

14



MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 14

měsíčník
městské části Praha 14
NEPRODEJNĚ

2022/11

www.praha14.cz



Všechny barvy podzimu

4-7



Praha 14 má nové vedení

8



Pomoc při energetické krizi

14

Dálkové teplo pro Prahu je z domácích zdrojů

EVROPU ZASÁHLY NEOČEKÁVANÉ GEOPOLITICKÉ ZMĚNY. TOPNÁ SEZÓNA BUDE LETOS KVŮLI DOPADŮM VÁLKY NA UKRAJINĚ V NĚKTERÝCH OHLEDECH MIMOŘÁDNÁ. OBYVATELÉ NAPOJENÍ NA TEPNY PRAŽSKÉ TEPLÁRENSKÉ SOUSTAVY VŠAK MOHOU BÝT V KLIDU.

Letošní topná sezona se zapíše do historie bezprecedentním omezením dodávek zemního plynu z Ruska a značným nárůstem cen všech energetických komodit v důsledku války na Ukrajině. Teplárnám se zcela jistě podaří i za těchto velmi nepříznivých podmínek zajistit spolehlivé dodávky tepla pro domácnosti, instituce i průmyslové objekty. Problémů s dodávkami zemního plynu se nemusejí obávat ani odběratelé tepla napojení na tepny teplárenské soustavy v Praze, protože výroba tepla pro jejich domácnosti není na ruském plynu závislá. Více jak devadesát procent tepelné energie přichází napáječem z nedaleké elektrárny Mělník, zbývající část dodává zařízení na energetické využití odpadu v Malešicích (ZEVO), které využívá komunální odpad z Prahy pro kogenerační výrobu tepla a elektrické energie.



TEPLO Z DOMÁCÍCH ZDROJŮ

Systém dálkového vytápění je stabilní a do velké míry i nezávislý na dodávkách zemního plynu z Ruska. Jeho výhodou je totiž flexibilita paliv, kdy může fungovat v rozmanitém energetickém mixu. Teplo může být vyráběno kogenerací při výrobě elektřiny, z komunálního odpadu, štěpky či z likvidace kalů anebo lze třeba využívat odpadní teplo z čistíren odpadních vod. Navíc umožňuje vyrábět teplo centrálně ve vzdálených ekologizovaných zdrojích a snižovat tak emisní zátěž ve městech.

PRAŽSKÉ TEPNY

I v těchto chvílích nesmíme zapomínat na zdraví obyvatel hlavního města. Klíčovým faktorem je způsob, jakým budeme v metropoli vytápět své domácnosti. V Pražské kotlině energii rozvádí tepny teplárenské soustavy Pražské teplárenské ze skupiny Veolia, které jsou napojeny na 34 kilometrů dlouhý externí tepelný napáječ. Pro Prahu to znamená čistý vzduch a stovky komínů, které nikdy nemusely být postaveny. Pražské tepny dávají Pražanům záruku, že budou dýchat čistý vzduch a Pra-

ha bude zdravým místem pro život. V mnoha ohledech je tak naše hlavní město již dávno o mnoho let napřed i před jinými evropskými metropolemi.

O společnosti

- Společnost Pražská teplárenská a.s., která se již téměř 30 let stará o Pražskou teplárenskou soustavu a dodává teplo a teplou vodu pro Prahu a její blízké okolí, je součástí skupiny Veolia Energie ČR.
- Dlouhodobým cílem skupiny je ekologickým a bezpečným způsobem budovat a provozovat energetickou infrastrukturu a zařízení pro města a obce.
- Teplo a teplou vodu dodává do 560 tisíc domácností a průmyslových objektů.
- Nabízí chytrá řešení pro bytové domy, průmyslové závody a komerční areály, jejichž cílem je optimalizovat spotřebu energie, využívat alternativní zdroje a přinášet tak úsporu nákladů.
- V České republice Veolia působí již od počátku 90. let. Energetická divize skupiny Veolia je předním českým výrobcem a dodavatelem tepla a elektrické energie v kogeneraci a je prvním nezávislým provozovatelem sítě chladu na českém trhu.



Teplo do jednotlivých domů přichází z výměníkové stanice, která přebírá dálkové teplo od teplárny. Tyto technické stavby nemusí být nudné, Pražská teplárenská pomalovala své výměníkové stanice pestrými barvami.

Více se dozvíte na www.praha-cista.cz

MILÍ SOUSEDÉ,



podzim je v plném proudu. Slunečných dnů bylo sice v říjnu více než v září, ale ráno už nás vítají mlhy a teploty se nezdá se přibližují bodu mrazu. Co však letos skutečně potěší, je pohled na stromy hrající všemi barvami. Důkazem toho je i hlavní téma Čtrnáctky.

Pokud alespoň trochu sledujete dění v místní komunální politice, neuniklo vám, že se koncem října uskutečnilo ustavující jednání Zastupitelstva MČ Praha 14. Povolební vyjednávání trvala téměř měsíc.

O to větší mám radost, že se nám podařilo dát dohromady smysluplnou koalici, která se bude snažit pro Prahu 14 a její obyvatele odvést tu nejlepší práci. Zatím jen stručnou zprávu naleznete v rubrice Aktuality. Podrobnosti o nových radnících a jejich vizích do budoucna se dočtete v prosincové Čtrnáctce.

Na konci měsíce, shodou okolností v den konání ustavujícího jednání zastupitelstva, se na úřadě městské části odehrála velice nepříjemná událost. Na radnici prasklo potrubí a část budovy byla vytopena. Škody jsou bohužel významné a přímo ovlivňují i chod veřejností nejvíce využívaných pracovišť – poničena byla mimo jiné kancelář pokladny či podatelna. Prosíme občany o trpělivost a o to, aby průběžně sledovali aktuality na webových stránkách městské části.

