

LISTOPAD 2010



BUDOVA MĚSTSKÉ POLICIE PRAHY 9 VE VELTRUSKÉ V NOVÉM

DEVÍTKA

OFICIÁLNÍ MAGAZÍN MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 9

www.PRAHA9.cz

NAJDETE
V TOMTO ČÍSLE:

**ZNÁTE OKRSKÁŘE ZE SVÉ
ULICE? VÍME, KDE KOHO
NAJDETE**

Příští číslo
vyjde
**6. – 7. prosince
2010**

VOLBY 2010:

PRAHA 9 ZNÁ SVÉ NOVÉ ZASTUPITELE



**MADONY
NA STARÉM
PROSEKU**



**NOVÉ PSÍ
HŘIŠTĚ**



**STRAŠIDLA
NA STRÍŽKOVĚ**



Čámovka

Hledáte nový domov?

Teď máte nejlepší příležitost! **Rezidence Čámovka**, ve vilové čtvrti na okraji chráněného území Čimické údolí v **Praze 8**, vám nabídne krásné, klidné **bydlení uprostřed zeleně**, dostupné finančně i z dopravního hlediska.

Zajistěte si komfortní domov na celý život!

+420 233 377 700
www.camovka.cz



Místo pro život!

Pro skvělé řešení
nemusíte chodit daleko.

Era půjčky

Informujte se ve Finančním centru Poštovní spořitelny,
Krátkého 211/2 Praha 9, tel.: 266 177 014
nebo na vaší nejbližší pobočce.

Dostupné kdekoli



Elegantně jednoduché

*Volitelná
výšeplátek*

era
jednoduše

800 210 210
www.postovnisporitelna.cz



Městská část
ÚřadKultura | Sport
Školství | Volný časRodina | Bydlení | SPP
ZdravotnictvíDoprava | Výstavba
Životní prostředíHistorie
Služby

SLOVO STAROSTY



Ve dnech 15. a 16. října se uskutečnily volby do Zastupitelstva Městské části Praha 9 a Zastupitelstva hlavního města Prahy. U nás se hlasování zúčastnilo ve 41 volebních okrscích 39,79 %, tj. 14 734 oprávněných voličů. Oceňuji takovou účast a chtěl bych poděkovat všem,

kteří k volebním urnám přišli. Mandát v Zastupitelstvu Městské části Praha 9 získala Občanská demokratická strana (36,09 %), TOP 09 (24,46 %), Česká strana sociálně demokratická (16,75 %), Zelení a nezávislí pro Prahu 9 (8,68 %), Komunistická strana Čech a Moravy (7,01 %)

a Věci veřejné (6,25 %). Voliči tak politickým stranám, které se ucházely o jejich přízeň, vystavili vysvědčení. Jsem rád, že nás pozorně sledovali a dokázali spravedlivě ohodnotit. Děkuji.

Jan Jarolím
starosta MČ Praha 9

Přečtěte si

- 4 Volby 2010**
- 5 Psí hřiště na Proseku**
- 6 Městská policie v Praze 9 v novém**
- 7 Krocan o. s.: Pěší trasy**
- 8-9 Madony na Starém Proseku**
- 10 Tipy, rady, oznámení**
- 12-13 Komunitní plánování**
- 14-15 Znáte svého okrskáře?**
- 17 KMC Knoflík**
- 18-19 Co s volným časem**
- 20 Galerie Harfa**
- 21-22 Rokyta**
- 23 Ohlédnutí za Svatováclavskou poutí**

- 26 Kam za kulturou**
- 27 Divadlo Gong**
- 28 Ragby**
- 29 S Devítkou za sportem**



Vaše názory, podněty, náměty nebo příspěvky a fotografie rádi uvítáme na e-mailové adrese:
redakcedevitky@p9.mepnet.cz
nebo na poštovní adrese redakce.

Horká linka distribuce - problémy s doručováním novin vyřeší
TNT post od 8.00 do 16.00 hodin.
Tel.: +420 242 450 542, mobil: +420 724 450 542
nebo e-mail: helena.salacova@tntpost.cz

Oficiální měsíčník Městské části Praha 9
vydává Devátá rozvojová a.s.
pro Městskou část Praha 9
ve vydavatelství PART agency, a.s.
pod registračním číslem
MK ČR E 13319
v nákladu 31 000 výtisků.
MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 9
Sokolovská 324/14, 180 49 Praha 9
Tel.: +420 283 091 111
Úřední hodiny:
pondělí – středa 8.00 – 18.00

Vedoucí redaktorka:
Marie Kurková
redakcedevitky@p9.mepnet.cz
Redakční rada:
Předseda: Mgr. Adam Vážanský
Členové: Ing. Zdeněk Davídek,
Mgr. Eva Gorčíková,
Ing. Martin Škoda, Jana Jelínková,
Bc. Tomáš Portlík,
Zdeňka Škréťová, Vladimír Zedník
Redakční ředitel:
Ing. Pavel Poledňák,
polednak@part.cz

Vydavatel: PART agency, a.s.,
Radlická 28/663
150 00 Praha 5, IČ: 27218155,
DIČ: CZ27218155
Adresa redakce: PART agency, a.s.
Politických vězňů 15, 110 00 Praha 1
Tel.: +420 224 091 334,
fax: +420 224 091 442
www.part.cz
Ředitelka společnosti:
Miriam Nosková, info@part.cz
Marketing a inzerce:
Jana Havlová, devitka@part.cz

Korektury: Agentura Jiří Hladík
Grafická úprava:
PART design, a.s.
grafik@part.cz
Tisk: Česká unigrafie, a. s.
U Stavoservisu 1, 100 40 Praha 10
Distribuce: TNT Post ČR s.r.o.,
člen koncernu TNT
Sokolovská 86/131
(Zirkon Office Center)
186 00 Praha 8
Foto na obálce:
Archív redakce

Z RADNICE



Jaké byly volby do Zastupitelstva Městské části Praha 9

Ve dnech 15. a 16. října se uskutečnily volby do zastupitelstev obcí. V Městské části Praha 9 se hlasování zúčastnilo ve 41 volebních okrscích 39,79 %, tj. 14 734 oprávněných voličů.

Pořadí stran, které získaly mandát v Zastupitelstvu Městské části Praha 9:

Občanská demokratická strana (36,09 %, tj. 51 947 hlasů, získává 14 mandátů)

TOP 09 (24,46 %, tj. 35 207 hlasů, získává 8 mandátů)

Česká strana sociálně demokratická (16,75 %, tj. 24 110 hlasů, získává 5 mandátů)

Zelení a nezávislí pro Prahu 9 (8,68 %, tj. 12 492 hlasů, získává 3 mandáty)

Komunistická strana Čech a Moravy (7,01 %, tj. 10 094 hlasů, získává 1 mandát)

Věci veřejné (6,25 %, tj. 8994 hlasů, získává 1 mandát)

Hlasování a sčítání hlasů proběhlo v klidu a pořádku, v souladu se zákonem a nebyly zaznamenány žádné mimořádné okolnosti.

Stále se opakující problém ohledně nedodání hlasovacích lístků byl téměř odstraněn novou databází seznamu voličů. Stížností významně ubylo, a pokud se sporadicky vyskytly, jednalo se o nově přistěhované občany, kteří se při-

hlásili k trvalému pobytu až po vytištění seznamu. Reagovali jsme na každé upozornění a lístky byly okamžitě doručeny.

Jiným problémem bylo nedoručení hlasovacích lístků z důvodu nepřístupných poštovních schránek. Pokud se doručovatel opakovaně nemůže dostat ke schránkám, je situace neřešitelná, protože pohazovat hlasovací lístky před domovními dveřmi není přípustné.

Dokonce se vyskytly případy, kdy obyvatelé domu nechtěli doručovatele pustit ke schránkám s tím, že je volby nezajímají, nebo nebyli ochotni sejít k domovním dveřím.

V takovém domě se tedy nemohou divit, že lístky včas nemají. Byly však zaznamenány i případy, kdy hlasovací lístky byly v pořádku doručeny do schránek, ale byly úmyslně vytaženy nenechavci.

Rád bych poděkoval všem těm, kteří se aktivně podíleli na organizačním zajištění voleb do Zastupitelstva Městské části Praha 9 a do Zastupitelstva Magistrátu hlavního města Prahy.

**Mgr. Pavel Sýkora, vedoucí
OOS ÚMČ Praha 9**

Zastupitelé Prahy 9 pro období 2010 – 2014

ODS

Mgr. Portlík Tomáš
PaedDr. Horká Taťjana
Váňa Jan
Mgr. Gorčíková Eva
Ing. Jarolím Jan
Ing. arch. Tomášů Jaroslav
Ing. Havránek Luboš
Mgr. Fimanová Alena
Ing. Kubík Tomáš
Holeček Tomáš

Mgr. Vážanský Adam

Mgr. Kulíček Martin
Poupě Jan
Zedník Vladimír

TOP 09

Mgr. Kučerová Zuzana
MUDr. Michal Mašek
Tuček Milan
JUDr. Nowakova Těminová Jana
Ing. Šenk Radim

Ing. Doležal Marek

Mgr. Vávra Jiří
Dančevský Lukáš

ČSSD

Baudys Pavel
Apeltauer Milan
Müller Petr
Paclík Leoš
Hanuš Miloslav

Zelení a nezávislí pro Prahu 9

Ing. Davídek Zdeněk
MUDr. Ph.D. Trnka Jan
RNDr. Ph.D. Pišoft Petr

Věci veřejné

Dostálová Markéta

KSČM

PhDr. Roub Rudolf

Vážení spoluobčané,

Touto cestou bych rád poděkoval Vám všem, kteří jste přišli ke komunálním volbám a vyjádřili tím, že Vám není lhostejné, co se ve vašem bezprostředním okolí děje. Zvláště chci poděkovat voličům ODS. Jménem všech kandidátů ODS Praha 9 do Zastupitelstva MČ Praha 9 Vám srdečně děkuji za Vaši podporu, které si nesmírně vážíme, neboť jsme si vědomi toho, že letošní

komunální volby byly trochu jiné než ty předešlé. O to více nás potěšilo, že právě v Praze 9 měla ODS jeden z největších úspěchů v rámci celého hlavního města. Věříme, že největší podíl na tomto úspěchu mají uplynulé čtyři roky, ve kterých jsme splnili, co jsme Vám v roce 2006 slíbili, a respekt a důslednost, se kterými spravujeme Prahu 9. Velmi nás povzbudilo, že se v komunál-

ních volbách ze strany voličů projevila znalost místních poměrů, protože se nám potvrdilo, že komunální politika má k občanům nejbližší a že občané reflektují úzký vztah kandidátů, resp. svých zastupitelů k místům, kde společně žijeme. Rád bych také uvedl, že ODS má v naší městské části na základě výsledků voleb možnost sestavovat koalici, a že i při těchto jednáních budeme

v co nejvyšší možné míře respektovat vůli voličů.

Chci Vás ujistit, že i v následujícím volebním období bude ODS Praha 9 maximálně prosazovat zájmy naší městské části, plnit předvolební sliby, pokračovat v rozvoji naší městské části a měnit tvář Prahy 9 k lepšímu.

Všem lidem, kteří zodpovědně přišli k volbám, a zejména těm, kteří volili ODS, srdečně děkujeme.

**Děkujeme za Vaši podporu
Ing. Jan Jarolím**

**RADNICE PRAHY 9:
JSME TU PRO VÁS**

ÚSTŘEDNÍ PROVOLBA:
INFORMAČNÍ KANCELÁŘ:
INTERNET:
ELEKTRONICKÁ PODATELNA:

Tel.: +420 283 091 111
Tel.: +420 283 091 101-102
www.praha9.cz
podatelna@praaha9.cz

Kontakty na
redakci, inzerci
i distribuci
najdete na třetí
straně v tiráži

Psí hřiště na Proseku

První ze tří výběhů pro psy, s nimiž Městská část Praha 9 počítá na Proseku, byl otevřen 30. září v Parku Přátelství na rohu ulic Jiřetinská a Vysočanská. Na rozloze 1000 metrů čtverečních se nachází i hrací prvky pro psy (agility) – překážky jako pro-

skokový kruh, kladina, šikmá plocha...

Vedle výběhů na Proseku by měla vzniknout psí hřiště také ve Vysočanech a Libni. V ideálním případě docházková vzdálenost k nim nepřekročí zhruba deset minut. <

Foto: Jan Dostál



Neslyšící děti na vysočanské radnici

Zážitkový den Tlumočnicků očima neslyšícího dítěte v Praze se uskutečnil 7. října v Praze 9 také na vysočanské radnici.

Tento den si šedesát dětí užilo nejenom legraci v lanovém centru, ale zapojily se rovněž do modelových situací u lékaře, na úřadě a na policii. Tady si prakticky vyzkoušely jednání v reálném prostředí za pomoci tlumočnicka do znakového jazyka.

Na radnici ve Vysočanech mohly děti jednat s fiktivním úředníkem a učit se komunikačním dovednostem, jak si vyřizovat záležitosti s veřejnou správou. <

Text a foto: mk



Jak jednat na úřadu se učily neslyšící děti na vysočanské radnici



Z posledního Zastupitelstva hl. m. Prahy

Malé ohlédnutí za čtyřmi roky „velké“ Prahy

Alena Samková (ODS)

I přes velký mediální tlak a momentální nepřízeň části veřejnosti si dovoluji tvrdit, že na pražské radnici končí jeden z nejlepších primátorů, které kdy toto město mělo. Primátor Pavel Bém dokázal tvrdou fiskální politikou vytáhnout Prahu z dluhů a rozběhl velké investiční – především dopravní – stavby. Praha pod jeho vedením rozkvetla v město čisté, zelené a plné kultury. Ačkoliv si kvůli sporu o knihovnu na Letné znepřátelil téměř celou kulturní obec, za jeho poslední funkční období se výrazně zvýšila podpora umění všeho druhu z rozpočtu města. Bohužel ale ani jemu se nepodařilo prosadit stavbu mostu přes Vltavu do Suchboly, která je pro dopravu města životně důležitá. To je podle

mého názoru nejdůležitější úkol nového pražského zastupitelstva. Poslední čtyři roky jsem mimo jiné pracovala ve Výboru pro výchovu a vzdělávání a předsedala Výboru životního prostředí Zastupitelstva hlavního města Prahy. Za největší úspěchy v těchto oblastech považuji jednak projekt „Řemeslo žije“, který pomohl opět naplnit učňovské školy novými adepty řemesel všeho druhu a v té druhé akci „Zelený pás kolem Prahy“, kdy se do návrhu územního plánu podařilo zakreslit výrazné zvýšení podílu lesních či parkových ploch především na okrajích města. Právě skončené volby do Zastupitelstva hlavního města Prahy naplní lavice novými politiky. Přejí jim a tím i nám, kteří máme Prahu

rádi, šťastnou volbu primátora a rady a zdravý rozum při řízení města.

Příští čtyři roky se budu plně věnovat Městské části Praha – Čakovice a bedlivě sledovat, jak se daří mým nástupcům v ZHMP. <

Den otevřených dveří v ZŠ Novoborská

Základní škola Novoborská 371, Praha 9, zve všechny bývalé zaměstnance i žáky na Den otevřených dveří u příležitosti 40. výročí jejího založení. Přijďte 9. listopadu mezi 16. a 18. hodinou. Ve dnech 10. a 11. listopadu jsou dveře školy mezi 15. a 18. hodinou otevřeny rodičům stávajících žáků. <

red

Z RADNICE

Budova Obvodního ředitelství MP Praha 9 zrekonstruována

Výrazné zkvalitnění dostupnosti služeb pro veřejnost, přínosné technické a technologické zázemí i důstojné pracovní podmínky – to je výsledek rekonstrukce budovy Obvodního ředitelství Městské policie v Praze 9, Veltruské ulici 576.

Zrekonstruovaný objekt byl slavnostně otevřen v pondělí 11. října. Budova, ve které Obvodní ředitelství MP Praha 9 sídlí, je typickou součástí původní prosecké panelové zástavby. Po vzniku Městské policie v Praze v roce 1992 ji Úřad MČ Praha 9 tady poskytl část prostor pro Obvodní velitelství pro Prahu 9. Postupně byly pro personál rostoucí městskou policií uvolňovány další prostory, v letech 2000 – 2001 se uskutečnila také dílčí rekonstrukce tohoto objektu. V roce 2008 byl převeden do majetku Magistrátu hl. m. Prahy a poté jako celek poskytnut do užívání městské policii. Rekonstrukce celé budovy proběhla v průběhu let 2009 a 2010.

V jejím rámci bylo mj. zásadně přestavěno operační středisko, ve kterém je nyní umístěna monitorová stěna s výstupy městského kamerového systému i systému

vnitřních bezpečnostních kamer. Zvětšením prostoru bylo dosaženo celkového zpřehlednění tohoto pracoviště a současně sem byly umístěny všechny využívané technologie. Výrazným přínosem bylo rovněž vytvoření nové, perspektivní, strukturované datové sítě pro provoz výpočetní techniky.

„Občané jistě také uvítají nové pracoviště s vhodnějším samostatným vchodem pro vyřizování přestupků, ve kterém byl oddělen prostor pro zpracování přestupků a pro projednávání přestupků s přestupci,“ připomíná starosta „devítky“ ing. Jan Jarolím.

Závěrem připomeneme, že velikost území spadajícího do působnosti OR MP Praha 9 přesahuje 45 čtverečních kilometrů, tedy zhruba desetinu z celého území metropole. S rostoucím rozsahem úkolů městské policie na dynamicky se rozvíjícím území bylo



Zrekonstruovaný objekt městské policie slavnostně otevřel starosta MČ Praha 9 Jan Jarolím, náměstek primátora hl. m. Prahy Rudolf Blažek a ředitel MP Praha 9 Vladimír Kotrouš



Nové operační středisko Městské policie Praha 9 ve Veltruské

v zájmu udržení bezpečnostní situace a stavu veřejného pořádku nezbytné průběžné navýšení počtu z původních 44 strážníků na současných 92. Původní počet šesti

okrskářů vzrostl na dnešních 35 strážníků-okrskářů.

jif
Foto: mk

Ahoj léto, vítej, podzime

Děti, rodiče, ředitelka a učitelky i přátelé MŠ Pod Krocínkou se 30. září rozloučili s létem a přivítali podzim. Děti měly pro rodiče připravené představení. Pokřtili jsme naši nově vymlouvanou venkovní zeď, na které pracovaly v létě o prázdninách učitelky Jitka Janochová a Markéta Pechová. Každý přinesl sladké nebo slané pečivo a ochutnávalo se. Podávalo se občerstvení, opékali jsme buřtíky, děti soutěžily, zkrátka užili jsme si jeden z posledních slunečných dnů.

