00 - 16:00
V Hodkovičkách x Jitřní	10. 4. 2022	13:00 - 16:00
Zálesí x U Lesa	10. 4. 2022	13:00 - 16:00
Doudova x Na Lysině	10. 4. 2022	13:00 - 16:00
Paprsková x V Kole	23. 4. 2022	9:00 - 12:00
Pekárenská x Prostřední	23. 4. 2022	9:00 - 12:00
Lukešova x Bohrova	23. 4. 2022	13:00 - 16:00
Na Zlatnici x Na Podkovce	23. 4. 2022	13:00 - 16:00
V Křovinách x Gončarenkova (parkoviště se separem)	24. 4. 2022	9:00 - 12:00
Jižní IX x Jihozápadní V	24. 4. 2022	9:00 - 12:00
Zapadlá x Zelený pruh	24. 4. 2022	13:00 - 16:00
V Hodkovičkách x Jitřní	24. 4. 2022	13:00 - 16:00
Jižní XVI	30. 4. 2022	13:00 - 16:00
U Krčské vodárny x Krčská	30. 4. 2022	13:00 - 16:00

Kompletní přehled stanovišť biokontejnerů najdete na www.praha4.cz. Odkaz je: <https://praha4.cz/file/fqf51/Harmonogram-kontejneru-na-bioodpad-jaro-2022.pdf>.

Praha nereaguje na žádosti městských částí o náhradu odstraněných modrých laviček

I přes několik oficiálních žádostí, aby Magistrát hlavního města Prahy nahradil modré reklamní lavičky po zkrachovalém vlastníkovi, který měl s magistrátem smlouvu na jejich provoz, a které magistrát loni v létě odstranil ze zastávek MHD, se městské části stále nedočkalý příslibené náhrady.

„Praha 4 byla touto akcí postižena nejvíce, jednak počtem zmizelých laviček, 302 kusů, a také kvůli své populaci, která patří v metropoli k vůbec nejstarším,“ uvedl radní Prahy 4 pro životní prostředí a místní Agendu 21 Tomáš Hrdinka (ANO 2011). „Nelze předpokládat, že bychom se někdy dostali ke stejnému počtu laviček, na který si lidé zvykli. Ale argumentovat tak, jak to dělá magistrát, že lavičky byly soukromým záměrem investora a s jejich náhradou se nepočítá, je vůči starším občanům, kteří jejich přítomnost na zastávkách MHD potřebují, opravdu síla!“ dodává radní.

Městská část Praha 4 tak po desítkách stížností občanů přistavila na nejfrekventovanější místa před

polikliniky, domovy seniorů a na přepravní uzly své lavičky, které měly původně skončit v parcích Prahy 4. Je to přibližně 60 kusů, tedy jedna pětina původního stavu. Protože v parcích mnoho laviček dosluhuje a je potřeba je pravidelně obnovovat, městská část se s tímto dočasným řešením nehodlá smířit a opětovně i prostřednictvím pirátských zastupitelů žádá magistrát o vstřícný krok a návrh řešení stále neuspokojivé situace. (red)



Svému účelu již tyto lavičky bohužel neslouží.

Velikonoční akce a bohoslužby

Římskokatolická farnost u kostela sv. Michaela Archanděla, Pod Vyšehradem 14, Podolí
14. dubna 15.00 hod. mše sv. na památku ustanovení eucharistie; 15. dubna 15.00 hod. křížová cesta, po ní velkopáteční obřady; 16. dubna 18.00 hod. velikonoční vigilie; 17. dubna 9.00 hod. mše sv. s žehnáním pokrmů; 18. dubna 9.00 hod. mše sv. s žehnáním pokrmů; 19. dubna 15.00 hod. mše sv.; 22. dubna 15.00 hod. mše sv.; 24. dubna 9.00 hod. mše sv.

Římskokatolické farnosti u kostela sv. Prokopa, Školní ul. 1842/3a, Braník

14. dubna 18.00 hod. mše sv. na památku ustanovení eucharistie; 15. dubna 17.30 hod. křížová cesta, 18.00 hod. velkopáteční obřady; 16. dubna 10.00–12.00 hod. možnost tiché modlitby, příležitost ke svátosti smíření a křest dospělých; 17. dubna 10.30 a 18.00 hod. mše sv. s žehnáním pokrmů; 18. dubna 10.30 hod. mše sv. s žehnáním pokrmů; 20. dubna 8.00 hod. mše sv.; 21. dubna 18.00 hod. mše sv., poté adorace; 22. dubna 18.00 hod. mše sv.; 24.

dubna 10.30 a 18.00 hod. mše sv.