I listopad bude plný zajímavých akcí pro veřejnost. V Galerii 14 na Černém Mostě můžete navštívit například jedinečnou show Prague Rhythm Kings – profesionálního orchestru zabývajícího se originální interpretací jazzové a populární hudby z 20. a počátku 30. let minulého století (23. 11. od 18.30 hodin). Dále jsme připravili tradiční turnaj ve stolním tenisu o pohár starosty (5. 11., plavecký areál v Hloubětíně) či oblíbené Svatomartinské hody (12. 11., KD Kyje).

A co se ve Čtrnáctce dočtete dál? Zjistíte informace o tom, jak stát a hlavní město Praha pomáhají v čase energetické krize, seznámíte se s novinkami v placení poplatku za psa, který je nyní možné vyřídit i online přes Portál Pražana, nebo se dočtete, jak dopadlo veřejné projednání ke zvažované výstavbě parkoviště v areálu ZŠ Bratří Venclíků. Důležité jsou i zprávy o volných pracovních místech na úřadě či o probíhajících opravách propadlin v ulici Jordánská. Uvědomuji si, že dopravní situace na Hutích je momentálně velmi obtížná – ovlivňuje ji nejen uzavírka (byť krátkodobá) zmíněné ulice, ale i modernizace železniční trati. Jordánskou musíme bezpodmínečně opravit už nyní. Stav vozovky by se brzy mohl zhoršit natolik, že už by ji nebylo možné využívat, a v zimě nejsou rekonstrukce technologicky možné. V čase uzávěrky tohoto vydání byly opravy naplánovány do 9. 11. 2022. Všechny, kterých se omezení týká, prosím o trpělivost a pochopení. Věřím, že vozovku dáme do pořádku ještě před termínem.

Přeji vám krásný listopad a doufám, že se na připravovaných akcích městské části potkáme.

Váš starosta
Jiří Zajac

Šéfredaktorka:

Petra Trnková

e-mail: Petra.Trnkova@praha14.cz

Plošná inzerce:

Zuzana Tomaschková, 605 405 799,

tomaschkova@regvyd.cz,

Vít Vrbický, 603 786 170,

vrbicky@regvyd.cz

Řádková inzerce:

Růžena Hrdá, 733 720 744,

radkova.inzerce@regvyd.cz

NENAŠLI JSTE ČTRNÁCTKU VE SVÉ SCHRÁNCE?

Kontaktujte nás na e-mail vydavatele:

distribuce.14@regvyd.cz, poštovní

adresa pražské pobočky vydavatele

je: Profi-tisk group, s.r.o.,

K Žižkovu 282/9, 190 00 Praha 9

Časopis ČTRNÁCTKA • Periodický tisk
územně samosprávného celku • Časopis

není periodikem žádného politického

subjektu • Za obsah článků odpovídají

autoři • Pro MČ Praha 14 **vydává**

Profi-tisk group, s.r.o., Kyselovská 125,

783 01 Olomouc – Slavonín, IČ:

26868954 • Náklad: 22 500 výtisků •

Periodicita: měsíční • **Distribuce:** Česká

pošta, s. p., distribuováno zdarma v MČ

Praha 14 (Černý Most, Hloubětín, Kyje,

Hostavice) • **Registrace:** MK ČR E

23296 • **Redakční rada:** předsedkyně:

PhDr. Zuzana Jelenová, členové: Josef

Kutmon, Bc. Michal Prager, MBA, Aneta

Hejrovská, Soňa Tománková, Vladimír

Bárta, Hana Pleštilová, Martin Kouklík •

Členství v redakční radě bylo nabídnuto

zástupcům všech politických stran

zastoupených v Zastupitelstvu MČ

Praha 14 • Redakce si vyhrazuje právo

zkracovat došlé příspěvky • Nevyžádané

příspěvky se nevracejí • Neoznačené

fotografie jsou dílem redakce. Dodané

písemné materiály označujeme jménem

autora, nebo zkratkou (dm) • Komerční

sdělení označujeme zkratkou (pr).

Ilustrační (hlavní) foto na titulní straně:

Shutterstock

Všechny barvy podzimu

Praha 14

PETRA TRNKOVÁ, FOTO: SNEŽANA NIKOLIĆ, REDAKCE

V LISTOPADU SICE BÝVÁ ČASTO NEVLÍDNO, ALE RANNÍ MLHY ČI DÉŠŤ MAJÍ TAKÉ SVÉ KOUZLO. SLUNEČNÝ DEN SE SEM TAM OBJEVÍ I V TOMTO OBDOBÍ A ROZZÁŘÍ KRAJINU BARVAMI – PRAHA 14 JE PŮVABNÁ I NA PODZIM, JAK MŮŽETE VIDĚT V NAŠEM FOTOTÉMATU. A POKUD NEPATŘÍTE K MILOVNÍKŮM PROCHÁZEK DO PŘÍRODY, MŮŽETE SI LISTOPAD UŽÍT V TEPLÉ DOMOVA S RODINOU A PŘÁTELI, OSLAVIT VŠECHNY LISTOPADOVÉ SVÁTKY A UVAŘIT SI NĚCO DOBRÉHO Z DARŮ PODZIMU.



Lipová alej Vidlák

PODZIM

František Halas

Nebe podzimní tisíce ptačích křídel laskané
rosou naděje svlaž naše hrdla sevřená
vnuknutím rozšíř oči tam vzhůru upřené
pro nová čekání ach tolik úzkostná

Hleď na husy jak o plot lámou křídla
když šedé sestry k jihu odlétají
tot' obraz duše která chvilku zhlédla
krásu návratů již snad jen mrtví znají

Blány mlh praskněte pro rána nedozrálá
pro krásu pobíhající vždy v nových úžasech
pro plánata co lásky nepoznala
a něhu květů sevřela v trpkostech



BAREVNÉ LISTÍ

Víte, proč se na podzim listí barví a opadává? Na podzim rostliny zpomalují dýchání a látkovou výměnu. Dřeviny mají v zimě omezený příjem vody, a tak v období nedostatku shazují listy, skrz které se voda odpařuje – střední strom odpaří během dne okolo 60 litrů vody. Změna zbarvení listů je pak dána odbouráváním zeleného barviva chlorofylu, místo něj se objevují ostatní barviva obsažená v listech – červené zbarvení způsobují látky nazývané karotenoidy a antokyany.