Text a foto: Markéta Pechová



Devět předvánočních zastavení v Galerii Fénix

Napište si už dnes do svých diářů, že ve středu 1. prosince od 14.00 do 17.00 máte zavítat do Nákupní galerie Fénix na Devět předvánočních zastavení.

Těšit se můžete na lepení, zdobení, jehličí, svíčky, vůně, tajemství... Nechte se okouzlit a zasvětit do tajů lidových technik, přijďte si vyrobit a realizovat nápady na drobné vánoční přání a dárečky.



Do Nákupní galerie Fénix ve Vysočanech vás s radostí zve Městská část Praha 9, KMC Knoflík, SŠ zahradnická Praha 9 – Hrdlořezy.

Text a ilustrační foto: red



Krocan, o. s.: Pěší trasy v Praze 9 pro vás

Pojďte se s námi zamyslet nad pěšími trasami v Praze 9.

Především, co jsou to pěší trasy a proč je důležité se jimi zabývat? Odpověď je prostá – jsou to cesty, po kterých chodíme, když ne denně, tedy často. Cesty, které vyhledáváme, buďto proto, že jsou nejkratší, že vedou místy, jež máme rádi, anebo také proto, že jsou bezpečnější. Zkrátka, nějakým způsobem jsou pro nás důležité. Bohužel ne vždy jsou právě na tyto pěší trasy, o jejichž významu není snad třeba pochybovat, brány ohledy při plánování různé výstavby, při rozvoji města. Každý jsme to jistě někdy zažili, že byly potřeby nás všech, kteří také aspoň někdy chodíme – a rádi – pěšky, až na posledním místě. Což není dobře.

Generel pěší dopravy

I proto vzniká v současné době při Útvaru rozvoje města Generel pěší dopravy, jehož cílem je rozpracovat

zásady rozvoje pěší dopravy v daném území do konkrétní podoby. Generel bude sloužit jako podkladový dokument pro územní plánování Prahy. Více se o Generelu dovíte na www.krocanos.cz/pesitrasy, kde najdete i různé odkazy na toto téma.

Při přípravě Generelu pěší dopravy je potřeba spolupráce laické i odborné veřejnosti, zejména v identifikaci hlavních pěších tras a bariér na nich. Proto Krocan, o. s., ve spolupráci s Komisí dopravy a životního prostředí MČ Praha 9 přichází s podněty, které by měly být do tohoto Generelu pěší dopravy zapracovány. Rádi bychom vás proto požádali o vaše návrhy týkající se pěších tras celoměstského, ale i místního významu.

Celoměstské pěší trasy jsou pracovně definovány takto:

- trasy významné z hlediska více městských částí nebo velkého



Studenti Střední průmyslové školy zeměměřičské Praha 9 zakreslují své návrhy do mapek na akci Mikroklima 2010

- počtu uživatelů
- přístupové trasy k významným terminálům veřejné dopravy
- pěší trasy propojující Prahu s regionem
- přístupové trasy k dalším celoměstsky důležitým cílům jako například významné rekreační a sportovní oblasti

Pro podání podnětu použijte dotazník, který si můžete vyzvednout v Informacích ve vestibulu radnice

Praha 9 nebo je také ke stažení na www.krocanos.cz/pesitrasy. Vyplněný dotazník pošlete nebo vložte do schránky na adresu Krocan, o. s., Pod Krocinkou 39, Praha 9. Své návrhy nám můžete poslat také elektronicky na e-mail: radiala@seznam.cz (buďto formou slovního popisu nebo jako zářez do mapky se slovním popisem).

Text a foto: Krocan, o. s.

Projekt „Parter“ přináší nové možnosti nejen prosekým občanům



OPERAČNÍ PROGRAM PRAHA
KONKURENCESCHOPNOST

Městská část Praha 9 realizovala v roce 2010 projekt Parter Starý Prosek, který byl spolufinancovaný ze strukturálních fondů EU. V rámci projektu bylo

opraveno okolí kostela sv. Václava na Proseku a bývalá prosecká náves. Revitalizovaný prostor by měl sloužit občanům k odpočinku a setkávání při kulturních a společenských akcích.



EVROPSKÁ UNIE



českých akcí. V dalším období by měl být propojen s přírodní památkou prosecké skály a Parkem Přátelství na Proseku.

Setkání u lampy

Autorské čtení knihy Já a štrudl se uskuteční 30. listopadu od 15.00 v obřadní síni ÚMČ Praha 9. Jiřina Tejkalová, autorka knihy, bude číst a vyprávět o psaní. Možnost zakoupení knihy.

Vyvedené odpoledne v Harfice

Ohlásil se podzim a s ním i začátek nového školního roku. Klub Harfice přivítal tento školní rok nejen v novém hábitu, ale také první větší akcí – Společným odpolednem v Harfice pod záštitou Městské části Praha 9.

V úterý 14. září se pozastavily běžné aktivity klubu a nahradily je naplánované zábavné interaktivní programy. Tedy kdo tu všechno byl? Program zahájil nrap. Jiří Havel z preventivního informačního oddělení Policie ČR se zajímavou přednáškou o daktyloskopii a jiných vyšetřovacích metodách a nechyběly ani praktické ukázky, během nichž si měly přítomné děti možnost mnohé vyzkoušet. Navázala návštěva Speciální pořádkové jednotky Policie ČR. Policisté děti seznámili se základními technikami sebeobrany

a také jim představili různé obranné a ochranné pomůcky a zbraně. Tato část programu zaujala zejména chlapce a mladé pány, zvláště když si všechny předměty mohli prohlédnout a vyzkoušet (samozřejmě v rámci zachování bezpečnosti všech přítomných).

Ačkoliv se nikomu nic nestalo, velmi vhodně následovala přednáška o první pomoci, která byla rovněž doplněna o praktické ukázky. Celá tato přednáška byla připravena tak, aby pro děti byla pochopitelná a také v případě

praxi využitelná. Děti se tak seznámily nejen s důležitými telefonními čísly, kam se v případě potřeby obrátit, ale také se zásadami první pomoci v různých situacích, které by je mohly potkat. Např. jak se zachovat při zranění mladšího sourozence, při úrazu spolužáka, při epileptickém záchvatu apod.

Celé odpoledne uzavřela zábavná série tří představení Divadelní společnosti Kejkliř. Dětem přinesla mnohá ponaučení, a to velmi stravitelnou a humornou formou. Představení zaujala malá

i velká, včetně pracovníků klubu, kteří byli dětem k dispozici po celou dobu programu. Přítomna byla také nutriční terapeutka, jež připravila ochutnávky zdravých jídel a také množství receptů a rad, jak se zdravě a chutně stravovat.

Účast na odpoledni byla hojná, program vyvedený a kdo je zvědavý, jak se klub přes prázdniny změnil, může se přijít podívat vždy od úterý do pátku mezi 15. a 19. hodinou, nebo se zúčastnit některé z příštích akcí.

Za tým klubu Harfice
Martina Dušková

TÉMA MĚSÍCE

Na první pohled stejné sochy nejsou „odlity z kopyta“!

Starý Prosek ve znamení nových madon

Těsně před letošními svatováclavskými slavnostmi se celé východní prostranství za proseckým kostelem sv. Václava obléklo do nového hávu. Místo původních chodníků se objevila historizující dlažba, kovové lavičky zde lákají ve slunečních dnech k posezení pod nově vysazenou lipovou alejí. Všem u vévodí (zatím) tři sochy nekonvenčně pojatých madon mladé Zuzany Čížkové, žačky uznávaného Kurta Gebauera z VŠUP.



Sochy madon tvoří s renovovaným okolím kostela od arch. Jíry novou dominantu východního Proseka



Madony Zuzany Čížkové z pís-kovce, mramoru a žuly ze sever-ního pohledu

S úspěšnou autorkou, která právě v době instalace soch na Proseku zdárně složila státní zkoušky, jsme se setkali, aby nám své dílo, jeho poselství a okolnosti vzniku přiblížila. Navíc prozradila i něco o ing. arch. Luboši Jírovi, který má na výsledném celku lví podíl.

Zuzano, máte k Proseku bližší vztah?

Už v dětství mě zaujal kombinací historického centra a novostaveb, respektive řadových domků na severozápadě. Žiji u Staré Boleslavi, odtud i vztah ke svatému Václavu, jemuž je zasvěcen také prosecký kostel. Koneckonců prý také prosecké jeskyně vedou podzemím pod křížovou cestou přes Vínou, mé bydliště Brandýs nad Labem až do Staré Boleslavi.

Vaše madony hned na první pohled nekopírují tradiční pojetí Kristovy rodičky...

Záměrně jsem u nich potlačila prvoplánové znaky ženskosti jako vlasy, prsa a navíc je zachytila - na rozdíl od ortodoxních soch - ještě v předporodním stavu. Prostě draperie pod jejich hrudí skrývá tajemství... Nejde pouze o mateřství, nýbrž obecně o počátek něčeho nového.

Tím, že se pohled vašich soch upírá k východu a navíc jsou na hlavách téměř vyholené, nabízí

se i určitá paralela s východními vírami...

To je spíš vaše subjektivní interpretace. Každý člověk si musí umělecké artefakty vyložit sám. Nechat je na sebe působit. Mým cílem bylo multináboženské dílo s univerzálnějším dopadem. Budu ráda, když bude záminka k diskusím. Naopak nechtěla jsem v historickém místě za každou cenu šokovat násilnou extravaganci.

Na většinu kolemjdoucích působí vaše sochy jako odlité z jednoho původního vzoru do několika ma-

Autorka soch: Zuzana Čížková / studentka VŠUP



Věnuje se kamenosochařství, plastice, reliéfu, kombinované technice, ale i kresbě a malbě, videoartu a restaurátorství. Držitelka ceny WINTON TRAIN - Inspirace dobrem (Londýn, 2009), třikrát reprezentovala ČR na mezinárodním výtvarném salonu ARTISTES INDEPENDANTS v Paříži. Vystavovala na 48 individuálních i kolektivních výstavách v Čechách i zahraničí, zastoupena v řadě soukromých sbírek v ČR i zahraničí, např. v USA byl o ní točen díl pořadu z cyklu Nehasit, hořím! (2004, ČT), medailon v relaci Televizní klub neslyšících (2006, ČT). Účastnice řady a pořadatelka dvou mezinárodních sochařských sympozií, praxe v proslulých italských carrarských lomích a ve švýcarské Basileji v roce 2009, půlroční stáž v Paříži.



teriálů. To je však právě opakem poměrně pracné tvorby.

Každá ze tří madon je originální kamenosochařské dílo. To znamená, že jsem každou úplně zvlášť tesala do příslušného materiálu. První je z mramoru, druhá z pískovce a třetí ze žuly. Odborník to při bližším pohledu pozná. Samozřejmě, že lidem ten dojem nemohu brát, i já jsem laikem zase v jiných oborech.

Madony jsou tři, ale vedle se tyčí ještě dva prázdné podstavce. Proč?

Původní koncepce počítá s pěti sochami z různých materiálů. Poněvadž se jedná o práci i materiálem náročná díla, nebyly zatím - i přes dotace Prahy 9 a investici soukromého sponzora - prostředky a zejména čas dotvořit všech pět soch. Věřím, že nezůstane jen u těch tří. Zvlášť, když už stojí podstavce...

Nejsou právě podstavce poněkud nízké, neztrácí se tak madony mezi stromy?

Sochy jsou pojaty v lidském měřítku a nebylo mým cílem zde vytvářet přemrštěné dominanty. Tomu odpovídá i výška soklů. Myslím, že někteří starší lidé mají dost zkrácené měřítko z bombas-

tických soch politického charakteru minulého režimu. Navíc proseké madony tvoří jednotný celek se zadním traktem kostela s popínovou zelení. A hlavně - nějaké nezdravé staré stromy se budou postupně kácet, čímž sochy ještě vyniknou!

Přes své mládí máte mnoho soch ve veřejných prostorech, zdobí Prahu, Olavru, Brandýs nad Labem, Železný Újezd, ale i vesnici Čížkov. Je náročné zapracovávat sochy do nějakého prostředí? Jste tím svázána?

Při obdobných zakázkách většinou úzce spolupracuji s architekty okolních exteriérů. Konkrétně tady na Proseku šlo o velice vzájemně podnětnou koprodukcii s architektem Lubošem Jírou z AD studia. On vytvářel novou podobu celého okolí kostela a kolem fary. Rádce mně byl také můj pedagog Kurt Gebauer.

Co vám ještě přinesla spolupráce s architektem Jírou?

Jsem ráda, že jsem mohla spolupracovat se zkušeným praktikem, který má velké zkušenosti nejen z industriálních a obytných projektů, ale z práce s přírodními materiály. V mnohém mne poučil

Autor koncepce exteriéru: ing. arch. Luboš Jíra (AD studio) absolvent fakulty architektury ČVUT



Autorizovaný architekt České komory architektů se věnuje tvorbě exteriérů, interiérů i rekonstrukcím a výstavnictví. V zahraničí se podílel na zábavním parku Sorepark ve francouzském Hagondage. Dal koncepci výstavě českého skla ve francouzském Poitiers. V centru Prahy se podílel na nové tváři objektů v Nerudově ulici či na Vyšehradě. Spolupracoval při rekonstrukci seniorského domu život 90 v Praze 1.

V Praze 9 má pečť na objektu Prosek - Amerika 1, administrativní budově v proluce Freyovy ulice, půdní vestavbě v Čihákově ulici, polyfunkčním domě Drahobejlova. Soutěže: 1. cena kanadský pavilon The Roundhouse EXPO 1986 (s ing. arch. Martinem Rajnišem), 3. cena urbanistická soutěž Berlín - Neukolln (1990), 1. cena urbanistická soutěž - Nuselská sladovna (1994), 1. cena - polyfunkční dům Drahobejlova (1995), 2. cena vyzvaná architektonická soutěž - Olomouc (1996)

a otevřel mi oči. Obdivuji na něm, jak třeba při osazování aleje nových lip dbal na to, jak bude celý územní celek vypadat i po jejich vzrůstu třeba za deset nebo čtyřicet let.

Mimo domácích i zahraničních aktivit jste spolupracovala s výzkumným ústavem betonářským v Radošíně na vývoji nového druhu betonu.

Chystáte zase nějaké překvapení v obdobném směru?

Mohu pouze všem vzkázat, aby se nechali překvapit.

Michal Stein
Foto: Rudolf Čížek
a archiv AD studia

inzerce

www.galerieharfa.cz

V Galerii Harfa nejen nakoupíš, ale žiješ
Módou, Sportem a Zábavou.
Jedině tady si můžeš
se svou rodinou a přáteli
vychutnat nabídku mnoha
obchodů a aktivit,
z nichž některé jsou
v Praze vůbec poprvé.

**TADY
ŽIJEŠ
ZÁBAVOU**

OD
11. 11.
vedle O₂ areny

**ANI POTOM, CO NAKOUPÍŠ,
SE V GALERII HARFA
NENUDÍŠ!**

O zábavu tady mají postaráno ti, kteří rádi tráví svůj čas aktivně - mohou si zabruslit na ledové ploše na střeše galerie nebo navštívit s dětmi výstavu „Příchod dinosaurů“. Skvělé místo pro setkání s přáteli u kávy v jedné ze stylových kaváren nebo nad talířem dobrého jídla v restauracích.



TIPY, RADY, OZNÁMENÍ

VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY listopad, prosinec 2010

2. 11.

Veltruská - Litvínovská
Vysočanská 39/573
Měšická - Novoborská
Nám. Na Balabence (boční vstup ZŠ)

3. 11.

Litvínovská - K Lipám
Poděbradská - Podkovářská
Teplická - Litoměřická - roh proti domům

9. 11.

Bílinská - Litvínovská
Novoborská - Českolipská
Jablonecká u č. p. 715/9
Pískovcová

10. 11.

Čtěnická - Měšická
Děčínská (horní parkoviště)
Jablonecká - Šluknovská

16. 11.

Pokorného - Jahodnická
Hrdlořežská u č. p. 64/43
Rumburská - Litvínovská
Nad Krocínkou - Obvodová

17. 11.

Nemocniční - U Vysočanského pivovaru
Kovářská - U Školičky
Novoborská - Varnsdorfská

23. 11.

Pod Krocínkou proti č. 55
Lihovarská u č. 11
Vysočanská 85/546

24. 11.

Před Mosty - Za Mosty
(vedle separace)

30. 11.

Zakšínská - Zásadská
Kovanecká - Podvinný mlýn
Prosecká 119
Vysočanská 113/243

1. 12.

Kopečná - Nad Šestikopy
Kytlická - parkoviště
Pešlova - Paříkova

7. 12.

Veltruská - Litvínovská
Vysočanská 39/573
Měšická - Novoborská
Nám. Na Balabence (boční vstup ZŠ)

8. 12.

Poděbradská - Podkovářská
Litvínovská - K Lipám
Teplická - Litoměřická - roh proti domům

14. 12.

Pískovcová
Jablonecká u č. p. 715/9
Novoborská - Českolipská
Bílinská - Litvínovská

15. 12.

Čtěnická - Měšická
Děčínská (horní parkoviště)
Jablonecká - Šluknovská

21. 12.

Hrdlořežská u č. p. 64/43
Pokorného - Jahodnická
Rumburská - Litvínovská
Nad Krocínkou - Obvodová

22. 12.

Novoborská - Varnsdorfská
Kovářská - U Školičky
Nemocniční - U Vysočanského pivovaru

28. 12.

Pod Krocínkou proti č. 55
Vysočanská 85/546
Lihovarská u č. 11

29. 12.

Skloněná u č. 8
Před Mosty - Za Mosty
(vedle separace)

Sběr BIOODPADU do přistavených velkoobjemových kontejnerů

Sběr bioodpadu pomocí velkoobjemových kontejnerů (VOK) bude v letošním roce probíhat i na podzim.