Kostel Panny Marie Královny míru, Ve Lhotce 330, Lhotka

10. dubna 8.00, 10.00, 17.00 a 18.30 hod. mše svatá s žehnáním ratolestí, 14.15 hod. smírná adorace, 15.00 hod. křížová cesta pro rodiny v Hodkovičkách, sraz na křížovatce ulic Klánova a Havlovického, 16.00 hod. křížová cesta v kostele; 14. dubna 16.00 a 18.30 hod. mše svatá, 20.00–22.00 hod. čas pro osobní modlitbu, svátost smíření (zpovídání); 15. dubna 9.00–12.00 hod. čas pro osobní modlitbu, svátost smíření, 14.00 hod. křížová cesta v kostele, 15.00 a 18.30 hod. velkopáteční obřady (18.30 hod. se zpívanými pašijemi), 20.00–22.00 hod. čas pro osobní modlitbu, svátost smíření; 16. dubna 10.00 hod. modlitba se čtením, 10.30–20.00 hod. čas pro osobní modlitbu (do 12.00 hod. zpovídání), 20.30 hod. vigilie; 17. dubna 8.00, 10.00, 17.00 a 18.30 hod. mše svatá (10.00 hod. s doprovodem chrámového sboru); 18. dubna 8.00 a 10.00 hod. mše svatá. (red)

Tučňák

Měsíčník MČ Praha 4, zdarma do schránek, ročník XXXII • Vychází 11x ročně • Místo vydání: Praha • Registrace: MK ČR E 12556 • Pro MČ Praha 4 připravuje: Český domov Media House s.r.o., IČ: 25792920, držitel certifikátu ISO 9001 • Šéfredaktor: Martin Dudek • Redakční rada: Irena Michalcová, Jiří Bigas, Josef

Svoboda, Tomáš Hrdinka, Klára Cingrošová, Petr Kučera, Alžběta Rejchrtová a Věra Marušíaková • Předseda redakční rady: Jiří Bigas • Inzerce: Renáta Čížková, tel.: 777 114 473 • Adresa redakce: Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice, tel.: 734 580 087 • Vydavatel: MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Praha 4, IČ: 00063584 • Fotografie bez uvedení zdroje pocházejí z redakčního archivu či z MČ Praha 4 • Titulní foto: MČ Praha 4 • Tisk: Svoboda Press • Měsíčník slouží k informování obyvatel Prahy 4, není periodikem žádného politického subjektu • Příspěvky a připomínky k časopisu lze podávat na radnici MČ Praha 4 nebo e-mailem: tucnak@praha4.cz • Distribuce dubnového čísla probíhá od 1. do 6. dubna. Distribuce květnového čísla je plánována od 29. dubna do 4. května. Distribuci zajišťuje Český domov Media House s.r.o.

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

SOUTĚŽ

VYHRAJTE KNIHU O VČELÁCH A VÁLCE



„Své zápisky věnuji jen včelám, neboť vím, že mi rozumějí a nikdy mě nezradí,“ čteme záznam v deníku včelaře Egídia Arimonda žijícího v nacistickém Německu.

V úvahách o životě včel a v péči o ně nachází podmanivou krásu a stabilitu. Společně s ním pozorujeme svět mírumilovného hmyzu, kde má každý jedinec svou jasně danou přirozenou úlohu, zatímco ve světě lidí vládne chaos a nesmyslné vraždění. Egidius se snaží zachránit včelstvo napadené parazitem i židovské uprchlíky. Ale zachrání také sebe? Spisovatel Norbert Scheuer v románu Zimní včely nevtíravě spojuje motivy včel, války, lásky a smrti. Dílo vyznamenané Literární cenou Wilhelma Raabea vydal v překladu Jitky Nešporové PROSTOR.

Soutěžní otázka

Spisovatel Norbert Scheuer je jaké národnosti?

a) belgické b) německé c) francouzské

Odpověď zašlete do 15. dubna 2022 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz. Tři výherci vyhrájí po knize, o výhře budou informováni e-mailem.

Výherci z březnového čísla (správná odpověď b – Benešov): Antonín Zelenka, Jana Krymláková a Olga Barčáková. Gratulujeme!

KONTAKTY NA REDAKCI A INZERCI



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



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

Písemné připomínky, názory a podněty: Tučňák, Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice. Podmínky inzerce a termíny vydání: www.ceskydomov.cz
Uzávěrka květnového čísla je 13. 4. 2022.

NAŠE TEPNY DODÁVAJÍ KOMFORTNÍ TEPLLO

www.praha-cista.cz

 **Pražská teplotárenská**
by  **VEOLIA**



Brumlovka.

Zastavte se



BRUMLOVKA.cz