Přírodní rezervace V Pískovně

TAŽNÍ PTÁCI

Na podzim řada ptáků odlétá na jih, třeba vlaštovky, čápi či rackové. Věděli jste ale, že jsou i ptáci, kteří naopak na zimu přilétají k nám? Třeba takové vrány nebo brkoslavové. Vrány u nás sice žijí po celý rok, ale ty, které potkáte v létě, odletí na zimu na jih a k nám přiletí vrány ze severu Evropy. Střídají se tu tedy dvě různé populace. Migrace ptáků není daná jen tím, že by jim tu v zimě byla zima (hřeje je peří), ale především nedostatkem potravy. Proto je vhodné drobné přezimující ptáky – typicky sýkorky, které se rády zdržují v blízkosti lidských obydlí, v mrazivých dnech přikrmovat.



KAŠTANY

Podle léčitelů mají kaštiny blahodárný vliv na zdraví. Z rozdrcených kaštanů můžete vyrobit léčivou tinkturu. Stačí macerovat 2 kaštiny v 60 ml Alpy, každý den protřepat a po 30 dnech přecedit. Funguje prý jako mazání na bolavé svaly, klouby či křečové žíly. Pár kaštanů v kapse pak pomáhá proti stresu a traduje se, že jeden by měly nosit v kapse ženy, které si přejí otěhotnět.



Suchý poldr Čihadla



Park U Čeňku



LISTOPADOVÉ SVÁTKY

1. listopad – Den Všech svatých

Patří k nejvýznamnějším křesťanským svátkům. Připomíná všechny svaté, a to nejen ty, kteří jsou oficiálně kanonizováni. Svátek Samhain v tomto období slavili již staří Keltové, začínal pro ně keltský rok a svátek tak symbolizoval konec něčeho starého a zároveň nový začátek, navíc se prý propojil svět živých a mrtvých. Později vznikl svátek Všech svatých (All Hallows) a z něj pak americký Halloween.

2. listopad – Dušičky

V římskokatolické církvi je tento den věnován modlitbám za zemřelé, okolo Dušiček bývá zvykem navštívit hřbitov a zavzpomínat. Obdobu našich Dušiček dodnes slaví ve Španělsku a především v Mexiku jako Dia dos Muertos (Den mrtvých). Mexičané

ŠÍPKOVÝ ČAJ

Patří k osvědčeným domácím lékům na nachlazení. Víte ale, jak ho správně připravit? Základní pravidlo zní: nevařit. Rozdrťte dvě hrsti sušených šípků (nasbíraných v čistém prostředí, třeba u Doubravky, nikoli u frekventované silnice) a nechte je přes noc louhovat ve studené vodě. Ráno přeceďte a ohřejte, ale maximálně na 70 °C, při vyšších teplotách se ničí vitamin C a další cenné látky. Dochutěte nejlépe medem.

věří, že se v tomto období vrací na náš svět duše zemřelých, a připravují pro ně bohaté občerstvení a oslavu.

11. listopad – svatý Martin

Svátek svatého Martina patří k těm oblíbenějším církevním svátkům, i když volný den zatím nepřinesl. Co by ale Martin přinést mohl, to je první sníl – symbolicky ho přináší právě tento svatý jedoucí na bílém koni. Tradičně k tomuto svátku patří také ochutnávání mladého vína, pečená husa a martinské rohlíčky.

17. listopad –

Den boje za svobodu a demokracii

Mezinárodní den studentstva slavíme 17. listopadu jako uctění památky českých studentů, kteří v roce 1939 uspořádali demonstraci proti Němcům. Dva



Meandry Rokytky

studenti byli zastřeleni a Hitler nařídil vysoké školy uzavřít. 17. listopad byl významným dnem i v roce 1989. Tehdy demonstrace studentů vysokých škol na Národní třídě odstartovala Sametovou revoluci.



Kyjský rybník

5 TIPŮ PROTI PODZIMNÍMU SPLÍNU

Že má doba slunečního svitu vliv na naši náladu, dokazují vědecké výzkumy i počty depresí, alkoholiků a sebevražd v severských zemích. Se zkracujícími se dny přichází špatná nálada, letos navíc přikořeněná válkou na Ukrajině a energetickou krizí. Co vám může pomoci podzimní „nenáladu“ překonat?

Pohyb venku

Zkuste každý den strávit alespoň krátkou dobu venku na čerstvém vzduchu. Nejen, že se budete trochu víc hýbat, ale vaše tělo také vyplaví endorfiny, které přispívají k lepší náladě.

Počítač u okna

Jak se dny zkracují, světlo ubývá. Pokud můžete, pracujte v blízkosti okna. Příroze-

né světlo má významný vliv na pravidelný biorytmus, jehož stálost pomáhá držet hladinu stresu na uzdě.

Omezení alkoholu i dalších závislostí

I když špatná nálada přirozeně vede k touze po úlevě, krátkodobé zlepšení nálady alkoholem se v dlouhodobém horizontu nevyplatí. Deprese se bude spíše prohlubovat, navíc jsou smutní lidé mnohem náchylnější k rozvoji závislosti.

Dostatek spánku

Spánek je klíčový faktor, který ovšem nejčastěji zanedbáváme. Pravidelný spánek a relaxace přispívá ke snížení stresu a dodává energii na běžné fungování.