VOK budou přistaveny v těchto termínech na těchto stanovištích:

So 6. 11. 2010

Pod Krocínkou proti č. 55

So 13. 11. 2010

Podvinný mlýn u č. 12/2281
(u stanoviště tříděného odpadu)

So 20. 11. 2010

Miškovická - Poleradská
K Lipám - Chrástavská

Služba bude poskytnuta v následujícím režimu:

- VOK bude přistaven ve stanoveném termínu od 13.00 – do max. 16.00 hod.
- po celou dobu bude odborná obsluha monitorovat jeho naplňování bioodpadem, evidovat počty návozu a zodpovídat za čistotu vysbíraného odpadu
- VOK je určen pouze pro trvale hlášené občany v hl. m. Praze
- druh sbíraného bioodpadu: komunální bioodpad (především ze zahrad: listí, tráva, větve, neznečištěná zemina, příp. kuchyňský bioodpad rostlinného původu; NE živočišné zbytky)

LÉKAŘSKÁ SLUŽBA PRVNÍ POMOCI (LSPP)

NA ÚZEMÍ PRAHY 9

Provozovatel LSPP: Poliklinika Prosek, Lovosická 440/40, Praha 9

DOSPĚLÍ ve všední dny 19.00 hod - 06.00 hod, **o víkendech a svátcích** od 19.00 hod. posledního pracovního dne do 06.00 hod. prvního pracovního dne.
Tel.: +420 286 881 518

DĚTI o víkendech a svátcích od 19.00 hod. posledního pracovního dne do 06.00 hod. prvního pracovního dne.
Tel.: +420 286 881 517

Službu ve všední dny od 16.00 – 07.00 hod. zajišťuje nemocnice Bulovka, Budínova 2, Praha 8, tel.: 266 082 673



Oblastní kancelář ODS Praha 9
sídlí na adrese:
Jandova 4, Praha 9, 1. patro,

Telefon i fax:
+420 283 891 989

Možnost objednání:
Senátor Tomáš Kládíčko
tel.: +420 737 250 258

Senátorské dny:
každé pondělí od 15.00 – 18.00 h.



Praha 9

Klub zastupitelů MČ Praha 9

Poslanecké dny:
každou první středu v měsíci
Praha 9, Jablonecká 723,
od 14.00 do 16.00.
Telefon: +420 283 881 200.



Praha 9

Adresa: OVV ČSSD Praha 9,
Jablonecká 723, Praha 9-Prosek
Telefon: +420 283 882 131
e-mail: ovv.praha9@cssd.cz

interiérový nábytek
5-dílný Woodlink set



ihned k obdržení!
5190 Kč
 cena za set

Kulatý stůl 1 ks
 Rozměry: Ø 1016 mm,
 výška 750 mm

Židle 4 ks
 Rozměry: 8 x v:
 435 x 910 mm

Platnost nabídky do vyprodání zásob.

AU-MEX s.r.o. Poděbradská 574/40
 Praha 9 – Vysočany, 190 00
 Tel.: 283 933 452, 283 933 472, GSM: 777 052 456, 777 052 496, 777 052 495

www.au-mex.cz

TST REAL **www.tstreal.cz** infolinka 721 471 471
 REALITNÍ KANCELAR

ZA HUMNY II - 10 řadových domů v obci Zlonín
 Praha - východ, 10 km od OC Letňany

od 3 300 000 Kč
 včetně DPH a pozemku



4+kk s garáží 140 m² a pozemek od 274 do 463m²

Chcete začít hrát golf?
Golf Indoor Step je tu pro vás!



GOLF INDOOR STEP

Nabízíme tréninky se špičkovými golfovými profesionály pro začátečníky i pokročilé.

Podrobnější informace na :
 www.sportcentrumstep.cz
 Nebo na tel.: 775 996 221
 725 551 314

- dvoupatrový driving range
- 16 odpalíst
- 9 simulátorů
- putting green
- prodejna golfového zboží
- bar
- výhodné depozitní karty se slevou



- Novinka - širokoúhlý, panoramatický 3D simulátor, jediný v Evropě!

Sportcentrum Step, to je také:

- Tenis
- Squash
- Badminton
- Fitness studio
- Bowling
- Bazén 25m, relax zóna
- Saunový svět
- Velkokapacitní parkoviště
- Myčka automobilů
- Restaurace
- Dětský koutek

PARKOVÁNÍ ZDARMA!

Malletova 2350/6, 190 00, Praha 9, tel.: 296 786 172, www.sportcentrumstep.cz

expreska

Expresní 30ti minutové aerobní kruhové cvičení pro ženy

- ▶ zvyšuje kondičku
- ▶ spaluje tuky
- ▶ formuje postavu

Týden zdarma
 k vyzkoušení

Veltruská 559/31, Praha 9 Prosek
 tel. 251 628 104 | **www.expreska.cz**



Fit Relax 13



H.E.A.T. **VACU SHAPE** **KRYO KOMORA** **SAUNA PÁRA** **SOLNÁ JESKYNĚ** **VIBRAČNÍ PLOŠINA**

Kde nás najdete
 Bořanovická 318/13, Praha 8
 Tel.: 223 019 734
 Email: info@fitrelax13.cz

NOVĚ OTEVŘENO
 od 13.11.2010

500 m od stanice metra C Kobylisy
 500 m od stanice Kobylisy linky 10,14,17,24,25
 100 m od stanice Březiněveská linky 14,24,25

Nabízíme

- H.E.A.T.
- VACU SHAPE
- KRYO KOMORA
- SAUNA / PÁRA
- SOLNÁ JESKYNĚ

KOMUNITNÍ PLÁNOVÁNÍ

Ohlédnutí za dny sociálních služeb

Ve vstupních prostorách radnice ve Vysočanech se od 27. září do 8. října uskutečnily dny sociálních služeb formou prezentace na výstavních panelech.

Všechny prezentované organizace využily svůj výstavní prostor kreativně a efektivně. Duha, společnost pro integraci mentálně postižených lidí, do zdobené nástěnky aktivně zapojila i své klienty. Proxima Sociale, terénní sociální služba pro mladé, se snažila oslovit svou cílovou skupinu pomocí plakátů s komiksovými tématickými příběhy. Středisko křesťanské pomoci Horní Počernice vedle azylového domu prezentovalo i svůj projekt zaměřený na pomoc s uplatněním na trhu práce. DOM představil svůj dům na půl cesty pro mladé lidi odcházející z dětských domovů a dílnu, v níž mladí tvoří a následně prodávají proutěné zboží. Asistence, o. s., představila podporované zaměstnávání a další formy pracov-

niho uplatnění pro své klienty se zdravotním postižením. Český červený kříž tradičně přispěl v osvětě při první pomoci a dárcovství krve, v neposlední řadě představil i své zařízení sociální péče Gerocentrum Slunné stáří na Proseku. Cerebrum nabídlo služby osobám po poranění mozku a jejich rodinám. Středisko sociálních služeb zřizované MČ Praha 9 zprostředkovalo informace o domově seniorů, pečovatelské službě, domě s pečovatelskou službou, klubech pro seniory a dětských jeslích. Dětské centrum Paprsek – středisko Prosek představilo nabídku komplexní péče o děti a mládež s postiženími. Kontakt BB, sdružení pro studium, rehabilitaci a sport bez bariér, zaujalo unikátním projektem plavání tělesně postižených.



Na výstavních panelech ve vstupních prostorách Úřadu MČ Praha 9 se na přelomu září a října prezentovaly organizace poskytující sociální služby

Amélie, o. s., nabídla pomoc onkologicky nemocným a jejich blízkým. Dílny tvořivosti vedle své prezentace připravily i prodejní výstavu výrobků klientů sociálně terapeutické dílny. Centrum pro zdravotně postižené kraje Praha se sídlem na Poliklinice Prosek mimo jiné informovalo o možnosti zapůjčení kompenzačních pomůcek či přepravy seniorů a zdravotně

postižených osob. CleverTech představil registrovanou sociální službu SeniorInspect – mobilní dohledové jednotky pro podporu života seniorů a zdravotně postižených osob ve svém domácím prostředí, o nichž jsme podrobněji informovali v předchozím čísle Devítky.

vb
Foto: mk

Indukční smyčka - praktická pomůcka pro osoby se sluchovým postižením

V naší republice žije asi 200 tisíc lidí, kteří mají potíže se sluchem. Téměř 24 tisíc z nich je mladší 16 let. V rámci zkvalitnění komunikace osob s tímto druhem zdravotního postižení se Úřad MČ Praha 9 rozhodl pokračovat ve vytváření vhodných podmínek pro podporu svých znevýhodněných občanů a zakoupil dva kusy přenosných indukčních smyček.

Indukční smyčka je pomůcka pro uživatele naslouchacích pomůcek, která slouží k jasnější a zřetelnější komunikaci. Přístroj usměrňuje řeč a omezuje rozptylující okolní ruchy. Eliminují se tak pocity frustrace, které sluchově postižení při komunikaci denně zažívají, a hovor se výrazně zlepšuje. Jedna indukční smyčka bude pro klienty úřadu k dispozici na občanskosprávním odboru, druhá smyčka bude sloužit klientům odboru sociálního. Indukční smyčky jsou tedy primárně určeny k pou-

žívání na nejméně frekventovanějších odděleních, avšak protože jsou přenosné, lze je v případě potřeby využít i při jednání kdekoli v budově Úřadu MČ Praha 9. Vybavení úřadu městské části indukčními smyčkami bylo pořízeno v souladu s prioritou komunitního plánu ve smyslu snižování bariér v komunikaci. Vaše další náměty na zlepšení podmínek nám můžete zaslat na e-mailovou adresu baresovav@praha9.cz.

vb

Jubilanti

80 let

Jiřina Šenková
Vlasta Krejčíková
Božena Faktorová
Jaroslav Koutný
Irena Zápotocká
Febronie Leblková
Lenka Čihelková
Božena Svatoňková
Ludmila Nováková
Jiřinka Fišerová
Peter Korda
Václav Bečvář
Miroslava Tůmová



Alois Berousek
(Šestá generace provazochodců BERONDINI, provazochodcem byl pan Berousek
65 let. Hodně zdraví přeje celá rozvětvená rodina.)

85 let

Věra Měřičková
Danuše Černá
Jaroslav Mareš
Anna Sochorová
Hana Maršíková
Marie Stará
Věra Drnková
Josef Cícvárek
Rostislav Kunert
Jiří Motl

Marie Horčíková

90 let

Regina Hálová
Marie Ryšavá
Blanka Dudková
Jaroslava Bradáčová
Helena Buriánová

91 let

Jarmila Habartová
Emilie Kolářová
Marie Pechová

92 let

Rozálie Blažková
Marie Petrželová

93 let

Marie Zvolská

95 let

Stanislava Fišerová

97 let

Marta Nováčková

Diamantová svatba

7. října oslavili 60 let společného života manželé Jan a Božena Svatoňovi

Blahopřejeme!

Společenské centrum pro seniory Prahy 9 v listopadu

Středisko sociálních služeb MČ Prahy 9, Harrachovská 422/2, Prosek. Kontakt: Mgr. Věra Čápková, koordinátorka klubů seniorů, aktivizace seniorů. Telefon: 286 582 298, mobil: 724 905 785, www.ssspraha9.cz

1. 11.

Břišní tance alias orientální cvičení pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.45 do 15.15. Zdarma

2. 11.

Kavárnička pro starší a pokročilé - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.00 do 16.00, poté Tréninky paměti pro seniory a od 14.00 Dílny alias Klub šikovných rukou (hrátky s drátky - šperky, prstýnky). Zdarma

3. 11.

Speciální cvičení pro seniory s prvky jógy - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.45 do 11.00. Zdarma
Cvičení na židlích pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 15.00. 30 Kč/na rok

4. 11.

Návštěva Muzea čokolády, Celetná 10, Praha 1 - od historie kakaa až po výrobu čokolády. Sejdeme se v 10.00 před hlavním vchodem.

Klub důchodců - vede předsedkyně Květa Karbalková - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 16.00, 50 Kč/rok

5. 11.

Příprava na bazar - můžete přinést s sebou kvalitní věci, které již nepotřebujete, ale rádi je předáte někomu jinému, komu ještě poslouží a mohou způsobit radost. Příjem jen čistého oblečení i módních doplňků - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.00 do 11.00. Zdarma

8. 11.

Břišní tance alias orientální cvičení pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.45 do 15.15. Zdarma

9. 11.

Přednáška Dr. Karkulové - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.00 do 14.00, poté Dílny alias Klub šikovných rukou (hrátky s drátky - skleničky, hrníčky, hrnce, ozdoby na různé nádoby a nádoby) do 16.00. Zdarma

10. 11.

Cvičení pro seniory s prvky jógy včetně relaxace - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.45 do 11.00. Zdarma

Cvičení na židlích pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 15.00, 30 Kč/na rok

11. 11.

Zoologická zahrada - od 10.00 hodin do 12.00 hodin. Sejdeme se na zastávce autobusu č. 112, stanice metra Nádraží Holešovice v 9.50

Klub důchodců - vede předsedkyně Květa Karbalková - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 16.00, 50 Kč/rok

12. 11.

Příprava na bazar - můžete přinést s sebou kvalitní věci, které již nepotřebujete, ale rádi je předáte někomu jinému, komu ještě poslouží a mohou způsobit radost. Příjem jen čistého oblečení i módních doplňků - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.00 do 11.00. Zdarma

15. 11.

Břišní tance alias orientální cvičení pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.45 do 15.15. Zdarma

16. 11.

Kavárnička pro starší a pokročilé - Harrachovská 422/2, Prosek. Přednáška RNDr. P. Mrázka - Návštěva u paní Hathory. Poté Dílny alias Klub šikovných rukou (hrátky s oříšky - ozdobičky z oříšků) od 13.00 do 16.00. Zdarma

18. 11.

Návštěva Pražského hradu - od 10.00 do 12.00 hodin. Sejdeme se na stanici metra Vltavská, před prvním vagonem metra ve směru do centra v 9.45

Klub důchodců - vede předsedkyně Květa Karbalková - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 16.00, 50 Kč/rok

19. 11.

Příprava na bazar - můžete přinést s sebou kvalitní věci, které již nepotřebujete, ale rádi je předáte někomu jinému, komu ještě poslouží a mohou způsobit radost. Příjem jen čistého oblečení i módních doplňků - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.00 do 11.00. Zdarma

22. 11.

Břišní tance alias orientální cvičení pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.45 do 15.15. Zdarma

23. 11.

Kavárnička pro starší a pokročilé - Harrachovská 422/2, Prosek. Pokračování Tréninků paměti pro seniory; poté Dílny alias Klub šikovných rukou (vánoční svíčky z medových pláství) od 13.00 do 16.00. Zdarma

24. 11.

Cvičení pro seniory s prvky jógy včetně relaxace - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.45 do 11.00. Zdarma

Cvičení na židlích pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 15.00, 30 Kč/na rok

25. 11.

Návštěva muzea - od 10.00 do 12.00. Sejdeme se na stanici metra Vltavská, před prvním vagonem metra ve směru do centra v 9.45 Klub důchodců - vede předsedkyně Květa Karbalková - Harrachovská 422/2, Prosek, od 14.00 do 16.00, 50 Kč/rok

26. 11.

Příprava na bazar - můžete přinést s sebou kvalitní věci, které již nepotřebujete, ale rádi je předáte někomu jinému, komu ještě poslouží a mohou způsobit radost. Příjem jen čistého oblečení i módních doplňků - Harrachovská 422/2, Prosek, od 9.00 do 11.00. Zdarma

29. 11.

Břišní tance alias orientální cvičení pro seniory - Harrachovská 422/2, Prosek, od 13.45 do 15.15. Zdarma

30. 11.

Kavárnička pro starší a pokročilé - Harrachovská 422/2, Prosek. Pokračování Tréninků paměti pro seniory; poté Dílny alias Klub šikovných rukou (adventní věnce - přinést s sebou korpus věnce, svíčky a kalíšky) od 13.00 do 16.00. Zdarma



KONTAKT
Informace – Poradenství – Publikace

KONTAKT je informačním a poradenským střediskem, které prostřednictvím své činnosti napomáhá v orientaci a hledání řešení složitých životních situací.

SOCIÁLNÍ PORADNA a JOB KLUB pro nezaměstnané jsou otevřeny po celou provozní dobu, pro návštěvu JOB KLUBU je nutno se objednat.
Právní poradna: úterý 9 - 12 hod.
Právní poradna zaměřená na rodinné a občanské právo: středa dopoledne
Poradna pro osoby ve finanční tísní: úterý a středa dopoledne

Poradna pro osoby ohrožené domácím násilím: čtvrtek (pro objednané)
Poradna pro osoby se zdravotním postižením: pondělí, pátek
Poradenství je poskytováno bezplatně.

Kontakt:

Ječná 3, Praha 2, iis@csspraha.cz, www.csspraha.cz
Poradna 222 515 400, 739 824 749, 731 056 708
JOB KLUB: 222 517 781, 774 745 762

Akce pro seniory

11. listopadu

Výprava do kina Ládví Praha 8
Ve 14.00 začátek představení.
Sraz s Renátou Píchovou ve 13.30 v atriu kina. Možnost výběru filmu:

Jíst, meditovat, milovat - komedie s Julií Roberts
Habermannův mlýn - příběh ze Sudet v době nacistické okupace podle skutečné události
Zdarma.

22. listopadu

Edit Piaf
Vystoupení Světlany Nálepkové v divadle Gong. Komponovaný pořad s hudbou od 14.00.
Zdarma.

Okrskáři slaví, pražské ulice chrání již deset let

Znalost místních zákoutí, ulic i konkrétních lidských osudů a jejich nositelů, to je největší devíza pražských okrskářů. A právě okrskáři v letošním roce slaví „narozeniny“. Pražské ulice hlídají již deset let.

Poradit občanům, dávat pozor, co se kde děje, nebo pomoci dětem přejít přes ulici – to vše patří k práci pražských strážníků -okrskářů, kteří v hlavním městě působí již deset let.

„Okrskáři jsou tu především od toho, aby byli zdejšími lidem kdykoliv k dispozici. Nejčastěji řeší porušování veřejného pořádku, ale do jejich kompetence spadají i dopravní přestupky a bezpečnost v ulicích. Pomáhají ale i jinak, díky detailní znalosti okrsku mohou včas odhalit některé přestupky nebo upozornit na páchaní trestné činnosti. Jsou

také připraveni poradit a pomoci s takřkajíc běžnými starostmi, tedy mamince s kočárkem nebo paní s nákupem,“ představil práci okrskářů první náměstek pražského primátora Rudolf Blažek, který má bezpečnost v hlavním městě na starosti.