Dobré jídlo

Špatnou náladu často léčíme vyplněním ledničky a vybíráme si hlavně sladké a tučné pokrmy. Přijmeme tak sice spoustu kalorií, ale další živiny – bílkoviny, vláknina či vitamíny, tělu chybí. To je bez energie i nálady, a ještě k tomu tloustne. Pravidelné jídlo s dostatkem všech potřebných živin omezí nazvladatelné chuti a i ten dortík si jednou za čas budete moci dopřát.

DVA PODZIMNÍ RECEPTY, SLADKÝ I SLANÝ

Dýňové muffiny



Suroviny:

175 ml slunečnicového oleje, 175 g hnědého cukru, 3 vejce velikosti L, 200 g nahrubo nastrohané dýně Hokkaido, hrst rozinek či sekaných ořechů, strouhaná kůra z 1 dobře omytého pomeranče, 2 lžičky mleté skořice, 1 lžička vanilkového extraktu či mleté vanilky, 200 g hladké mouky, 1 lžice prášku do pečiva

Postup:

Předehřejte troubu na 180 °C/plyn stupeň 4. Plech na 12 muffinů vyložte papírovými košíčky. Ve velké míse smíchejte olej, přidejte cukr, vejce a vanilkový extrakt. Vyšlehejte, poté přidejte dýni, rozinky a pomerančovou kůru. Vmíchejte skořici, mouku a prášek do pečiva, dobře propojte. Naplňte muffinové košíčky a pečte cca 25 minut, špejle zapíchnutá do středu muffinu by měla být po vytáhnutí čistá. Nechte vychladnout, můžete ozdobit oblíbenou polevou, případně zamrazit. V mrazničce muffiny vydrží bez újmy až 4 měsíce.

Karamelizované zelí

Suroviny:

1 lžice oleje, 10 dkg slaniny, 1 velká cibule, ½ kg hlávkového zelí, půl lžičky kmínu, lžička cukru, sůl, lžice octa, pepř

Postup:

Na pánvi rozehejte olej a opečte na něm slaninu nakrájenou na drobné kostičky. Přijďte nakrájenou cibuli a zelí, kmín, cukr a osolte. Přikryjte pokličkou a 8 minut duste, občas promíchejte. Sundejte pokličku a opékejte dalších 8 minut. Nakonec zalijte octem – nechte ho odpařit a opepřete. Karamelizované zelí můžete podávat jako přílohu k masu, třeba k martinské huse, ale také s těstovinami či bramborovými noky omaštěnými máslem jako levný hlavní chod.

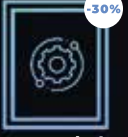
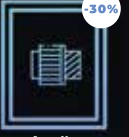
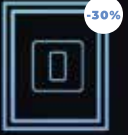


INZERCE

VOLITA SERVIS

Neplatte zbytečně moc peněz a vysmějte se energiím do tváře!

Podzimní slevy!!!

 Nastavení oken a dveří	 Promazání kování a těsnění	 Výměna těsnění
 Výměna kování a komponentů	 Výměna skla	 a další...

Bezplatní profesionální servisní obhlídka

volitaservis.cz +420 725 390 464

RV2201842/06



Rodinné domy Kostelec nad Labem s.r.o.

Telefon: 739 10 10 10
www.rdkostelecnadlabem.cz

Prodej samostatných, zděných rodinných domů v lokalitě Kostelec nad Labem.

Pozemky
od velikosti
604 m².



Systém fotovoltaických elektráren s ukládáním přebytečné elektřiny do baterií a tepelné čerpadlo je standardem každého domu.



RV2201659/01

Turnaj ve stolním tenisu

Sportovní hala plaveckého areálu Hloubětín bude v sobotu 5. 11. 2022 hostit turnaj ve stolním tenisu o pohár starosty MČ Praha 14 pro neregistrované hráče od 15 let, pro hráče organizace PRST od 50. místa žebříčku mužů, ženy bez omezení. Prezence v 8.30–8.50 hodin, začátek turnaje v 9 hodin, startovné 50 korun. Vstup pouze v sálové obuvi.

Výstava v Galerii 14



V pondělí 7. 11. 2022 bude v Galerii 14 (nám. Plk. Vlčka 686), v 17 hodin zahájena výstava Jiřiny Olivové a Antonína Břicháčka s názvem Rozmanitost. Veřejnost ji bude moci navštívit do 24. 11. – vždy v úterý, ve středu a ve čtvrtek od 14 do 18 hodin do 24. listopadu 2022. Vstup volný.

Mikulášská nadílka

Srdečně zveme děti a jejich rodiče na Mikulášskou nadílku, která se koná v sobotu 3. 12. 2022 ve dvou stejných představeních od 11.00 a od 14.00 hodin v Kulturním domě v Kyjích (Šimanovská 47). Po zhlédnutí pohádky přinesou Mikuláš, anděl a čert dětem nadílku. Předprodej vstupenek bude 21. 11., 23. 11. a 28. 11. od 7.30 do 17.30 hodin v budově ÚMČ Praha 14, Bratří Venclíků 1073, 3. patro, č. dveří 315. Vstupné dospělí 100 korun, děti 50 korun.

red

MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 14

Křeslo starosty Prahy 14 obhájil Jiří Zajac



Nová Rada MČ Praha 14 (zleva): místostarostka Soňa Tománková, radní Josef Kutmon, radní MUDr. Kateřina Pavlíčková, místostarosta Jaromír Krátký, starosta Jiří Zajac, radní Ing. Karel Med, 1. místostarostka Mgr. Mária Ševčíková, radní Aneta Hejrovská. Radní Ing. Jan Liška se z důvodu nemoci focení nezúčastnil.

Galerie 14 na Černém Mostě hostila ustavující zasedání Zastupitelstva MČ Praha 14, jehož složení vzešlo ze zářijových komunálních voleb. V jednatřicetičlenném plénu mají své zástupce ODS (7 členů), hnutí ANO 2011 (5 členů), Praha 14 sobě (4 členové), Sousedé pro Prahu 14 (5 členů), hnutí NAŠE Čtrnáctka (3 členové), Piráti a nezávislí s podporou Zelených (3 členové), SPD, Trikolora s podporou nezávislých kandidátů (2 členové) a Srdcem pro Prahu 14, resp. STAN (2 členové).

Starostou Prahy 14 zastupitelé i tentokrát zvolili Jiřího Zajace (ODS), který městskou část vedl od konce loňského června. První místostarostkou se stala Mgr. Mária Ševčíková (ANO 2011), jež měla od letošního ledna na starosti investice, rozpočet, získávání financí z dotačních zdrojů a později také oblast dopravy. „Gesce, respektive agendy, které budou mít jednotliví radní na starosti, určí až nová rada na svém jednání. Je pravděpodobné, že částečně budou

kopírovat stav z konce minulého volebního období. Finální rozhodnutí k tomu očekávám na jednání plánovaném na 7. listopadu,“ uvedl starosta Zajac.

DALŠÍ ZVOLENÍ ČLENOVÉ RMČ PRAHA 14:

- Soňa Tománková, místostarostka (NAŠE Čtrnáctka),
- Jaromír Krátký, místostarosta (ODS),
- Aneta Hejrovská, uvolněná radní (ANO 2011),
- Josef Kutmon, do 31. 12. neuvolněný, od 1. 1. 2023 uvolněný radní (ODS),
- Ing. Jan Liška, neuvolněný radní (Srdcem pro Prahu 14, resp. STAN),
- Ing. Karel Med, neuvolněný radní (ANO 2011),
- MUDr. Kateřina Pavlíčková, neuvolněná radní (ODS).

Důležitým bodem ustavujícího jednání zastupitelstva bylo také zřízení celkem tří výborů – finančního, kontrolního a Výboru pro národnostní menšiny a pro integraci cizinců.

red

Kurzy českého jazyka pro cizince

Farní charita Praha 14 organizuje kurzy českého jazyka pro cizince. Do kurzu se zájemci mohou hlásit na telefonním čísle 739 203 254. Výuka pro dospělé – 2x týdně 90 minut, výuka pro děti – 1x týdně 90 minut. Kurzy organizace pořádá v rámci projektu Integrace cizinců na MČ Praha 14 za finanční podpory Ministerstva financí ČR a MČ Praha 14.

red

Oprava a uzavírka ulice Jordánská na Hutích

Kdo projížděl ulicí Jordánská na Hutích, jistě nepřehlédl propadliny v silnici. Hrozilo, že se stav vozovky brzy zhorší natolik, že již nebude možné komunikaci využívat. Pokud by k této situaci došlo v zimě, kdy není technologicky možné opravy provádět, musela by být Jordánská uzavřena několik měsíců. Aby této situaci městská část předešla, začala s opravami již v říjnu. Sice si také vyžádaly uzavírku komunikace, ale pouze krátkodobou – od 26. 10. do 9. 11. 2022. Dopravní situace na Hutích je

poslední dobou velmi komplikovaná – mj. proto, že v oblasti v současnosti probíhá ještě i modernizace železniční trati (úsek Mstětice – Praha-Vysočany), jejímž investorem je Správa železnic a kterou rovněž nelze oddálit, nebo zastavit. Městská část prosí obyvatele o trpělivost. Opravy v ul. Jordánská se radnice vynasnaží provést v co nejkratším možném termínu, resp. bude-li to možné stanovený termín ještě zkrátit. Podrobnosti k uzavírce jsou zveřejňovány na www.praha14.cz. **red**

Harmonogram svozu odpadů – prosinec

Přistavení VOK ze systému hl. m. Prahy			
Sadská/Kbelská u protihlukové zdi	PÁ	02. 12.	14:00–18:00
Šestajovická/V Chaloupkách	PÁ	02. 12.	15:00–19:00
Jordánská/Svárovská	ST	07. 12.	14:00–18:00
Stropnická/Za Černým Mostem	ST	07. 12.	15:00–19:00
Dřítenská/Velkoborská	PÁ	09. 12.	14:00–18:00
Kardašovská u obch. střediska	PÁ	09. 12.	15:00–19:00
Novozámecká/Vidlák	ST	14. 12.	15:00–19:00

INZERCE



PSN

**HLEDÁME DALŠÍ DOMY,
KTERÉ BYCHOM MOHLI
PROBUDIT K ŽIVOTU.**

**ZA TIP KE KOUPI NEMOVITOSTI
VÁS ODMĚNÍME.**

☎ **778 403 590**

🌐 **psnkupuje.cz**



INTEGRAČNÍ CENTRUM PRAHA

O.P.S. – POBOČKA PRAHA 14

Kučerova 727/3, tel.: +420 774 292 395. Více informací naleznete na www.icpraha.com



Integrační centrum Praha (ICP) poskytuje bezplatné služby občanům zemí mimo EU: právní a sociální poradenství, tlumočení, kurzy českého jazyka, vzdělávací semináře a také komunitní a kulturní akce, na které jsou srdečně zváni všichni obyvatelé Prahy 14.



Integration centre Prague (ICP) offers free of charge services for third country nationals: legal and social counselling, Czech language courses, educational seminars and integration events.



Trung tâm hội nhập Praha (ICP) cung cấp những dịch vụ miễn phí cho công dân nước thứ ba: tư vấn luật pháp và tư vấn xã hội, khóa học tiếng Séc, buổi giảng dạy và sự kiện hội nhập.