Na území Obvodního ředitelství Městské policie Praha 9 v současné době slouží celkem 34 strážníků v 25 okrscích. Obyvatelé na okrskářích oceňují především jejich znalost místních poměrů a často i konkrétních občanů dané čtvrti. „Každý strážník je v místě svého působení

velmi dobře znám. Často se stává, že především starší lidé volají konkrétnímu strážníkovi i v době jeho volna, aby se mu svěřili se svým problémem, protože jej chtějí sdělit někomu, koho znají,“ popsal praxi zdejšího Obvodního ředitelství Městské policie pro Prahu 9 jeho ředitel Vlastimil Olič.

Kromě dohledu nad bezpečností a klidem v ulicích se však okrskáři podílejí i na řešení závažných případů. Přímou na území deváté městské části například pozornost jednoho z nich pomohla odhalit místo, které slou-

žilo jako přestupní stanice pro uprchlíky. V okrsku Kbely si okrskář všiml podivných změn v okolí jedné zdejší vily. „Šlo o poměrně odlehle místo, které místní považovali za opuštěné. Ale náš strážník zde zaznamenal nenápadné změny. Proto s pomocí autohlídky zařídil kontrolu objektu,“ popsal situaci ředitel Olič. Během ní pak strážníci v budově našli patnáct uprchlíků, kteří zde čekali na další cestu a které proto okamžitě předali cizinecké policii k dalšímu šetření. <

Okrskáři - Praha 9



okrsek č. 1

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Břizová Eva
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorcí služba
Vysočanská, Liberecká, hranice k. ú. Prahy 9, Českolipská, Novoborská, Cvikovská, Jiřetínská

Mobilní telefon: 723 012 472



okrsek č. 4, 6

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Tóthová Martina
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorcí služba
Vysočanská, Bílinská, Litvínovská, K Lipám, Litoměřická, Teplická, Liberecká

Mobilní telefon: 723 019 695



okrsek č. 5, 7

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Čížek Martin
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorcí služba
Litoměřická, Na Pokraji, Na Stráži, hranice k. ú. Prahy 9, Habartická, Vysočanská, Prosecká, Na Rozhraní, Nad Kunderatkou

Mobilní telefon: 720 513 771



okrsek č. 8, 9, 17

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Vokatý Antonín
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorcí služba
Prosecká, Vysočanská, U Vinných sklepů, hranice k. ú. Prahy 9, Čakovická, Letňanská, Ke Klíčovu, Kolbenova, Mladoboleslavská, Kbelská, za ČKD-elektrotechnika (kolmo na) Kolbenovu

Mobilní telefon: 723 323 989



okrsek č. 10, 13

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Benek Vítězslav
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorcí služba
Sokolovská, Pod Náspem, hranice k. ú. Prahy 9, Kovanecká, Kovářská, Jandova, U Vinných sklepů

Mobilní telefon: 723 019 668

**okres č. 11, 14, 15**

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Tuma Zdeněk Mobilní telefon: 723 745 755
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorčí služba
Sokolovská, K Moravině, Ocelářská, Freyova, Českomoravská, Ke Klíčovu, Kolbenova, Poštovská, U Vysočanského pivovaru, Rokytko-potok, Jandova

**okres č. 12**

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Kohut Radek Mobilní telefon: 723 248 404
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorčí služba
Českomoravská, K Žižkovu, hranice k. ú. Prahy 9, Sokolovská

**okres č. 16, 19**

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Menšík Ivan Mobilní telefon: 723 747 165
Hypermarket Kaufland, Spojovací ul., Praha 9 - Hrdlořezy
čtvrtek 14.30 - 17.30
Průmyslová, hranice k. ú. Prahy 9, Českobrodská, Hrdlořežská, Mezitratová, žel. dráha ČD, Spojovací, U Elektry, Poděbradská, K Žižkovu

**okres č. 18**

Jméno okrskáře:
Okrsková služebna:
Úřední hodiny:
Hranice okrsku:

Harajda Pavel Mobilní telefon: 723 782 398
Veltruská 576, Praha 9, Prosek, tel.: 286 886 841-3
stálá dozorčí služba
Poděbradská, U Elektry, dráha ČD, Průmyslová, Kbelská, Kolbenova, Poštovská, U Vysočanského pivovaru, Rokytko-potok, Freyova

▼ **ŘÁDKOVÁ INZERCE**

Koupím byt, rodinný, činžovní dům, vilku, pozemek i jinou nemovitost kdekoli v Praze, i ve špatném stavu, na velikosti ani vlastnictví nezáleží, i za odstupné - nájemní, družstevní, i nečlen družstva, služební, podnikový apod.. Nechám čas na vystěhování, uhradím za vás dluhy na nájmu, exekuce, atd., vyřídím i právně velmi komplikované případy, stáhnou soudní výpověď, žalobu, věcná břemena, podílové spoluvlastnictví atd. Koupím i byt neoprávněně obsazený nežádoucím nájemníkem, příp. dám náhradní byt či domeček mimo Prahu a doplatek apod. Platím v hotovosti, záloha možná ihned.
Tel.: 222 941 032, nebo 603 420 013

Knihy a knižní pozůstalost koupím i odvezu. Tel.: 286 891 400

Střihání a celková úprava. Dojedeme i k vám domů. Spojenců 16, Horní Počernice. Tel.: 739 560 637

Pronajmu garáž, Slévačská, P 9; tel.: 607 830 350

PORADNA ROZVOJE OSOBNOSTI nabízí terapie zaměřené na rozvoj grafomotoriky, školské poradenství, logopedii, tel.: 774 316 598 a EFT terapii – velmi účinná metoda pro řešení psychických i fyzických obtíží, tel.: 604 708 572

Prodám činžovní dům v Libni. Dobrý stav, 7 bytů, volná půda. 724 689 285

Hledáme menší byt k pronájmu pro 2 osoby, nekuřáci bez zvířat, garsonka - 2+kk do 11 000 Kč včetně poplatků. Zařízení na dohodu. Tel.: 220 806 245, 605 845 088

Čistíme koberce a čalouněný nábytek mokrou metodou profi stroji Kärcher, cena od 15 Kč/m². Doprava po Praze 9 ZDARMA. www.cistimekoberce.cz. Tel.: 777 717 818

PŮJČÍME Vám bez poplatku! Volejte ZDARMA na tel.: 800 220 202

Prodám vilu se čtyřmi volnými byty ve Vysočanech. 2 garáže. 724 689 285

Kurzy AJ za 400 Kč měsíčně!
Učí rodilí mluvčí - budoucí učitelé
Lekce probíhají dvakrát týdně od 14.30 do 17.15
Min. 16 hod. měsíčně
www.twp.cz 283 893 145
jobs@teflworldwideprague.com
TEFL Worldwide,
Freyova 12/1, Praha 9 - Vysočany

Matematiku perfektně doučí středoškolský profesor. Tel.: 281 914 562, 603 909 327

STĚHOVÁNÍ BYTŮ, PIANIN, VYKLÍZENÍ BYTŮ, POZŮSTALOSTÍ. ZAPŮJČENÍ BAL. MATER., TEL.: 602 253 777

Pronajmeme 1+kk za 8500 Kč a 2+kk za 10 000 Kč. Ceny jsou včetně všech poplatků, panelový dům, dostupnost metra, zařízení dle dohody. Volejte pí. Gieckovou na tel.: 777 615 730

PROVÁDÍM MALÍŘSKÉ I LAKYR-NICKÉ PRÁCE + ŠTUKOVÁNÍ, STĚROVÁNÍ TEL.: 606 227 390. E-MAIL: JSAIFRT@SEZNAM.CZ

AUTOSERVIS – PNEUSERVIS – DIAGNOSTIKA
PRODEJ REPASOVANÝCH TURBODMYCHADEL
Kolbenova 159, Praha 9–Vysočany
Areál ČKD naproti Jena nábytku
Tel.: 737 087 878, 734 311 560

Hledáme byt k pronájmu v Praze 9 i jinde, garsonka až 3+1, cena do 14 000 Kč včetně poplatků dle velikosti. Zařízení dle dohody. Volejte prosím na tel.: 605 845 088, 220 806 245

Přípravné přijímací zkoušky „ZKUS SI TO“ pro žáky 5. roč. - každý pátek od 1. 10. 2010, 15 - 18 hod. v ZŠ Spitalská 789, P-9, Metro Vysočanská. Info: 724 512 382

VEDENÍ ÚČETNICTVÍ A DAŇOVÉ EVIDENCE, zpracování DPH, daně z příjmu pro právnické a fyzické osoby. Tel.: 606 687 724, e-mail: novakpt@seznam.cz
Masáže sportovní a rekondiční v dámském fitness. Objednávky tel.: 774 766 847 www.fithanybany-praha.cz/masaze.



- **Ceny od 37.000 Kč** bez DPH
- **K nastěhování na podzim 2011**
- **Vzorový byt otevřen**

+420 775 550 866
www.rezidencetupolevova.cz



DG
 DARAMIS GROUP
www.daramis.com

ETH spol. s r.o.
 Elektro-Therapie-Hydro-balneologie

Prodejna drobných rehabilitačních pomůcek
 U svobodárny 12, 190 00 PRAHA 9, e-mail: eth@volny.cz, www.eth.cz

V naší prodejně naleznete široký sortiment všech pomůcek, které můžete využít pro domácí rehabilitaci – velké míče na cvičení i sezení, pryžové pásy, posilovací pomůcky a další.

Máme v nabídce masážní emulze, aromaterapii, vložky do bot vícero druhů, boty od firmy SANTÉ, které můžete vybírat a objednávat podle katalogu bez nutnosti odebrání, nebudou-li Vám vyhovovat a celou řadu dalšího zboží.

**NEMÁME SMLOUVU S POJIŠŤOVNOU,
 NEJSME VÝDEJNA NA POUKAZY.**

PROVOZNÍ DOBA:

Po 9.00 – 12.00 / 13.00 – 18.00

Út – Čt

9.00 – 12.00 / 13.00 – 17.00

Pá

9.00 – 12.00 / 13.00 – 16.00

OD 01.10. DO KONCE
 ROKU AKČNÍ SLEVY
 NA CELOU ŘADU
 VÝROBKŮ.

Okna? Pusťte nás k tomu!

**VEKRA
 OKNA**

**Navštivte naše obchodní zastoupení
 Palmovka a Bořanovice-Líbeznice**

Palmovka, Na Žertvách 6, Praha 8, tel.: 284 811 236, palmovka@vekra.cz
 Bořanovice, Hovorčovická 137, Líbeznice, tel.: 222 356 900, boranovice@vekra.cz

www.vekra.cz

**SPECIÁLNÍ
 SLEVA**

10%

**z ceny za demontáž, montáž
 a zednické začistištění**

(s tímto kupónem při podpisu
 smlouvy do 30. 11. 2010)



Nadační fond manželů Livie a Václava Klausových připravuje u příležitosti zahájení tradiční vánoční sbírky rozsvícení vánočního stromu na Svatojiřském náměstí.

Dne 28. listopadu 2010 bude od 16 hod probíhat krátký program, při kterém vystoupí dětský hudební soubor Notičky a pěvecký soubor Gospel Limited a vyvrcholí rozsvícením vánočního stromu a společným zpíváním vánočních koled. Přijďte s námi přivítat adventní čas a zapomenout na chvíli na stres všedního života.

Svět Alvy Hajna

Galerie Dion připomíná do 17. prosince umělce Alvu Hajna výběrem z tvorby 70. a 80. let.



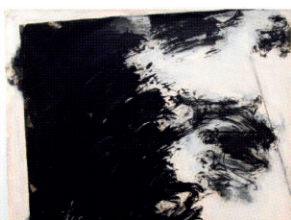
Alva Hajn: Milenci

Uzavřené dílo Alvy Hajna (1938 - 1991), ač veřejnosti zatím málo známé, vzbuzuje u znalých a zasvěcenců obdiv a uznání. Důvodem je netoliko autonomnost a svébytnost tvorby, ale i umělcova vědomá volba života v odloučení od větších kulturních center, jeho oddanost tvorbě v ústraní a nezávisle na dobovém dění. Výstava v Galerii Dion prezentaci vybra-

ných děl ze 70. a 80. let poukazuje na předěl v autorově vrcholném tvůrčím období: na přechod od jím tlumočeného barevného světa k monochromnímu černobílému výtvarnému projevu. Expozice je předstupněm umělcovy retrospektivní výstavy připravované Národní galerií pro Veletržní palác v příštím roce 2011.

Galerie Dion, Na Pokraji 540/2, Praha 9, tel.: 739 056 332, www.dionart.cz

Text a foto: ij



Alva Hajn: Černá malba

Projekt: Místo pod stromy



Kulturnímu a mateřskému centru Knoflík, které působí již desátým rokem v Praze 9 – Vysočanech, se v rámci projektu Nadace Partnerství Místo pod stromy podařilo získat částku 198 000 korun jako základní kapitál pro „přestavbu“ části veřejného prostranství ve Vysočanech, to vše ve spolupráci s Městskou částí Praha 9, s obyvateli, školami, firmami.

První veřejné setkání se uskutečnilo přímo na psím hřišti 6. 10. a padaly první nápady. K první schůzce a následným reakcím osobním i psaným v dotaznících mě napadá snad jediné (a osobní...): Ani nevíte, jak mě mrzí, jak jsme navyklí brát věci, že už jsou hotové, proti nám, že s nimi nejde nic dělat. Okamžitě vymýšlíme aktivity proti na místo toho, abychom se dohodli, informovali. Věřte, že projekt Místo pod stromy je výzva, šance, možnost. Třeba se dobereme k mnohému, co bude možno použít dál.

Podařilo se nám získat peníze na revitalizaci území ve Vysočanech, kde se nachází i psí hřiště. Mysleli jsme na prvky pro seniory, prvky pro psy, informační tabule, dost zeleně

atd. Nikde jsme zatím nepočítali s prvky pro malé děti (byť jsme sdužení především pro tuto kategorii). Bylo by škvělé získat další prostředky právě na tento projekt (v některých případech se podařilo navýšit prostředky i několikrát).

Projekt není hotov, věřte nevěřte, právě toto je podmínka – že se do něho zapojí co nejvíce lidí, že to bude jejich prostor, který si vytvoří. Další schůzka byla 21. října (po uzávěrce Devítky) v ZŠ Balabenka. Víte-li o někom, kdo by se do projektu chtěl zapojit – finančně, radou, materiálně, kontaktujte nás. Více na www.kmcknoflik.cz

Eliška Kasinová

Fotbalisté na brigádě

Brigáda ve spolupráci firmy Městské části Praha 9 Hortus s. r. o. a starších žáků fotbalového oddílu SK Praga Vysočany se konala v neděli 3. října.

Mladí fotbalisté v prostoru mezi novou cyklostezkou a rugbyovým hřištěm RC Praga vyrovnávali terén, uklízeli ořezané větve a hrabali svahy posekané firmou Hortus s. r. o. Děkujeme všem klukům, kteří se zúčastnili této brigády.



Starší žáci SK Praga Vysočany na brigádě

Text a foto: Stanislav Votoček
trenér starších žáků SK Praga

Provozní doba knihoven v Praze 9

Měšická 3/806
Praha 9 – Prosek
tel.: 286 881 064

Půjčovni hodiny:

úterý 9 - 19 hod.
středa 12 - 19 hod.
čtvrtek 9 - 19 hod.
pátek 9 - 15 hod.
sobota 9 - 12 hod.

Knihovna Vysočany
Zbuzkova 34/285
Praha 9 – Vysočany
tel.: 283 893 593

Půjčovni hodiny:

úterý 9 - 19 hod.
středa 12 - 19 hod.
čtvrtek 12 - 19 hod.
pátek 9 - 15 hod.

ŽIVOT KOLEM NÁS

The Life Center – nově U Svobodárny

Od 17. října najdete Life Center v nových, světlejších prostorách v ulici U Svobodárny 1500/5, Praha 9.

Od roku 2011 otevřeme Školičku/Learning Center.

Po pěti letech úspěšného fungování klubů angličtiny vám konečně budeme moci začátkem roku 2011 nabídnout dvojazyčnou Školičku/Learning Center v našich nových prosvětlených prostorách v blízkosti stanice metra Českomoravská. V této části Prahy 9 vnímáme nedostatek cenově dostupných školek. Místa budou omezena, takže neváhejte zapsat se předem do našeho pořadníku. Více informací zjistíte na naší webové stránce, kde jsou o Školičce aktuální zprávy.

Kids Club

Angličtina s úsměvem pro děti od 3 do 8 let. Tři skupiny: předškoláci začátečníci, předškoláci pokročilí a školáci. Klubů máme v úterý a ve čtvrtek odpoledne. Akční písničky, pohyb a interakce v laskavé atmosféře. Za přijatelnou cenu: 90

Kč/45 min. Registrujte se telefonicky nebo e-mailem, máme omezenou kapacitu a zájem roste.

English Lab

Pro školní děti ve věku 8 až 13 let nabízíme každé úterý odpoledne šedesátiminutový klub, který navazuje na letní tábory v Life Centru. Děti se dozvídají ze zápisů šlechetného profesora zajímavé věci a přitom se učí anglicky. Registrace e-mailem nebo telefonicky; cena 90 Kč.

Nový život

Každé úterý od 18.30 probíhá 12krokový rehabilitační program pro lidi, kteří se ocitli v těžké životní situaci. Osvědčený program (Celebrate Recovery), který pomáhá více než 250 000 lidí na celém světě. Když se učíme navzájem se povzbuzovat a čerpat sílu u Boha, děláme potřebné kroky, abychom překonali svá zranění, komplexy a zlovyky.



Již po čtvrté se uskutečnil v prostorách Life Centra letní příměstský tábor pro děti s výukou angličtiny. Srpnové dobrodružství tentokrát zavedlo šestatřicet dětí ve věku 7 - 16 let z vědecké laboratoře do různých období v dějinách lidstva. Průvodcem se jim přitom stal svérázný Prof. Ing. Archibald Pídl, CSc., vynálezce stroje času a samomleci kávy v jedné osobě.

Nový život je bezpečné prostředí, kde se nemusíte přetvařovat.