Інтеграційний центр Прага (ІЦП) пропонує безкоштовні послуги громадянам третіх країн: юридичні та соціальні консультації, курси чеської мови, освітні семінари та інтеграційні заходи.

Projekt Integrační centrum Praha IX, reg.č. AMIF/31/01, je financován Evropskou unií v rámci národního programu Azylového, migračního a integračního fondu a rozpočtem Ministerstva vnitra České republiky.

Chcete pracovat pro Prahu 14? Podívejte se, jaká volná místa nabízí

Úřad městské části Praha 14 hledá posilu hned do několika svých odborů. Podrobnosti k jednotlivým nabízeným pozicím naleznete na webu www.praha14.cz (volná místa).

Ucházet se můžete o práci na těchto pozicích:

- referent/ka odd. kontroly Živnostenského odboru – 2 volná místa,
- vedoucí odd. právního a veřejných zakázek Odboru právních a kontrolních činností;
- právník / právníčka Odboru právních a kontrolních činností;
- referent/ka odd. rozpočtu Odboru řízení ekonomiky a školství.

red

Záchranná stanice pro divoká a exotická zvířata

I zvířata žijící ve volné přírodě občas potřebují pomoci. Ve Vysočanech v Praze 9 sídlí Záchranná stanice pro divoká a exotická zvířata (www.zachranna-stanice.org), která se zabývá:

- péči o zraněná, nemocná a jinak handicapovaná zvířata včetně mláďat (třeba ptáčat vypadlých z hnízda), zejména jde o ptáky, veverky, ježky, kuny a plazy;
- péči o zvířata po zemřelých majitelích, majitelích ve výkonu trestu apod. (mimo koček a psů). Pracovníci stanice se postarají například o ptáky (papoušky, kanárky, ale i dravce), plazy (včetně vodních želv nalezených v přírodě), králíčky, hlodavce apod. Stejně druhy lze do péče stanice svěřit i krátkodobě (např. když jde majitel do nemocnice);

Stanice nepřijímá lesní zvěř – srny, srnce, dospělé zajíce, muflony, divoká prasata. Tato zvířata směřují dle rozhodnutí OCP MHMP přijímat pouze Lesy hl. m. Prahy. Činnost organizace, která mj. nabízí i exkurze pro školy nebo besedy pro děti, je financována z darů. Máte-li zájem přispět, můžete zaslat libovolnou částku na účet 5680246399/0800. Stanice předem děkuje za podporu (kontakt: Pod Šancemi 7, 190 00 Praha 9 – Vysočany, tel.: 602 20 50 70).

red

Poplatek ze psů lze vyřídit online přes Portál Pražana



Foto: pixabay.com

Portál Pražana je webový portál, který je určen občanům jako místo pro elektronická podání a další elektronické služby nejen směrem k Magistrátu hlavního města Prahy, ale i úřadům městských částí.

Nabízí občanům digitální služby a slouží jako alternativa k osobním návštěvám úřadů, takže si řadu věcí vyřídíte z pohodlí domova. První službou, kterou si od začátku října letošního roku mohou občané s trvalým pobytem na Praze 14 vyřídit přes Portál Pražana, jsou aktivity spojené s vlastnictvím psů. Nově zpřístupněná služba nabízí chovatelům psů možnost:

- ohlášení psa k místnímu poplatku ze psů na městskou část,

- odhlášení psa z evidence,
- změny údajů uvedených v původním ohlášení,
- zadání čipu,
- opravy údajů o psovi.

Portál občanům dále nabízí možnost zobrazit si celkovou finanční rekapitulaci a základní informace o registrovaném psu nebo psech.

V současné době se lze přihlásit na Portál Pražana online pomocí datové schránky, internetového bankovníctví (tzv. bankovní identity) a přes prostředky sdružené pod portálem elidentita.cz. Více se o tomto portálu dozvíte na adrese www.portalprazana.cz.

red

Koncert komorní hudby



Ve středu 23. 11. 2022 se v Galerii 14 (nám. Plk. Vlčka 686) uskuteční koncert komorní hudby. Vystoupí PRAGUE RHYTHM KINGS. Vstup volný. Akce začne v 18.30 hodin.

Zdroj fotografie: www.rhythmkings.cz

**clever
fit**

**SOUČÁST SÍTĚ
NEJMODERNĚJŠÍCH FITNESS
V EVROPĚ**

CO NABÍZÍME?

- Unikátní koncept pro začátečníky i atlety
- 2 druhy členství za skvělé ceny
- Špičkové tréninkové vybavení Technogym
- Nejmodernější kardio zónu (s Netflixem a internetem)
- Kruhový trénink
- Biocircuit
- Ladies zónu
- Power plate
- Solárium
- Masážní lůžko
- Fitness bar – Nespresso, protein, sodobar
- Diagnostiku těla BodyMetrix

Jsme Clever – všechny služby jsou bezkontaktní!



Centrum Černý Most,
Praha 9, 198 00

+420 705 650 984

www.cleverfitcernymost.cz



@cleverfitcernymost

CLEVER FIT ČERNÝ MOST

**3. patro ČČM
(vedle kina)**



LADIES ZÓNA



BIOCIRCUIT



MASÁŽNÍ LŮŽKO



KARDIO



KV220167/02

Kdo dělá radost druhým, dělá ji i sám sobě

Představujeme další dva dobrovolníky oceněné v anketě Dobrovolník Prahy 14. Paní Marii Weigrichovou, která pečuje o květinou výzdobu kostela sv. Bartoloměje a fary v Kyjích, a Caleba Lindseyho, který dobrovolně nabízí lekce anglické konverzace.

MARIE WEIGRICHTOVÁ



Poprvé navštívila kostel sv. Bartoloměje v Kyjích před dvaceti lety, když se přestěhovala do Prahy. „Přesně si to pamatuji, tehdy jsem čekala druhou dceru,“ popsala Marie Weigrichová. Do farnosti přišla jako věřící, brzy se začala podílet i na úklidu kostela a zahrady. Tehdy se ukázalo, že její občanské povolání učitelky floristiky lze využít při výzdobě kostela a úpravě zahrady. Od té doby kráší Marie kyjský kostel pravidelně každý tý-

den. „Připravuje květinovou výzdobu pro slavnostní příležitosti, věnuje se zahradnickým úpravám farní zahrady a okolí kostela, ale také výsadbě stromů a keřů na své vlastní náklady. Za svou práci si nikdy nevzala žádnou odměnu,“ uvedl kyjský farář Edward Walczyk. „Myslím, že květiny patří ke slavnostním příležitostem a to, že jako lidé máme potřebu své okolí krásnit, je to, co nás dělá lidmi,“ popsala Marie, která má malou vázičku i v koupelně a v ní vždy jeden květ. „Je to jiné, když se ráno díváte se na květinu, než když se díváte na kachličky. Snažím se tento přístup předat i svým studentům a naučit je i to, že když někomu uděláte radost, vrátí se vám zpátky,“ uzavřela Marie Weigrichová.

CALEB LINDSEY

Pochází z Wisconsinu v USA, do České republiky přijel v roce 2007 na zkušenskou, pomáhal s anglickými kluby a letními tábory. Domů se vrátil dokončit magisterské studium antropologie a etnologie. V Čechách ale potkal svou současnou manželku, a tak se vrátil na trvalo. „Mám to tady rád, žije se mi tu lépe než v USA,“ řekl Caleb, který pracuje jako učitel v mateřské



škole. Kromě toho, že má rád Česko, má také rád mladé lidi. Téměř po celou dobu svého pobytu v Čechách jim pomáhá formou dobrovolnictví s konverzační angličtinou – jak na letních táborech, tak v pravidelném Anglickém klubu, který se v současné době schází na Plechárně. „Každý týden vymyslím nějakou hru a pak si volně povídáme o různých tématech. Rád si povídám s teenagery, oni mi občas na oplátku pomůžou s mou češtinou, která stále není perfektní,“ směje se lektor. „Caleb je velkým přínosem v osobním rozvoji mladých, kteří získávají sebedůvěru ve schopnosti se vyjadřovat v cizím jazyce a nachází pak lepší uplatnění v životě,“ uvedl Pavel Trefný z Royal Rangers, který Caleba do ankety Dobrovolník Prahy 14 nominoval.

pet, foto: Snežana Nikolić

Stop Zevlingu už září nestačí. Chystá se i na zimu

Mezi tradiční akce pořádané na území Prahy 14 patří festival Stop Zevling. Letos se bude konat i jeho zimní varianta (STOP ZEVLING Winter edition), která 10. prosince ovládne kopec pod volnočasovým centrem Plechárna.

Vznikne zde unikátní JIB ARENA, kde se v rámci závodů Jib contest a Best trick contest poperou riders v kategorii SNB – FREESKI (boys & girls). Program doplní koncert Prague Conspiracy a mnoha dalších. Zimní varianta oblíbeného festivalu představuje jeden z úspěšných projektů podaných v rámci participativního rozpočtu Prahy 14.

„Klasická“ verze Stop Zevlingu, které každoročně patří jeden ze zářijových víkendů, se letos opět konala spolu s festivalu Strawberry Fields. Jeho 10. ročník díky atraktivním lákadlům a nevšednímu programu zaznamenal rekordní účast. Velkému úspěchu se těšily kreativní a sportovní workshopy, jako je třeba 3D tiskárna, hydrodipping nebo lino-



Foto: organizátoři akce

ryt. Návštěvníci mohli využít také kurz sebeobrany a fandit účastníkům tanečních battles. Na stage to rozjeli tradičně The CELLO Boys a okamžitým miláčkem publika se stala romská kapela Bachtale Apsa, která nenechala nikoho sedět.

NÁVRAT LEGEND

Stop Zevling oslavil 16. výročí. Navzdory mírně nepříznivému počasí si mnoho lidí vychutnalo The Plastic People Of The Universe, Hellwanu,

NOIX, Vandala, Central Gang, Selectora Boldrika a neopakovatelný návrat legend československého rapu Oriona a Čistychova. Celým programem provedli ostržení moderátoři Poeta a Vlado. Nadšení sklídily i stánky domácích fashion brandů, BMX závody, graffiti exhibice, gastrozóna i aktivity partnerů festivalu. Velmi početnou účast letos zaznamenal Sport jam, kde proběhly turnaje v nohejbalu, streetballu, pétangue, stolním tenisu, fotbálku a samozřejmě ve fotbale.

Program zaštitila místní nezisková organizace JAHODA a Stop Zevling foundation, MČ Praha 14 akci podpořila. Dalšími významnými partnery byli: Spinoco, DaZ, Praha 14 kulturní, Wave logistic, Total Service, Pražské služby a.s., Auto půjčovna Radac, Makro, Decathlon, Cinestar, Coca-Cola HBC, Bar na Růžku, Penzion Šimanda a další.

dm, red

Úspěch Fit Studia D na mistrovství ČR



Ve dnech 1. a 2. 10. 2022 proběhlo Mistrovství České republiky ve sportovním a fitness aerobiku v Brně. Fit Studio D veze na Černý Most cenné kovy. Největším úspěchem je 2. místo a titul vicemistryň ČR pro Adélu

Soukupovou a Anetu Moravečkovou v kategorii dospělých. Titul vicemistryň vezeme i ve step aerobiku z juniorské kategorie a druhých vicemistryň ve fitness aerobiku též z juniorské kategorie.



V listopadu nás čeká vrchol sezóny, a to je MS, které se koná v Ostravě.