Ostatní setkání v Life Centru

Každou neděli v 10.30 setkání církve, jak ji možná neznáte. Církev Nová naděje sbor Nové začátky je společenstvím křesťanů z různých koutů světa, s různým společenským i etnickým pozadím (www.novezacatky.cz). Současně s anglicko-českým programem pro dospělé máme i živou a zábavnou Církev pro děti (2 – 12 let).

dn



Kontakt

Internet: www.thelifecenter.cz
E-mail: daniel@novezacatky.cz
Telefon: 605 230 677

Děti z Balabenky uspěly v Holešovickém vodníkově

Téměř dvě stovky dětí ze školních družin Prahy 7, 8, a 9 se ve čtvrtek 7. října utkaly v robinsonských disciplínách. Trosečníci na pustém ostrově bylo téma 5. ročníku Holešovického vodníka, soutěže, kterou pro děti každoročně pořádá vodácký oddíl Zlatá kotva.

Závodilo se na pramicích na slepém rameni Vltavy poblíž ústí Rokytky a na blízkém hřišti i v suchozemských disciplínách. Třeba v dojení kozy (gumové rukavice), přenášení ohně (zapálených svíček), lovu divoké zvěře (tenisákem), stavbě chatrče a dalších.

„Chceme dětem ukázat, že člověk nemusí chodit do závodního oddílu, aby mohl jet na vodu.

Vodní turistika je sport pro každého. Než naše děcka pustíme třeba do přejí, něco samozřejmě musí umět. Ale není to dřina, spíš legrace. My jezdíme pro radost. Na vodu, ale taky na lyže, na kola, nebo jen tak na výlety,“ říká vedoucí oddílu Zlaté kotvy ing. Zbyněk Hruška.

První cenu - keramického vodníka - si letos odnesla družina zá-

kladní školy Letohradská z Prahy 7. Díky grantové podpoře Městské části Praha 7 a Magistrátu hlavního města Prahy ale s prázdnou neodešel nikdo.

Pořadí družin

1. místo - ZŠ Letohradská, Praha 7
2. místo - ZŠ na Balabence, Praha 9
3. místo - ZŠ Fr. Plamínkové, Praha 7

4. místo - ZŠ Petra Strozziho, Praha 8
 5. místo - ZŠ Zenklova, Praha 8
 6. místo - ZŠ Špitálská, Praha 9
- Vodácký oddíl Zlatá kotva, který soutěž pořádá, má klubovnu v Praze 9, Sokolovská 310. Kontakt: ing. Jana Soběslavská, tel.: 728 118 990, zlat.kotva@seznam.cz, www.zlata-kotva.cz

js

Pevnost – České centrum znakového jazyka

Organizace Pevnost – České centrum znakového jazyka, o. s., v tomto roce oslavila své 10. výročí. V současné době sídlí v Praze 9 v ulici Krátkého 4/250, v těsné blízkosti metra Vysočanská a zastávky tramvají č. 8 a 19.

Jejím hlavním cílem je šířit český znakový jazyk a informace o něm, a to zejména mezi širokou slyšící veřejností. Zájemcům o český znakový jazyk přináší širokou nabídku kurzů (např. skupinové, in-

dividuální, intenzivní a víkendové). Studentům jsou při poznávání fascinujícího světa ticha a seznámením se s bohatou kulturou komunity Neslyšících nápomocni profesionální lektori - ro-

dili mluvčí znakového jazyka.

Pokud se toho o občanském sdružení Pevnost chcete dozvědět více, můžete navštívit webové stránky www.pevnost.com. Naleznete zde další informace o organizaci a také

termíny všech nabízených kurzů. Další kontakty - telefon/fax: 283 892 700, mobil: 728 586 857, e-mail: pevnost@pevnost.com.

red



Centrum volného času Praha 9

Centrum volného času, Lovosická 610/21, Praha 9–Prosek, www.cvcpraha9.cz,
tel.: 604 298 492, 286 581 591

Pro děti

Od listopadu nabízíme dvě volná místa v dopoledním programu „Chvilky bez maminky“. Tato miniškola je určena pro děti od 2,5 do 5 let a probíhá každý den: pondělí a středa od 8.30 - 12.30 a úterý, čtvrtek, pátek od 9.00 - 12.00.

Čtvrteční hrátky s kojenci a batolátky. Kurzy pro maminky s dětmi 6 měsíců – 1 rok, 1 - 2 roky, 2 - 3 roky podporují zdravý sociální a psychomotorický vývoj dětí pomocí hry. Vede a přihlášky přijímá – bc. Lenka Karbanová, tel.: 605 21 95 55, e-mail: hratkysbatolatky@seznam.cz, www.hratkysbatolatky.webnode.cz

Malování - pro děti od 4 do 6 let, úterý 15.15 - 16.00. Děti se seznámí se základními i experimentálními výtvarnými technikami.

Logohrčky se zvířátky - pro děti od 3 let s doprovodem dospělého - středa 15.15 - 16.00. Hravá cvičení na podporu řečového rozvoje dětí.

Dětská jóga - pro děti od 4 do 6 let, ve středu od 17.00 - 17.45. Děti prostřednictvím her a říkanek napodobují pohyby nejrůznějších zvířátek.

Akce pro veřejnost

1. 11. - 5. 11. Burza dětských zimních sportovních potřeb

Přijímáme čisté a nepoškozené: lyže, lyžařské boty, snowboardy, běžky, brusle, helmy, sánky, chrániče, hokejky, sportovní tašky. Rozměrnější věci je možno nabízet i formou inzerátu s fotografií. Přijem věcí: 1. 11. v 9.00 - 19.00. Prodej věcí: 2. 11. a 3. 11. v 11.00 - 18.00.

2. 11. Halloween aneb dušičky trochu jinak – strašidelný podvečer pro malé i velké. Děti si vyrobí kouzelný svíček nebo dekoraci z dýní a vydají se na připravenou stezku odvahy pro nebojso. Na cestě budou účastníky provázet kouzelné bytosti a strašidla.

9. 11. Drakiáda a kuličkáda – výroba a pouštění draků, soutěž o nejhezčí „dračí kousek“, méně zdatní si mohou zahrát kuličky. Při chladném počasí výroba voňavých polštářků a potpourri.

23. 11. Věnečkování – tradiční výroba adventních věnců. Menší děti vymalovávají barvami umělečnou vánoční skličku.

29. 11. - 3. 12. Burza hraček a knížek (stavebnice, knížky, autíčka, panenky, kočárky pro panenky, vý-



Z Centra volného času na Proseku

tvárné potřeby, příslušenství pro miminka (fusaky, postýlky, židličky, zavínovačky, šátky na nošení dětí, krosničky, babyvaky, kojící polštáře, chůvičky, apod.)

6. 12. Mikulášská párty – podvečer plný soutěží a doprovodného programu, vystoupení taneční skupiny, diskotéka, soutěž o nejkrásnějšího čertíka či andílka. Na závěr čeká všechny děti Mikulášská nadílka.

Novinky ve cvičení pro ženy i muže

Relax body fit

Cvičení pro toho, kdo se rád hýbe a chce pro sebe dělat něco zdravého. Jedná se o kombinaci protahovacího cvičení, dýchání a cvičení zaměřené na problémové partie. Středa 18.30 - 19.30.

Párty fit

Nový dynamický fitness program pro každého bez rozdílu věku, váhy či kondice. Úterý 19.00 - 20.00, čtvrtek 18.00 - 19.00 (pondělí a středa - uzavřené kurzy).

Cvičení pilates

Inteligentní cvičení k získání plochého břicha, štíhlého pasu a štíhlých nohou. Pondělí 17.00 - 18.00 (s hlídáním dětí), úterý 18.30 - 19.30, čtvrtek 19.00 - 20.00 (s overbally), pátek 10.00 - 11.00 (s hlídáním dětí).

Cvičení paměti pro seniory a širokou veřejnost

Vždy středa 9.30 - 10.30 (od 3. 11.), cena 60 Kč na hodinu, přihlášku je možné vyplnit přímo na recepci.

Text a foto: m



DDM Praha 9

Pestrý listopad v Domě dětí a mládeže

Dům dětí a mládeže, Měšická 720, Praha 9–Prosek, tel.: 286 884 456, fax: 286 884 457, gsm: 605 486 587, e-mail: info@ddmp Praha9.cz, www.ddmp Praha9.cz.

Pestrý listopad se v DDM Prahy 9 ponese ve znamení dětského divadla, tance, kreativních dílen pro malé i velké a v duchu defenzivně pojatých bojových sportů. Takže popořadě: hned na začátku měsíce (4. listopadu) je pro rodiče s dětmi připravena skvělá příležitost zajít si zahrát, zasoutěžit a pobavit se na Karneval skřítků, vil a lesních bytostí. Víkend 6. a 7. listopadu bude patřit všem aikidistům

bez rozdílu věku na semináři, jímž provede Dan Kubánek (4. Dan Hombu Dojo Aikikai). V pátek 12. listopadu pak odjíždíme na umělecký víkend do Čáslavi, kde si děti mohou vybrat, zda budou hrát na hudební nástroj, či se zúčastní tanečních akcí. O týden později proběhne přímo na proseckém pracovišti víkendový taneční workshop pro všechny milovníky tance (od break dance přes orientální

tance až po disko), kterým provedou zkušení lektori. A konečně, na pátek 26. listopadu je připravena další pohádka pro děti, se kterou přijede oblíbené Divadlo Paleček. V příběhu se tentokrát pokusí Honzík a Hanička pouštět draka. Těšíme se na vás!

Kompletní seznam listopadových akcí naleznete na našem webu ddmp Praha9.cz.

Text a foto: pp



Z Domu dětí a mládeže v Praze 9

ŽIVOT KOLEM NÁS

GALERIE HARFA: OBCHODNÍ CENTRUM NOVÉ GENERACE

V těsném sousedství O2 areny v pražských Vysočanech se již 11. listopadu otevře veřejnosti Galerie Harfa. Toto regionální obchodní centrum bude v některých ohledech zcela výjimečné.

Jedním z výjimečných rysů je unikátní synergie s O2 arenou, patřící mezi nejmodernější komplexy tohoto typu v Evropě. Jedinečnost Galerie Harfa spočívá také ve využití její střešní terasy, kde vyrostle zelený park s atrakcemi pro celou rodinu. Návštěvníci se mohou těšit na Dinopark, dětské hřiště, audiovizuální a hudební atrakce, trhy, a v neposlední řadě na ledovou plochu. Centrum nabídne celkem 49 000 m² obchodních a zábavních ploch na třech podlažích. V létě příštího roku budou navíc dokončeny dvě deseti-podlažní věže s 20 000 m² kancelářských ploch. V následujících letech se multifunkční komplex rozšíří o další kanceláře a hotel s kongresovým centrem. Developer a investor projektu C&R Developments, člen skupiny Lighthouse Group, se tak významnou měrou podílí na revitalizaci území bývalého ČKD a budování Nových Vysočan.

Galerie Harfa nabídne návštěvníkům nejen 180 obchodů se značkovou módou a sportovními potřebami, supermarket, restaurace, kavárny a další služby, ale také fitness a wellness centrum s bazénem. Unikátní atrakcí bude veřejně přístupná

střešní terasa a zelený park o rozloze 9500 m² se zábavním Dinoparkem, dětským hřištěm, ledovou plochou, vodními prvky a dalšími zdroji zábavy pro celou rodinu. V současné době dosahuje pronajatability obchodních ploch 90 %. Mix nájemců je přitom nastaven tak, aby nabídl renomované značky, ale také značky nové, které návštěvníci v jiných nákupních centrech nenajdou. Nájemcem, který poprvé vstoupí na český trh právě v Galerii Harfa, je například PURE Fitness. Jedná se o mezinárodní síť fitness a wellness center prvotřídní kvality, která díky zaměření na široké portfolio zákazníků a zajímavým speciálním programům zaujímá dominantní postavení na sousedním polském trhu.

Čím se chce Galerie Harfa odlišit od jiných obchodních center, to je nabídka volnočasových aktivit. Ty se budou odehrávat zejména na střeše obchodního centra. Dinopark, ledová plocha, audiovizuální a vodní atrakce, trhy, to vše nabídne Galerie Harfa. Obchodní centra ve světě prošla určitým vývojem a stejný trend můžeme sledovat i v České republice. Nejde už jenom o to, aby zákazník v obchodním



Galerie Harfa – jak se na ní můžete už za pár dní těšit



centru našel své oblíbené značky, široké spektrum služeb a prodejnu potravin. To zákazník 21. století považuje za standard. Obchodní cen-

trum mu dnes musí nabídnout něco navíc a přesně tímto směrem se ubírá Galerie Harfa.

red

Nemáte fotografie Ateliéru J. F. Langhans?

Ateliér J. F. Langhans (od r. 1876) si letos připomíná 130 let od založení v Praze, v domě ve Vodičkově ulici. Až do znárodnění v roce 1948 byl proslulým portrétním studiem mezinárodního významu. K letošnímu výročí pořádá Langhans Galerie Praha rozsáhlou výstavu, která představí nejen vybrané fotografie z archivu osobností, ale i principy fungování tohoto ateliéru, pobočky v českých městech, výraznou a pokrokovou práci s reklamou či grafikou. Pokud jste majiteli fotografie nebo

jiných materiálů označených logem Ateliéru J. F. Langhans, rádi bychom vás požádali o možnost naskenování vaší fotografie a jejího následného zařazení do databáze. Skenování bude probíhat v době konání výstavy od 20. října 2010 do 2. ledna 2011, úterý až pátek od 13 do 19 hodin v prostorách Langhans Galerie Praha, Vodičkova 37, 110 00 Praha 1, www.langhansgalerie.cz, archiv@langhansgalerie.cz, tel.: 222 929 337.

red





Fotbalová jednička



Fotbalový klub Prosek



Telocvičáři



Klub cyklistů UPT Prosek

ROKYTKA Zpravodaj občanského sdružení
Vlastivědný klub Prahy 9
 Redakce: Miroslav Kuranda
 Rokytka vychází jako samostatná příloha
 měsíčníku Devítka, vydáváného MC Praha 9
 Adresa redakce: Vlastivědný klub Prahy 9,
 městská část Praha 9, Sokolovská 324/14,
 180 49 Praha 9
 tel.: +420 283 091 322, +420 606 927 223

Rokytky

**VLASTIVĚDNÝ
ZPRAVODAJ**
Číslo 11/2010
Ročník XLVIII

Jak u nás žily ženy v 19. století

Území dnešní Prahy 9 bylo v 19. století, před rozvojem řemesel a průmyslu v jeho závěru, zemědělskými vesnicemi. Jak vypadal každodenní život, zejména žen, v této době?

Jen těžko si to dnes můžeme představit. Naše území – Vysochaň, Prosek, Hrdločezy – mělo z hlediska povinností žen nevyhovující místa i vesnice. Byla zde síce zemědělská oblast se svým stylem života, ale začínala se prosazovat s rozvojem řemeslnických živností a tovařen také industriální ráz. Život tehdejších žen byla jen samá dřina. Ne snad, že by to mužové měli snadné, ale žena v tehdejší domácnosti si opravdu přišla na své. To život ani nebyl, to byla neustálá dřina, při které ženy brzy stárly a umíraly. Žena vstávala první v rodině a lehala si jako poslední. Pokud měli zemědělské hospodářství nebo alespoň chalupe, začala ji již ráno práce ve chlévě. Obsloužit hospodářství, zvířectvo, které u nás bylo při každém stavení. Od druhé, krávků až po kovy a prase. Připravili jim krmení, naložili vodu do žlabů, podotý, vykřádat hnůj. Otevřít slepičím, dát jim zrní a vodu. Pak vařit snídaní muži a dětem. Rozdělávat oheň, naložit vodu, zamést a začít vařit. Vypravit muže do práce, nepracovali tak doma při hospodářství, a děti do školy. Když byla ve Vysochaňech od roku 1854 a posléze i na Proseku a v Hrdločezích zřízena škola, bylo to lepší. Do té doby musely děti chodit do libeňské školy. I ty nejmenší. Maminčce tam nemohly vést, to museli obstarat starší sourozenci. A nastala jí příprava oběda. Nebylo to tak jednoduché jako

dnes. Příprava jídla byla velmi obtížná. Žena si musela všechno potřebné připravit sama. V mase utlouci mák, kroupy či jáhly, z homole usknout kus cukru a jeho odšťápnuté kousky v hmoždíři utlouci na moučku. Jen nejménější věci se kupovaly v obchodech. Těch tu bylo našších dost a jména obchodníků dlouho přezdívala i v pomístních názvech. Jeden za všechny je Bumbálkův vřesk, již oficiální název. Velmi oblíbený pan Antonín Bumbálek měl v č. 41 obchod potravinami a drbeřice. Jeho jméno ho přecházelo o celé generace.

Váření práce ženě nekončily. Bylo nutno zametat a mýt podlahu, žít a lavičce. A zejména stůl. Ten byl v sednici na prvním místě. Na něm se nejen jedlo, ale i připravovalo jídlo a odbyvaly se některé domácí práce. Stále čistý a upravený stůl bývala vždy chloubka hospodyně. Pak byla práce na zahrádce. Zelennina a kořeniny do kuchyně pocházely ponevíc z vlastní sklizené. Teprve po první světové válce se u nás začali usazovat zahrádkníci. Další práce, na které se podíleli i muži, bylo obstarání dříví. Naše okolí nebylo tak bohaté na lesy, proto se k topení používal kdýkář odpad. Ten se získával i v rodicích se tovařích provozovnách. Na zatápění bylo nutno mít připravené našápané dříví a třísky na podpal.

Dále ženě připadla starost a péče o nejmenší děti, zejména v době jejich nemoci. A naopak ty starší musely se taky podílet na domácích pracích. Večery využívaly ženy k spravování a šití oblečení, látání punčoch či pletení svetrů. A k přípravě kamen na druhý den. To znamenalo vybrat a vynést popel, založit třísky na podpal, aby měly na ráno vše připravené. Odpadem z domácnosti byl jen popel vše ostatní, co bylo spálitelné, se využilo při to-

pení. Ale i dřevěný popel bylo možno zužitkovat, třeba jen na doplnění hnějiva nebo do kompostu.

Ale bývaly i jiné práce. Třeba praní prádla. Vytáhnout necky, nechat je přes noc „zatláhnout“, nakrájet mýdlo na šupiny, nanosit zásobu vody a namočit prádlo. A ráno pak vyvářet, ohřát další vodu a začít prát. Pak se vyždímané prádlo odneslo k Rokytce a máchalo se. Po vyždímání se v létě rozprostřelo na zatravněné břehy Rokytky a pod dohledem třeba i nejmenších dětí se tam „bělilo“. Kropičky konví se po vysušení znovu a znovu kropilo, a teprve když končil den, se nechalo doschnout a přineslo se domů. V zimě bělení odpadlo a sušilo se na dvorku nebo na půdě. Pak nastalo žehlení. Na plotně se střídala dvojice žehlíček.

Další starostí žen bylo „chodit na trávu“. Výžňaly se meze a svahy, škarpy u silnic (pokud nebyly v majetku eraru), a po sklizni na „panském“.

Podle rozsahu hospodářství musela žena pracovat i na poli. Zejména vybírání brambor byla její záležitost, dále práce při žních a senech či otavách.

Některé ženy se vyznaly i v léčení lidí a domácího zvířectva. Nad jejich medicínskými zásahy bychom se dnes přiměřeněji podívovali, ale tehdy se žilo jinak. A pochopitelně se vyznaly v léčivých bylinách. Znály mnoho rostlin a věděly o každé, na co jsou dobré.

Nesmíme vnechat ani zmínku o tehdejšímu způsobu pečení chleba tam, kde měli při stavění pec. Vyčištěná pec se založila našupanými poleny a ta se zapálila. Když se po vyzkoušené době pec náležitě rozpálila, vyhrabaly se zbytky oharů, dno pece se důkladně vymetlo a mohl se sázet chleba. Příprava těsta na chleba býval skutečný obřad, který ne každá hospodyňka zvládla pokaždé na výbornou. Již večer předem se připravovalo těsto. Doprosřed světnice se přinesla díž a do ní se nasypala mouka se solí a kminem a případně i různým kořením a nezbytným kváskem z minulého pečení. Pak se přilévala odražená voda. Těsto se vypracovávalo kopí, s kterou se obcházel kolem díže. Když

bylo těsto tak „akorát“, přikrylo se plachetkou a nechalo kynout. Teprve pak bylo možno jej vyválet a upravit v osátkách na bochníky. Znovu se nechalo „odpočinout“ a pak se mohlo sázet do pece. Před dopečením se horní kůrka potírala vodou, případně různě upravenou. Každá hospodyně měla chleba jiný. Záleželo nejen na jejích zkušenostech, ale i na složení těsta, jakosti mouky a peci. I na druhu dříví přý záleželo. Upěci dobrý chleba bylo cti hospodyně. Teprve když se tu usadili pekaři, domácí pečení chleba ustalo.

Začátkem 19. století nebylo ještě zavedení svícení petrolejem. Používaly se poněkud louce, olejové kahanky a při slavnostnějších příležitostech svíčky. Později eru petrolejových lamp už známe i my z časů našeho dětství a někde ještě přetrvávají jako památka na zaslé časy. Čištění zacinčených cylindrů bývala většinou práce dětí.

Významným mezníkem v životě v průběhu roku byla posvícení a poutě. Byla to sice chvíle slavnostních a radostných nálad, ale tu práci se všim okolo měly zase jenom ženy. Důkladně vyčistit a vyparádčit dvorek a připravit sváteční jídlo. Všichni přišli k hotověmu a neuvědomili si někdy, že za tou vši nádhrou se skrývá námaha, starosti, vrásky a pot ženy. Ne vždy byla její práce po zásluze oceněna. Tímto článkem nemá být řečeno, že muži tenkrát měli nějaké lehy. Taky měli práci. Težkou a namáhavou. V lese, na poli či později v továrnách. Ale po práci mívají více volna než ženy. Ty musely pracovat nepřetržitě od rozbřesku do úsvitu. Jedinou jejich společenskou událostí byla návštěva kostela. Jedině tam, a cestou do kostela a domů, měly čas popovídat si se sousedkami a vzájemně se potěšit sdělenými trampotami, které jim život přinášel. Dalším obdobím poměrného klidu byla zima, kdy bylo méně práce venku. A při domácích pracích - draní, peří, předění a podobně se scházely většinou společně tam, kde měly větší místnost a mohly si při práci alespoň porozprávět.

Ženy měly tenkrát, nejen u nás, skutečně

těžší život než muži, ale nesyťsky si. A když, tak svůj stesk vyjádřily písničkami. Zpěv doprovázel většinu jejich prací. Zpívalo se při vaření, praní a hlavně při žehlení. To jim ta práce pak lépe ubíhala. A od žen se učily zpívat i děti. Dnes mají ženy život již snazší, ale jejich písniček nějak ubývá.

Z kuchyně našich prababiček

Před sto lety připravil učitel Alois Holub z Lysé nad Labem nápaditou kuchařku pro své žáky. Uvedl nejen veškeré ingredience a množství, způsob úpravy, ale zejména ty detaily zpracování, které jejích matky, jež je s vařením seznamovaly, považovaly za tak samozřejmé a všeobecně známé, že je svým dcerám nesdělovaly. A toho se Alois Holub využíval. Metodicky popsal nejen z čeho, ale hlavně jak se jednotlivá jídla připravují. A při tom se vysříhal jakéhokoliv mentorování a své recepty popisoval tak, že kuchařinky, když podle nich vařily, měly pocit, že pan učitel stojí za nimi a vede jim jejich ruku s vaříčkou.

Uvedené recepty jsou dnes už v něčem překonané - průmyslová technologie usnadnila svými výrobky a doplňky postup při-pravy jídel, ale k mnoha uvedeným praktikám by stálo za to se i dnes vrátit. Nemyslíte?

V toku času postupíme o 30 let dopředu ... a vkročíme do časů našich babiček. Je válka, bída o potraviny (ale i o vše další tolik potřebné k životu) a v denním tisku a časopisech jsou uváděny různé rady, jak přežít v těchto těžkých dobách. Přetřeme si několik návrhů na úsporu potravin a vaříme v roce 1940.

Těsto na knedlíky, taštičky apod. zadělávali jsme vajíčkem nebo jen žloutkem. Dnes můžeme vajíčkem zaděláme 2 až 3 dny předem uvařenými brambory (práve tak jako těsto na vdolky, ba i buchty).

Ovocné knedlíky, taštičky apod., aby se nelepily, promašťovali jsme máslem. Dnes knedlíky jen potřáme šátečkem nebo peroutkou v tuku namočenou. Smažené vdolečky kladli jsme do tuku, hned jak vykynuly. Dnes dáme je dříve do trouby nebo i jen na pláty kamen opěci, a když dostanou zlatou kůrčičku, vložíme je na docela malou vstříčku omastku - takže téměř nic nevypijí.

Kynuté knedlíky plnili jsme různými povidly a mastili je rozpuštěným máslem. Dnes uděláme knedlíky prázdné a náplně použijeme k přípravě omáčky (zavazně borůvky rozředíme vodou a zahustíme škrobovou moučkou nebo z povidel uvaříme omáčku).

Pod vdolky potírali jsme plech tukem. Dnes vykynuté vdolky vkládáme na nepomaštěný horký pekáč, který jsme před tím dali do trouby prohřát.

Práve tak pod vánoční cukroví plech nemastíme, ale posypeme jej stejnoměrně moukou tím způsobem, že ji na jedné straně plech trochu nasypeme, a potřepáním plechu přespeme na stranu druhou a zbytek mouky pak odsypeme pryč a uschovejme. Ani zrnko nesmí přijít nazmar.

Miroslav Kuranda

Prosečtí sportovci před sto lety



Tělocvikáři

Vydařená XX. Svatováclavská pouť

Svatováclavská pouť na Proseku, pořádaná MČ Praha 9, byla zahájena u jednoho z nejstarších kostelů zasvěcených patronu českého národa sv. Václavu v sobotu 25. září. To sem na hlavní scénu dorazil také průvod z vinice Máchalka s ochutnávkou vína a hroznů z letošní úrody.

Na Proseku po oba dny – sobotu a neděli – samozřejmě nechyběli trhovci a řemeslníci, pouťové atrakce a občerstvení, ani celodenní soutěže pro děti. Historická scéna za kostelem sv. Václava mj. patřila žonglérům, kejklířům,

šermířům i rytířským souborům, ale rovněž divadélku pro děti, gotickým písním či hudbě z knížecího dvora a dobové soutěži. U fary kostela byly také připraveny tvořivé dílny pod širým nebem pro všechny, kteří rádi vytvářejí z ničeho něco.

Na hlavní scéně na náměstí Na Proseku vystoupil např. Karel Bláha s muzikálovými melodiemi, Ivan Mládek s Banjo bandem nebo Jožka Černý a cimbálová muzika Gracia, Patrola Šlapeto se svou revue staropražských písníček, zpěvačka Petra Janů, kterou

na pódiu poté vystřídal legendární Olympic.

A jak se pouť líbila návštěvníkům? Za všechny zveřejňujeme dopis Františky Čokové z Proseka: „To ještě Prosek neviděl, co zažil při koncertu o Svatováclavské pouti kapely Jožky Černého. Při dešti, kdy přišlo jako z konve, lidé pod deštníky zpívali naše české a moravské písně. Prožívali jsme úžasnou euforii a byli hrdí na své češství, které pramenilo z každé písně, jež nám kapela Jožky Černého předváděla. Děkujeme za ten prožitek. Budeme ho dlouho nosit ve svém srdci.“

Za úspěšný průběh XX. Svatováclavské pouti patří poděkování hlavním partnerům, kterými byly...

Pražská teplárenská, a. s.

Galerie FÉNIX

... a partnerům, k nimž patřily:

CODECO, a. s.

ČKD GROUP, a. s.

CARROT EURO, s. r. o.

SPEI SERVIS, spol. s r. o.

PRAŽSKÉ SLUŽBY, a. s.

ProMoPro, s. r. o.

Vojenská zdravotní pojišťovna ČR

Bobová dráha Prosek

Johnny Servis, spol. s r. o.

Tiskárna Visit

Hostinec u brabců

Pekařství oheim

Restaurace zlaté sele

Restaurant Kouzelná flétna

red



inzerce

Kulturistům zbývá už jen fitko

Zahřát se lze třeba sportem, ale celý den sportovat nemůžeme. Již naši předkové proto našli i jiné způsoby.

Chtěli byste každý rok složit do sklepa a následně vynést k sobě do bytu minimálně 2 tuny uhlí? Dovolím si odhadnout, že dnes by to bavilo asi jen příznivce kulturistiky. A přitom minimálně tolik uhlí ročně by spotřebovala každá domácnost na vytápění a ohřev vody.

Místo toho můžete využívat výhod centrálního vytápění a někteří zákazníci Pražské teplárenské tak činí již skoro 100 let. Po tuto dobu totiž Pražská teplárenská dodává teplo do různých částí Prahy. Díky Pražské teplárenské tudíž máte kdykoli v průběhu roku k dispozici teplou vodu a záleží jen na vás zda i teplé topení.

A právě teplé topení je to, co dělá z chladného podzimu a zimy krásná roční období. Letos se sice ochladilo o něco dříve než loni, ale ani to Pražskou teplárenskou nezaskočilo a všechna její zařízení byla připravena na zahájení topné sezóny včas a v pořádku.

Přitom si v současnosti většina z nás ani neuvědomuje, jak se teplo



Výtopna Třeboradice – jeden ze zdrojů Pražské teplárenské soustavy

vyrábí, a to je teplo jednou z nejzákladnějších lidských potřeb. Zvláště obyvatelé měst si zvykli na pohodlné otočení kohoutkem radiátoru. A je pravdou, že ke svému životu více ani nepotřebují, protože toto vše za ně v Praze řeší Pražská teplárenská. Například Praha 9 získává teplo z Pražské teplárenské soustavy, jejímž hlavním

zdrojem je Elektrárna Mělník a několik dalších zdrojů. Nestane se tak, že by zákazníci na Praze 9 zůstali bez tepla v případě poruchy zdroje nebo nedostatku nějakého paliva.

Ač vše působí na první pohled celkem jednoduše, je celá teplárenská soustava složitý mechanismus. Veškerá svá zařízení proto pravidelně kontrolujeme a udržujeme, abyste se vy mohli věnovat důležitější věcem ve vašem životě.

Martin Pavelka

Pražská teplárenská a. s.

▼ KOMERČNÍ PREZENTACE

OBCHODNÍ CENTRUM

supermarket drogerie kosmetika lékárna potřeby pro domácnost dárky
 móda a obuv elektronika klenoty sport a volný čas restaurace a kavárny
 služby fitness a wellness automyčka 630 parkovacích míst

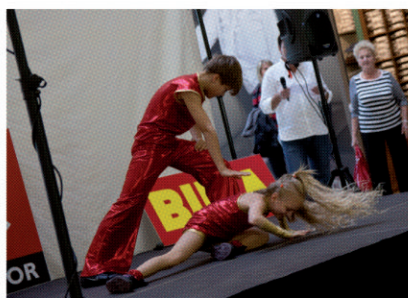

Galerie Fénix

Milí přátelé,

s uplynulými týdny se řada našich aktivit s jistotou přesunula do pasáží Nákupní Galerie Fénix. Proměnlivé a chladné počasí o sobě dává notně znát. Proto mě těší, že jste si ve svém volném čase našli příležitost navštívit naše nákupní centrum a podpořit řadu novinek, které se zde díky vám cítí už jako doma. Nové prodejny si rychle našly své zákazníky a mohu prozradit, že se i s velkou dávkou nadšení zapojily do společných projektů. Radost nám všem dělají farmářské trhy, které již oslavují dva měsíce existence a do Galerie Fénix lákají stále více zájemců o domácí produkci. Pokud stále váháte, zda si v sobotu ráno na trhy přivstat, pak vám v rozhodování možná pomůže reportáž jedné z našich čtenářek. Ráda bych vás touto cestou pozvala také na finálové kolo soutěže Šikulů a šikulek, kde se představí deset nejzajímavějších talentů. Věřím, že si podporu velkého obecenstva zaslouží. A pokud hledáte nějakou zábavu i pro své malé ratolesti, přiveďte je do Galerie Fénix na workshopy a pohádky. Z těch prvních vám do domova přinesou spoustu krásných ozdob a z těch druhých radost a úsměv na tváři. V neomezeném počtu probíhají obě aktivity stále bezplatně.

Na vaši listopadovou návštěvu se těší

Zdeňka Jakšić
 Ředitelka Nákupní
 Galerie Fénix Vysočanská


Finálové klání Šikulek a šikulů!


Finále druhého ročníku soutěže Šikulek a šikulů je tady. V říjnu jsme měli možnost vidět v rámci základního kola více jak dvě desítky soutěžících dětí, které se předvedly v tanci, zpěvu, hudebním vystoupení, ale také ve sportovních disciplínách jako např. gymnastika. Um a dovednosti malých šikulů si vysloužily velký obdiv a potlesk publika. Porotě se při výkonech dětí tajil dech a v mnoha případech s těžkým srdcem rozhodovala o vyřazení z finálového boje. Nakonec porota vybrala z 25 soutěžících



10 nešikovnějších dětí a formací, které se představí ve finálovém kole 6. listopadu, kde budou bojovat o hodnotné ceny.

Přijďte podpořit všechny šikuly do Nákupní Galerie Fénix v sobotu **6. listopadu od 14:00 hodin** a vytvořte správnou soutěžní atmosféru. V porotě zasedne také Ilona Csáková, která celé finále doplní o své vystoupení. Vítězové z jednotlivých kategorií budou odměněni hodnotnými cenami od Nákupní Galerie Fénix a našich obchodníků.

Partnery finálového kola jsou: BILLA, Victoria Magic, Euronics, Comfor, Albi, Pizzeria Il Tesoro, knihy Kanzelsberger a Pompo.



Další informace k soutěži najdete na webu Galerie Fénix www.galeriefenix.eu/aktualne/Sikulove a v pasážích nákupního centra.

Nákupní Galerie Fénix Vysočanská
 Freyova 945/35, Praha 9
 U metra Vysočanská

Otevřeno denně od 9 do 21 hodin
 Café Fénix od 9 do 22 hodin
 Food court od 10 do 22 hodin
 Supermarket Billa / fitness od 7 do 22 hodin

www.galeriefenix.eu

▼ KOMERČNÍ PREZENTACE

OBCHODNÍ CENTRUM

supermarket drogerie kosmetika lékárna potřeby pro domácnost dárky
móda a obuv elektronika klenoty sport a volný čas restaurace a kavárny
služby fitness a wellness automyčka 630 parkovacích míst


Galerie Fénix

Farmářské trhy se v Galerii Fénix zabydlely nadobro



Po prvních dvou měsících farmářských trhů je jasné, že se v Galerii Fénix zabydlely nadobro. S chladnějším počasím a proměnlivou nabídkou se staly vyhledávané nejen místními lidmi, ale také obyvateli přilehlých městských částí. Návštěvnost Nákupní Galerie Fénix stoupla o sobotách v průměru o 30%, což dokazuje nejen zájem Pražanů o tento netradiční koncept trhů, ale i samotných prodejců. Nadšené ohlasy z návštěvy farmářských trhů chodí i na naši adresu. Z mnoha dopisů vybíráme následující.



Reportáž z farmářských trhů

Stoupáme po eskalátorech do prvního patra. Je 10:30 sobota ráno. Svou kamarádku jsem dříve z postele nevytáhla, a tak jsem si mezitím při tom čekání dala v kavárně šálek horké čokolády na zahřátí. Narozdíl ode mě přijela metrem, prý to má větší kouzlo, než přijet na farmářské trhy autem a naplnit

kufr po okraj zeleninou a ovocem. Já tady ale nechci pobíhat s rukama vytahanýma od tašek s nákupem a o víkendů je v Galerii Fénix 5 hodin parkování zdarma, tak proč toho nevyužít?

Po výstupu z eskalátorů naše



nosy neomylně zachytí vůni uzenin, která se line celou pasáží. Jako beze smyslu se necháme unášet vábením voňavých klobásek, slaniny a párků. Míjíme stánek s pečivem, kam se později vrátíme pro báječné celozrnné pečivo. V rychlosti prohlédneme stánky s ovocem



a zeleninou a míříme přímo ke stánku s bezlepkovými uzeninami. Kamarádčin manžel totiž může pouze bezlepkové potraviny, což byl také důvod, proč se uvolila se mnou trhy v Galerii Fénix navštívit.

Zatímco z fronty pokukuje po nákupech ostatních návštěvníků, já se zkušeně vydávám ke druhému stánku se sýry a voňavými uzeninami. Po pár minutách mě ale čeká zklamání. Pán přede mnou bere poslední kus slaniny, na kterou jsem se tolik těšila. „Je mi líto, dnes to byl poslední kousek. Ráno tu jeden pár koupil šest kusů, proto už teď nemám,“ vysvětluje prodávačka. „Příště jí vezmu dvojnásobek, je o ni velký



zájem“ slibuje, když vidí zklamání v očích svých zákazníků. Aby ne, minule nám doma nevydržela ani týden. Zaplatím tedy za uzený ovčí sýr a zkouším dalšího uzenáře. Ten má naštěstí poslední zbytek. Dává mi ochutnat. Jeho slanina je jemnější, ale výtečná. Paní vedle mě balí ještě jitrnice, domácí sádlo a poslední pár klobásek.

Kamarádka na mě nadšeně mává a ukazuje směrem



ke stánku se sýry. Výrobky z kravského a koziho mléka brzy plní naše tašky. Po ochutnávkách už vám totiž ani nic jiného nezbude, najednou máte pocit, že všechny tyhle dobrotky na vašem stole prostě nesmějí chybět. A na řadě je zelenina a ovoce, probíráme se voňavými plody a po trošce bere téměř od každého druhu. Usměvavý prodejce nám v rychlosti vše zváží a upozorňuje, že příště přiveze také dyně a tykve, už bude jejich



čas. Procházíme kolem stánku s houbami, které jako by ještě před pár hodinami seděly v mechu v lese. S velkým úsměvem nás ke svému stánku láká prodejce všemožných druhů pív, po krátké přednášce ale přece jen míříme dál. Tentokrát dáme košem i domácím koláčům a vinaři, ale vůni



pečiva neodoláme. Poslední místo v taškách zaplnil tmavý chléb s dýňovými semínky, bageta a několik kaiserek. Kamarádka si nadšeně do telefonu nastavuje budík na příští sobotu. To tu bude i stánek časopisu *Apetit* s recepty a zajímavostmi z vaření aktuálních plodin. To přece jen stojí za to si přivstat!

Petra V. Letňany



Fotografie z prodejních dnů i další informace o farmářských trzích najdete na webových stránkách centra www.galeriefenix.eu/farmarske-trhy. Přispějte také svými postřehy z farmářských trhů v Galerii Fénix, uvítáme Vaše podněty. Své komentáře můžete zasílat na adresu info@galeriefenix.eu

Nákupní Galerie Fénix Vysočanská
Freyova 945/35, Praha 9
U metra Vysočanská

Otevřeno denně od 9 do 21 hodin
Café Fénix od 9 do 22 hodin
Food court od 10 do 22 hodin
Supermarket Billa / fitness od 7 do 22 hodin

www.galeriefenix.eu

Symfonetický orchestr Šarbilach

Koncert unikátního amatérského symfonetického orchestru Šarbilach, který vychází z tradic židovské hudby, se koná 25. listopadu od 19 hodin v Obřadní síni vysočanské radnice, Sokolovská 324/14, Praha 9.

Koncert provází zasvěceným výkladem o židovských tradicích harfistka – profesorka Pavla Jahodová – Vondráčková.

Základ symfonetického orchestru Šarbilach tvoří více než 30 amatérských hudebníků, především studentů základních uměleckých škol a konzervatoří. Podle potřeb je orchestr doplňován muzikanty z řad profesionálů.

Repertoár Šarbilachu tvoří převážně autorská hudba Jaromíra Vogela, uměleckého vedoucího orchestru, komponovaná pod zřetelným vlivem východoevropské židovské tradice. Tento skladatel pro potřeby orchestru upravil několik

židovských lidových melodií, židovské tradicionály – to vše ve zcela neobvyklých instrumentacích pro velký orchestr a skladby inspirované klezmerem.

Orchestr byl založen roku 2002 hudebním skladatelem Jaromírem Vogelem, kořeny jeho existence však spadají již do roku 1994, kdy působil v menším obsazení pro potřeby divadelního představení Romeo a Julie uváděného po dvě sezony na purkrabství Pražského hradu.

Díky ojedinělému melodickému, harmonickému a rytmickému propojení vážné, populární a etnické hudby je styl Šarbilachu, i s při-

hlédnutím k neobvyklému obsazení, originální a dramaturgicky velmi rozmanitý. V roce 1996 orchestr koncertoval v Rudolfinu pro izraelského prezidenta v rámci jeho státní návštěvy v České republice. Mezi významné momenty v historii souboru patří koncertní účast na hudebním festivalu Žižkovský nekonvenční podzim Jiřího Hoška v letech 2000, 2001, 2003, dále na mezinárodním festivalu česko-německo-židovské kultury 9 bran ve Valdštejnské zahradě v Praze v letech 2004 a 2005. Orchestr se účastní na řadě veřejných vystoupení a koncertů, např. každoročně na festivalech Camerata



Hudební skladatel Jaromír Vogel

Nova Náchod, Vyšehrad, na Svatobojanských slavnostech v kostele sv. Ignáce a Autorských večerech Jaromíra Vogela v řadě synagog a koncertních sálů.

V současné době působí orchestr Šarbilach pod taktovkou dirigenta Lukáše Kovaříka.

red Foto: archiv



GALERIE 9

Vysočanská radnice, Sokolovská 324/14 Praha 9, Vysočany,
tel.: 236 041 292. Otevřeno: pondělí až
čtvrtek od 10.00 – 19.00.

Eva Synková

Do 4. listopadu trvá v Galerii 9 výstava obrazů Evy Synkové.

SALON PRAHY 9

Salon Prahy 9 – přehlídka prací výtvarných umělců „velké“ Prahy se koná od 9. listopadu do 2. prosince v Galerii 9.

A co o něm říká Eva Kořánová, kurátorka Galerie 9? Vyhlášení prvního ročníku Salonu výtvarných umělců „velké“ Prahy 9 letos na jaře, motivované snahou představit široké veřejnosti a zároveň samotným autorům ucelený a aktuální přehled výtvarného dění v regionu, bylo provázeno řadou očekávání i obav. Se zařazením na dřevě lze dnes říci, že obavy se nenaplnily, očekávání byla překonána a všechna dosavadní překvapení byla příjemná.

Salon 2010 obeslalo celkem 34 autorů, jejichž tvorba zaručuje pozoruhodnou, rozmanitou a zajímavou výstavu, která jim samotným přinese možnost zázemí i konfrontace

tvůrčích snah, a návštěvníkům široký vhled i potěšení.

Vzhledem k počtu přihlášených jsme museli upustit od původního záměru přizvat k výstavě hosty z jiného regionu či vyzvat k účasti výtvarné umělce, kteří se sami nepřihlásí, ale jejichž jména i práce návštěvníci Galerie 9 dobře znají. Předpokládáme, že v dalších ročnících salonu by se mohl počet účastníků ještě zvýšit, ovšem za cenu, že každý autor bude moci prezentovat jen jednu práci.

V tuto chvíli ještě nebudeme jmenovat všechny vystavující, abychom něco nezakřikli před samotnou výstavou, ale je jisté, že v listopadu najdete v Galerii 9 reprezentativní přehled tvorby v oborech malby, kresby, grafiky, sochařství, fotografie, techartu i oděvního a textilního návrhářství.

Praha 9 má být na co pyšná. Že je výtvarné dění pod jejími střechami bohaté, pestré, mladé i vyzrálé, burcující i konejšivé, inspirující a impo-

nující, ukáže výstava Salon Prahy 9 2010 v Galerii 9. Bylo by škoda ji nevidět a netěšit se z milých setkání.

Historie a současnost Prahy 9 v dokumentech a fotografiích

Stálá expozice v historické budově radnice

Kreativní dílna „Zastav se a tvoř“

Dílna je určena pro všechny věkové kategorie, tvoříme zde pro radost, zábavu, štěstí, harmonii, uklidnění. Za krátkou dobu můžete z obyčejných věcí vytvořit neobyčejné, na chvíli se odreagovat od denního shonu a ještě si odnést vlastní umě-

lecké dílo. Nevěříte? Vyzkoušejte si to. Vždy ve středu od 17 do 19 hodin.

3. 11. středa – dárkové krabičky
10. 11. středa – rámečky z lepenky
16. 11. úterý – ubrusková technika – obrázky
24. 11. středa – malované mušle

Dámský klub

19.00 – 21.00 hod.
10. 11. středa – základy patchworku
K účasti na dílně se nemusíte objednávat. Kurz probíhá přímo ve výstavních prostorách, takže můžete být inspirováni výtvarnými díly.

Kam ještě za kulturou

5. 11. v 17.00

park Václavka, Strážkov (stanice Madlina, ul. Na Pokraji)

Strašidla „Haló ven“, aneb lampionový průvod ožvlým lesem

Sraz účastníků průvodu mezi 17. a 18. hodinou v parku Václavka. Kolem 18. hodiny vyrazíme z parku Václavka ulicemi Chrastavská, Hejnická a dále projdeme parkem mezi ulicemi Na Stráži a Nad Kundratkou, kde budou připraveny strážkovské pohádkové bytosti.

Pořádá Společnost za veselejší Strážkov s podporou MČ Praha 9.

11. 11.

Svatomartinská občůzka
Pořádá Společnost za veselejší Strážkov.

28. 11.

Stavění vánočního stromu
Pořádá Společnost za veselejší Strážkov.

30. 11. v 15.00

U stanice metra Vysočanská (pod radnicí MČ Praha 9)
Slavnostní rozsvícení vánočního stromu
Malý kulturní program dětí, žáků a studentů škol i ostatních sdružení Prahy 9. Občerstvení.



GONG

Sokolovská 191, Praha 9, tel.: 266 311 629, 266 311 620
 fax: 284 827 562
 e-mail: gong@kultura9.cz
 SPOJENÍ: metro B - Českomoravská,
 tram. 8 a 19 do stanice U Svobodárny

www.kultura9.cz

2. 11. úterý 9.30
RADŮZA – koncertní vystoupení

3. 11. středa 19.30
RADŮZA – koncertní vystoupení

6. 11. sobota 19.30
TO JSI TEDA PŘEHNAL – Divadelní spolek Post scriptum

9. 11. úterý 8.00
 Brána do historie – soutěž žáků pořádá OŠK Praha 9

10. 11. středa 19.00
 Posezení u cimbálu – pořádá Slováký krůžek v Praze

13. 11. sobota 19.30
 Hana a Petr Ulrychovi se skupinou **JAVORY**

16. 11. úterý 19.30
 Svěrák - Smoljak: **DLOUHÝ, ŠIROKÝ, KRÁTKOZRAKÝ** – představení Divadla rodu Vejvodů

17. 11. středa 14.00
 Přednáška PhDr. Marty Foučkové **19.30 ČERNÁ HODINKA**
 Šporkovo trio a hosté – večer komorní hudby a galantní poezie (Malá scéna Divadla Gong)

18. 11. čtvrtek 19.30
BLANKET – koncert skupiny

20. 11. sobota 19.00
 Slováké hody – pořádá Slováký krůžek v Praze

22. 11. pondělí 14.00
EDITH PIAF – hudební pořad se Světlanou Nálepkovou – pro seniory pořádá OŠK Praha 9

23. 11. úterý 19.30
MONOGRAM – koncert skupiny

24. 11. středa 19.30
 Swingová tančírna 30. let – Pražský swingový orchestr Jana Matouška Zpívá P. Ernyiová

25. 11. čtvrtek 19.30
FONTÁNA – koncert skupiny s tancem.

27. 11. sobota 19.30
 K. J. Erben: Zlatovláska – představení Divadla AHA!

30. 11. úterý 19.30
HOP TROP – koncert skupiny
 V prosinci pro vás připravujeme vánoční koncerty: 11.12. P. Ž. Lohonky a spol. a 18.12. skupiny Pacifik.

KLUB KOCOUR (klub v Divadle Gong)

4. 11. čtvrtek 19.30
PORTRAIT - www.portrait.cz

11. 11. čtvrtek 19.30
ŠUPLÍK

GONG DĚTEM

2. 11. úterý 10.00
 Divadlo AHA!
 C. Colodi: **PINOKIO** - Bezdětný řezbář Gepetto si pro potěšení vyřezal z ocarovaného polínka loutku - panáčka s dlouhým nosem Pinokia. Dramatizace a dramaturgie: M. Machačíková, scéna: L. Konopíková, kostýmy: M. Král. Hrají: P. Bečková/K. Viktorinová, R. Klučka, J. Stich, V. Hadraba, M. Mazal, M. Burešová, O. Černý, L. Vlasáková. Režie: M. Pokorný. Pro děti od 4 let.

3. 11. středa 10.00
 Malá scéna: Divadlo pro Malý
O PERNÍKOVÉ CHALOUPCE - aneb Hodně veselá pohádka o Jeníčkovi a stařence, Perníčkovi a Mařence. Scéna: R. Dubovský, loutky: P. Vykoukalová. Hrají: J. Škvrna a K. Zima. Pro děti od 3 let.

4. 11. čtvrtek 10.00
 Malá scéna: Divadlo pro Malý
POHÁDKY Z POPELNICE - Ve velké staré popelnici se nacházejí věci, které jsou spojeny s poutavými příběhy. Hrají a zpívají J. Škvrna a K. Zima. Scéna: René Dubovský a Petr Žák. Pro děti od 3 let.

5. 11. pátek 10.00
 Divadlo AHA!
 J. Kolář, M. Pokorný: **DOBRODRUŽSTVÍ KOCOURKA MODROOČKA** - Poetická hudební pohádka o tom, jak kočička kluk poznával svět. Hudba: P. Zeman, choreografie: P. Štěpánek, výprava a masky: M. Král, as. režie: K. Viktorinová, světla a zvuk: M. Puha. Hrají: G. K. Hašek, P. Bečková, N. Topinková/K. Viktorinová, K. Nohýnek, V. Hadraba, R.

Klučka. Dramatizace, texty písní a režie: M. Pokorný. Pro děti od 3 let.

6. 11. sobota 15.00
 Divadlo AHA!
 J. Čapek, M. Pokorný: **O PEJSKOVÍ A KOČIČCE** - Veselá hudební pohádka. Scéna: R. Dubovský, Z. Hadrabová, kostýmy: P. Vykoukalová, hudba: P. Moravec, texty písní: M. Pokorný a M. Moravcová, světla a zvuk: M. Puha. Hrají: N. Topinková/K. Viktorinová, V. Hadraba, Z. Hadrabová/E. Hromníková, K. Nohýnek. Dramatizace, texty písní a režie: M. Pokorný. Pro děti od 3 let.

10. 11. středa 10.00
 Malá scéna: Divadlo AHA!
 P. Nohýnková: **PIKY, PIKY NA HLAVU!** - Veselé a hravé lepoporelo, které děti seznamuje s nejkrásnějšími, ale polozapomenutými příběhy a verši dětské literatury. Výprava L. Konopíková, hrají: N. Topinková a K. Nohýnek. Režie: P. Nohýnková. Pro děti od 3 let.

13. 11. sobota 15.00
 Divadlo AHA! O. Sekora, P. Kraus, M. Pokorný: **PŘÍHODY FERDY MRÁVENCE** - Kdo by neznal Ferdu Mrávence a jeho kamarády z broučičího světa? Scéna: R. Dubovský, J. Škvrna; kostýmy: Z. Hadrabová; hudba: P. Moravec; hrají: V. Hadraba, R. Klučka, J. Škvrna, Z. Hadrabová, K. Nohýnek a M. Mazal. Úprava, texty písní a režie: M. Pokorný. Pro děti od 4 let.

15. 11. pondělí 10.00
 Malá scéna: Divadlo pro Malý
O ZAPOMNĚTLIVÉM PSANÍČKOVÉM ANDĚLÍČKOVÍ - Poetická pohádka připomíná kouzelný vánoční čas, polozapomenuté zvyky a tradiční koledy. Výtvarná spolupráce: A. Sodomková. Hrají: J. Škvrna a K. Zima. Pro děti od 3 let.

18. 11. čtvrtek 10.00
 Divadlo AHA! J. Čapek, M. Pokorný: **O PEJSKOVÍ A KOČIČCE**. Pro děti od 3 let.

19. 11. pátek 10.00
 Malá scéna: Divadlo pro Malý
O ZAPOMNĚTLIVÉM PSANÍČKOVÉM ANDĚLÍČKOVÍ. Pro děti od 3 let.

20. 11. sobota 15.00
 Divadlo AHA! J. Kolář, M. Pokorný: **DOBRODRUŽSTVÍ KOCOURKA MODROOČKA** Pro děti od 3 let.

22. 11. pondělí 10.00
 Malá scéna: Divadlo pro Malý

O ČERVENÉ KARKULCE - aneb to je ale náhodička, co?! Scéna a loutky: P. Vykoukalová. Hrají: J. Škvrna a K. Zima. Pro děti od 3 let.

23. 11. úterý 10.00
 Divadlo AHA!
 Molière: **LAKOMEC** - Slavná satirická komedie o náruživé závislosti na mamonu. Scéna: R. Dubovský, kostýmy: E. Černá, rekvizity: P. Vykoukalová. Hrají: J. Škvrna, E. Černá, J. Šantroch, P. Bečková/K. Viktorinová, V. Hadraba, M. Bittnerová, M. Pokorný, K. Nohýnek, J. Stich. Úprava a režie: M. Pokorný. Pro mládež od 13 let.

24. 11. středa 10.00
 Divadlo AHA!
 J. Verne, V. Pokorný: **CESTA KOLEM SVĚTA ZA 80 DNÍ** - Dobrodružný příběh, který se točí kolem veliké sázky a pozoruhodné a nebezpečné cesty. Dramaturgie: V. Pokorný; scéna: K. a J. Čapkovi; projekce a animace: M. Chwistková a T. Polenský; produkce a kostýmy: M. Král; hudba: P. Zeman; choreografie: R. Vizváry. Hrají: M. Mazal, R. Klučka, K. Nohýnek, V. Svobodová/A. Blažková, O. Černý a P. Kalous. Režie: M. Pokorný. Pro děti od 7 let.

25. 11. čtvrtek 10.00
 Divadlo AHA!
 V. Vančura, M. Pokorný: **KUBULA A KUBA KUBIKULA** - Veselá písničková pohádka o bubácích, kterých se nemusíte bát. Scéna: R. Dubovský, kostýmy a loutky: P. Vykoukalová, hudba: T. Uhlík, choreografie: A. Stodolová-Laštovková. Hrají: J. Škvrna, J. Šantroch, V. Hadraba, J. Stich, P. Bečková/K. Viktorinová. Dramatizace, texty písní a režie: M. Pokorný. Pro děti od 4 let.

27. 11. sobota 15.00 a 19.30
 Divadlo AHA!
 K. J. Erben - F. Pavlíček: **ZLATOVLÁSKA** - Klasická česká pohádka. Scéna a kostýmy: M. Král. Hrají: K. Jačková/N. Topinková, M. Kleinerová/V. Švarcová, V. Hadraba, Z. Košata, R. Klučka, M. Mazal a K. Nohýnek. Režie: P. Khék. Pro děti od 4 let.

29. 11. pondělí 10.00 a 14.15
 Divadlo AHA! PREMIÉRA
 F. Nepil: **MAKOVÝ MUŽIČEK** - Pohádka o vánočních zázracích, hodnotě lásky a harmonického domova. Výprava: P. Jůzová, hrají: V. Svobodová, M. Mazal, R. Klučka, V. Stasiowská. Úprava textu a režie: M. Pokorný. Pro děti od 3 let.

SPORT

Ragbisté Sparty Praha přišli o pohár, kterému říkají Kostel

Derby je utkání, které hrají dva týmy ze stejného města. Tradiční pražské derby pak hrají dva týmy z metropole už hodně dlouho. K takovým patří i ragbyový zápas mezi celky Sparty a Slavie.



Hrající kouč Slavie Jan Fojtík právě odehrál šišatý míč na útok, který z šesti pětiek položil čtyři

Popravě se toto derby hrálo už v roce 1927, neboť v tomto roce byl ragbyový klub Sparty založen, zatímco ragbyová Slavia již existovala jeden rok, “upozorňuje na dlouholetost tradičního derby bývalý hráč Slavie a osmdesátiletý ragbyový novinář Milan Bělohávek.

Zatímco fotbalová a hokejová derby Sparty a Slavie doprovází řada bezpečnostních opatření a při fotbale jsou příznivci obou klubů dokonce oddělení ve svých sektorech, aby se v nejlepším případě nezpohlavkovali a nepokousali, při ragbyovém - tedy po fotbale a hokeji třetím nevýznamnějším derby mezi celky pražských S - nic takového není potřeba. Nakonec to bylo vidět třetí říjnovou sobotu, kdy se kolem 400 diváků na tribuně a kolem hřiště na Podvinném mlýně rozmístilo bez ohledu na to, kdo z nich bude fandit domácí Spartě nebo hostující Slavii. Vedle sebe seděli i bývalí soupeři Vojtěch Borovian ze Sparty a Vlastimil Melichar ze Slavie.

„Několik desítek let se derby hrála výhradně v Praze v Troji, protože jsme na tamějším hřišti Slavie sídlili i my, než jsme se přemístili na Prahu 9 do Podvinného mlýna,“ vzpomíná předseda RC Sparty Praha Miloš Sluše a dává pozor,

aby byl na stolku vedle hřiště vystaven pohár nazvaný Kostel, o který oba kluby bojují již několik sezon. „Nyní jej máme v držení my, protože jsme před měsícem porazili v extralize Slavii v Edenu 38:17. Po zápase jej bude mít vítěz tohoto utkání,“ upřesňuje předseda Sluše.

Slavie excelovala

Utkání zahájil rozhodčí Tomáš Tůma, který je na Podvinném mlýně jako doma, neboť bydlí nedaleko odtud. První půle byla vyrovnaná. Když borci ze Slavie položili pětiku, Sparta jim to vrátila a s oplácením však skončila na konci prvního poločasu, po kterém hosté vedli na pětiky 3:2. Pak byl drtivý nástup Slavie po změně stran pro hráče Sparty zničit. Domácí hráči se už zmožili jen na občasné protiútoky, jimž však chyběla koncovka. „Utkání se nám povedlo. Spolupráce mezi rojem a útokem byla parádní, a když nám vyšly i dva úniky přes celé hřiště, Spartu to hodně rozhodilo,“ komentoval po utkání derby hrající kouč Slavie Jan Fojtík.

**Sparta Praha - Slavia Praha 12:43 (12:21)
Pětiky 2:6**

„Musíme se připravit na Pragenskou, aby nám přes zimu tady v klubovně zůstal alespoň jeden pohár,“ poznamenal po utkání trenér Sparty Petr Michovský s poukazem na Vysočanský pohár, o který se zase hraje mezi Spartou a Pragou a předává jej starosta Prahy 9.

„Rozhodoval jsem se, zda-li se mám vůbec na utkání jít podívat, protože jsem čekal stejný průběh zápasu, jako byl ten ze září, který Sparta bez problémů vyhrála. Slavia však nyní hrála jako vyměněná a jsem rád, že vyhrála. Polovinu hráčů znám velmi dobře, neboť



Kapitán Slavie Václav Veselý se raduje s pohárem nad hlavou společně se spoluhráči

jsem je trénoval v mládežnických týmech a o to větší mám radost z jejich současných úspěchů,“ zářil spokojeně bývalý trenér mládeže Juraj Rázga.

Nutno dodat, že hráči Slavie po utkání s velkou radostí převzali pohár s nápisem Kostel a těší se na odvetu. Oba soupeři ji patrně odehrají již na jaře, neboť spolu po-

stoupí z A skupiny, kterou hraje ještě Praga, Havířov a Petrovice, do tzv. TOP 6, v níž se bude hrát play off o titul. Mistrovský titul obhájí Slavia Praha.

Text a foto: **Petr Skála**
(ceskeragby.cz)

inzerce



Brzy otevíráme novou Školičku na Proseku!

- ▶ Profesionální soukromé předškolní zařízení ve vilovém domě se zahradou
- ▶ Pro děti od 12 měsíců věku
- ▶ Každý pracovní den od 8.00 do 18.00 h
- ▶ Zkušený personál se zdravotnickým a pedagogickým vzděláním
- ▶ Již čtvrtým rokem úspěšně provozujeme Školičku Čertův vršek na Praze 8.

Více informací na www.skolka-jesle.cz
nebo tel. 734 600 222

První kolo bojů o titul s výsledkem 3 : 3

V sobotu 25. září začaly v našem kraji boje o nejlepší závodníky v boxu a o nejlepší oddíl. Dva roky vládl oddíl S.A.C. Praga, který měl nejlepší kadety a juniory. Jak tomu bude v tomto roce?

Zahájení mistrovských bojů si vzala na starost Plzeň. Jako vždy úspěšně. Oddíl S. A. C. PRAGA nemohl chybět. „Příprava byla poctivá, a přesto jsme nevyjeli, jak jsme si plánovali. Mistr republiky Šála se zranil, Bakčučič se omluvil anejlepší kadet Petrání neměl soupeře a Jediná žena v mužstvu Dostálová byla také bez soupeřky,“ hodnotí trenér Rudolf Obid.

K bojům nastoupilo jen šest závodníků - a výsledek? Tři vyhráli a tři prohráli. Prapor úspěšnosti dnes zvedli tři nováčci.

Jednotlivé výsledky

TOMÁŠ YE - Safr z Brandýsa (váha do 46 kg)

Náš závodník Tomáš byl poprvé v ringu. V prvním kole se rozkoukával a pak byl vidět jen on. Vysoké tempo boje, které nasadil, vydržel a vyhrál nb.

SÍMON ŠTĚPÁN - Ježek z Plzně (váha 51 kg)

Zkušený Šimon nepřipustil soupeře k ničemu a všechna tři kola byla v jeho prospěch. Jasná výhra na body.

SLÁVEK GUNTHER - Trna z Trutnova (váha do 81 kg)

Od první vteřiny začal Slávek uplatňovat lepší rejstřík úderů a bylo to vidět. Zasahoval tvrdě, přesně, střídal údery na hlavu, solar... Jasně vítězství.

Bratři RADIČOVÉ: FRED - Alekozaj z SKB Praha (váha 60 kg)

LUKÁŠ - Mesiár z Mladé Boleslavi (váha 64 kg)

Oba zápasy byly velmi hezké, boje vyrovnané, i když nakonec naši borci prohráli. Oběma však patří veliké uznání za touhu vyhrát a za velice náročný boj o vítězství.

MICHAL JORDÁN - Pitner z Kladna (váha do 75 kg)

Michal si udržoval stálou převahu

a při jednom náhodném úderu na bradu ve druhém kole byl počítán a prohrál rsc.

<
ro



Trenér Ruda Obid se svým svěřencem

S Devítkou za sportem

AC Sparta Podvinný mlýn

Házená

6. 11. v 16.30 HC Dukla Praha – Hranice
14. 11. v 16.30 HC Dukla Praha – Přerov
27. 11. v 16.30 HC Dukla Praha – Karviná

Florbal

13. 11. ve 20.00 SSK Future – Vítkovice
23. 11. v 18.00 TJ Chodov – Střešovice (TV utkání)
24. 11. v 19.00 Sparta Praha – Kladno

Kulečnick

18. – 21. 11. SNOOKER

HC SLAVIA PRAHA a.s.

Vladivočská 1480/10, 100 00 Praha 10



19. 11. v 18.15 HC Slavia Praha – HC Eaton Pardubice
24. 11. v 18.15 HC Slavia Praha – HC Oceláři Třinec
30. 11. v 18.15 HC Slavia Praha – Kometa Brno
2. 12. v 18.15 HC Slavia Praha – HC Benzina Litvínov
7. 12. v 18.15 HC Slavia Praha – HC Mountfield České Budějovice
10. 12. v 18.15 HC Slavia Praha – HC Sparta Praha

NOVÉ SKICENTRUM MONTANA® PRAHA 9 – Prosek (vedle bobové dráhy)

zaváděcí akce:

SLEVA NA SERVIS 50 %

- Špičkový servis lyží a snowboardů MONTANA
- Největší prodejna lyží LUSTI v Praze
- E-shop Scott, Dalbello, Head, Vist, Shred, Slytech

www.snow4fun.cz

Prosecká 36 (vedle bobové dráhy), Praha 9 – Prosek

Po–Pá: 10–19, So: 10–14

+420 602 207 620

*Sleva platí pro servis dvou párů lyží (snowboardů) a bude odečtena z ceny levnějšího servisu.

ZDRAVOTNÍ SERVIS



PharmDr.
Michael Vanžura

Diabetes mellitus,

mezi lidmi známý jako cukrovka, je celosvětově rozšířené chronické onemocnění, které postihuje obě pohlaví a všechny věkové kategorie. V dnešní době má cukrovku více než 100 milionu lidí na celém světě.

Základní příčinou cukrovky je neschopnost organismu produkovat nebo efektivně využívat hormon inzulín, který je zodpovědný za přeměnu stravy v energii. Diabetici 1. typu neprodukují žádný inzulín. Začátek onemocnění může být náhlý a také dost dramatický. U diabetika 2. typu obvykle pokračuje relativní produkce inzulínu, ale z nejrůznějších důvodů organismus klade překážky k jeho správnému využití.

Prevence vzniku diabetu je do určité míry možná. Spočívá v racionálním stravování, udržování optimální tělesné hmotnosti a dostatku pohybové aktivity. V tomto článku bychom vám chtěli přiblížit volně prodejné přípravky vhodné pro prevenci a podporu léčby cukrovky.

Sladidla, kam řadíme Sacharin má 300-500krát vyšší sladivost než řepný cukr a je velmi stálý. Aspartam má sladivost asi 200krát vyšší než řepný cukr. Je složen ze dvou aminokyselin (kyseliny asparagové a fenylalaninu). Sucralosa je nové intenzivní sladidlo, které se získává z běžného řepného cukru (sacharózy). Sladivost má 600krát vyšší než sacharóza.

Čaje: v těchto směsích nalezneme fazolový plod bez semen, jeřábinkovou nať, smetánkový kořen s natí, zlatobílovou nať, plod anýzu, borůvkový list, kopřivovou nať anebo list břízy.

Potravinové doplňky s omega-3 a omega-6 mastnými kyselinami, snižují hladinu cholesterolu. Mají vliv na snížení úmrtnosti při srdečně-cévních onemocněních. Antioxidanty jsou látky bránící nadměrnému zvýšení škodlivého oxidačního stresu, který vzniká jako důsledek tvorby tzv. volných kyslíkových radikálů. Probiotika jsou živé kultury, nejčastěji jde o laktobacily nebo bifidobakterie. Upravují střevní mikroflóru a příznivě působí na pohyblivost střev, pomáhají řešit problémy s průjmem nebo zácpou.

Péče o pokožku - proti následkům poškození kůže při diabetu je třeba použít speciální přípravky, které by měly obsahovat: hydratační látky (glycerin, urea, panthenol, aloe) omezující ztráty vody z pokožky, látky proti bakteriím, látky vyživující pokožku a podporující její regeneraci (ceramidy, rostlinné oleje) a látky zpevňující cévní stěnu kapilár v pokožce.

Dále můžete využít konzultace s našimi lékárníky a farmaceutickými laborantkami v lékárnách Vital, které vám ochotně poradí.

1 RECEPT = 30KČ POUKAZ



Získejte za předložený recept nákupní poukaz v hodnotě 30 Kč. Použít lze na nákup produktů, které nejsou na lékařský předpis. Nevypadá se v hotovosti. Max. 5 receptů denně.

LÉKÁRNA VITAL



10 Kč = 2 body Clubcard

Nechte se odměňovat i vy!

Vstupte také do světa Clubcard
Odměňujeme již statisíce lidí za to,
co běžně dělají. Za to, že nakupují.
Kartu Clubcard dostanete
zdarma ve všech obchodech Tesco.



NOVĚ OTEVŘENÁ
PRODEJNÍ KANCELÁŘ
V MÍSTĚ VÝSTAVBY!
PO - PÁ: 11.00 – 19.00



**PODÍVEJTE
SE NA BYDLENÍ
Z TÉ NEJLEPŠÍ STRANY**
WWW.KEJRUVPAK.CZ

DEVELOPER:
Star Group

PRODEJCE:
LEXXUS

FINANCOVÁNÍ:
HYPOASISTENT

**KEJŘŮV
P A R K**
p r a h a 9

Tel.: 739028877, 221 111 999

▼ KOMERČNÍ PREZENTACE

OBCHODNÍ CENTRUM

supermarket drogerie kosmetika lékárna potřeby pro domácnost dárky
móda a obuv elektronika klenoty sport a volný čas restaurace a kavárny
služby fitness a wellness automýčka 630 parkovacích míst


Galerie Fénix
Pohádkové středy v Galerii Fénix

Milujete pohádky stejně jako vaše děti? Pak se určitě připojte k dětským představením v Galerii Fénix. V listopadu na vás čekají známé dvojice pesek a kočička a Kuk a Cuk.

Pohádky pro nejmenší v Galerii Fénix vždy od 16:00 hod.

10.11.2010 středa „Pejsek a kočička jdou do divadla“ – Divadélko Romaneto
24.11.2010 středa „KUK a CUK“ – Hudební divadlo pro děti


Listopadové workshopy pro děti

Zapomeňte na listopadové plísňanice a pusťte si do domu barvy a lehkost. V dětských rukodělných

dílnách budeme tentokrát čarovat z barevných papírků a peří.

Workshopy pod schody v 1. podlaží:

04.11.2010 čtvrtek 14.00 – 18.00 hod. Quilling – výrobky z papírových proužků
22.11.2010 pondělí 14.00 – 18.00 hod. Tvoříme z peří


Kavárna Creperie

NÁKUPNÍ CENTRUM GALERIE FÉNIX, FOOD COURT
FREYOVA 35, PRAHA 9, Otevírací doba: 9 - 21h



NOVÝ VÝBĚR SNÍDANÍ

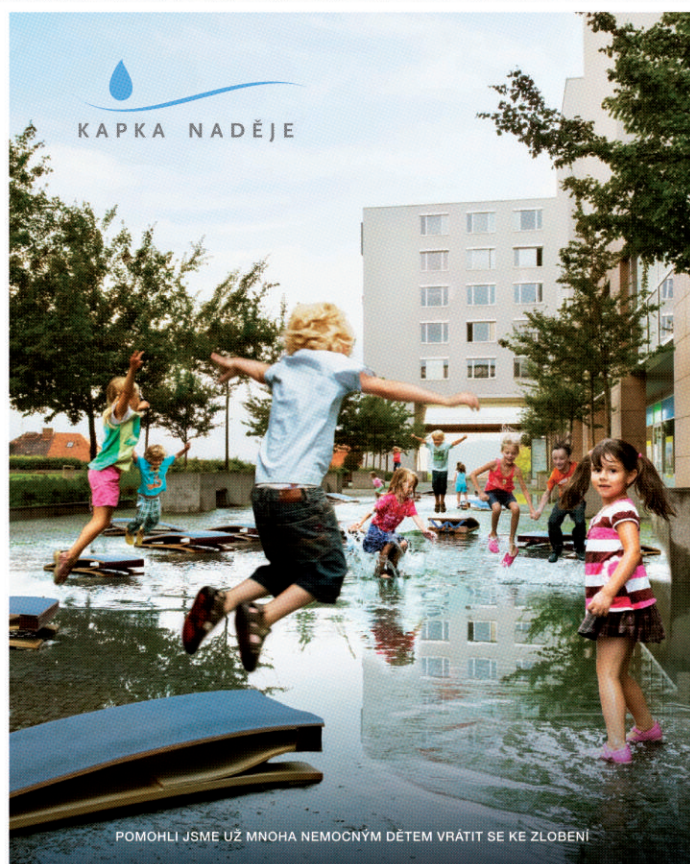


NOVÉ MENU

- Francouzské palačinky
- Saláty
- Bagety a toasty
- Snídaně
- Kávy a teplé nápoje
- Alko a nealko nápoje

NEKUŘÁČKÝ ÚSEK DĚTSKÝ KOUTEK WI-FI ZDARMA **Wi-Fi**

WWW.KAVARNACREPERIE.CZ WWW.KAVARNACREPERIE.CZ



POMOHLI JSME UŽ MNOHA NEMOCNÝM DĚTEM VRÁTIT SE KE ZLOBENÍ

A DALŠÍ NA NAŠI POMOC ČEKÁJÍ. Děkujeme za DMS ve tvaru KAPKANADEJE na číslo 87777
Cena DMS je 30 Kč, příjemce obdrží 27 Kč. www.darcovskasms.cz