Fit Studio D

Praha 14 uspěla v soutěži Zlatý lajk 2022



Praha 14 obdržela příjemnou zprávu. V krajském kole aktuálního ročníku soutěže Zlatý lajk 2022, organizovanou společností Kvalikom, získala třetí místo v kategorii obcí (v případě Prahy městských částí) nad 10 tisíc obyvatel. Hodnocenou platformou byla sociální síť Facebook.

Radnice Prahy 14 jejím prostřednictvím komunikuje s veřejností od roku 2012. „Zatímco zpočátku byla síť využívána spíše sporadicky, dnes se jedná o aktivní, spolehlivý a moderně spravovaný komunikační kanál, který je obyvateli hojně sledován a využíván. Radnice tím prokazuje úsilí a snahu usnadnit občanům přístup k informacím, aktivně a moderně komunikovat, i nad rámec obvyklých povinností,“ stojí mimo jiné v soutěžním hodnocení facebookového profilu Prahy 14.

red

Pomoc pro Pražany v době energetické krize

REDAKCE

ENERGETICKÁ KRIZE TVRDĚ ZASÁHLA ROZPOČTY DOMÁCNOSTÍ I FIREM. VLÁDA NA TUTO SITUACI REAGOVALA NĚKOLIKA OPATŘENÍMI, KTERÁ HLAVNÍ MĚSTO PRAHA PROPOJILO S VLASTNÍMI PODPŮRNÝMI BALÍČKY. „VŠECHNY TYTO AKTIVITY VÍTÁM. PŘESTOŽE FINANČNÍ SITUACI V MNOHA RODINÁCH NEVYŘEŠÍ ZCELA, ROZHODNĚ POMOHOU. NÍŽE PŘINÁŠÍME PŘEHLED KONKRÉTNÍCH STÁTNÍCH I MĚSTSKÝCH OPATŘENÍ, VČETNĚ ODKAZŮ NA INFORMAČNÍ LINKY,“ UVEDL RADNÍ PRAHY 14 ING. JAN LIŠKA, KTERÝ MÁ V GESCI MÍSTNÍ AGENDU 21 – MEZINÁRODNÍ PROGRAM, V JEHOŽ RÁMCI RADNICE MJ. ZAJIŠTUJE INFORMOVÁNÍ OBYVATEL O KLÍČOVÝCH TÉMATECH.

ZASTROPOVÁNÍ CEN ENERGIÍ

Za účelem snížení nákladů na energie určila vláda cenový strop, tedy maximální cenu za elektřinu a plyn, kterou lze odběratelům účtovat. Zastropování cen začne platit od ledna 2023 a dodavatelé je budou muset zohlednit v zálohách už od listopadu 2022.

Výše zastropovaných cen:

- Elektřina: 6,05 Kč/kWh včetně DPH (bez distribuce)
- Plyn: 3,025 Kč/kWh včetně DPH (bez distribuce)

Více informací o zastropování cen naleznete na webových stránkách www.cez.cz/cs/ceny.

ÚSPORNÝ TARIF

Další vládní opatření představuje tzv. úsporný tarif. Jedná se o spojení jednorázového příspěvku na úhradu nákladů za elektřinu a plyn a odpustění poplatku na podporu obnovitelných zdrojů. O úsporný tarif nemusíte nikde žádat – pomoc nedostane přímo domácnost, ale dodavatel energií, který ji promítne do výše záloh, nebo konečného vyúčtování.

Příspěvek je rozdělen do dvou kroků

První část se vztahuje na říjen až prosinec a týká se elektřiny, na účet dodavatelů už dorazila a promítne se do výše vašich záloh. Druhá část dorazí odběratelům v příštím roce a bude už rozdělena podle energie – zvláště na elektřinu a zvláště na plyn, případně teplo, pokud jej odebíráte ze společné kotelny nebo centrální vytápění. Konkrétní výše příspěvku se počítá podle distribuční sazby a spočítat si ji můžete na strán-

kách www.penze.cz/bydleni (název článku: Spočítejte si, kolik dostanete na energie. Kalkulačka příspěvku od státu).

Podrobnosti o veškerých energetických opatřeních vlády jsou k dispozici na: www.energiezamene.cz.

MILOSTIVÉ LÉTO II

Vláda schválila i další etapu projektu Milostivé léto II., o níž jsme již informovali. Lidé se mohou zbavit části dluhů vůči veřejnoprávním institucím. Uvedené se mimo jiné týká i některých závazků vůči městské části Praha 14 a organizaci Správa majetku Praha 14. Princip je jednoduchý: uhradte exekutorovi do 30. 11. 2022 jistinu, tedy dlužnou částku vůči veřejným institucím, plus poplatek a díky akci „Milostivé léto“ vám bude zbytek dluhu odpuštěn.

Veškeré podrobnosti jsou dostupné v materiálech připravených hl. m. Prahou, které jsou dostupné na www.praha14.cz (název článku v aktualizacích: Pomoc pro Pražany v době energetické krize).

V případě dotazů jsou k dispozici:

- Dluhová poradna organizace Člověk v tísni – 770 600 800, jakprezidtluhy@clovekvtsini.cz

- Bezplatná zelená linka hl. m. Prahy – 800 100 000, info@praha.eu

LINKY POMOCI

Hlavní město Praha připravilo přehled míst a telefonních linek, na které se můžete obrátit s žádostí o radu / pomoc. Jejich přehled naleznete zde: pomocprazanum.praha.eu/cz/kontakty.

BALÍČKY OKAMŽITÉ POMOCI PRAŽANŮM

Už letos v červnu zastupitelé hlavního města schválili Balíček okamžité pomoci pro Pražany v nouzi. Série opatření pomáhá těm pražským domácnostem, které jsou nejvíce ohrožené chudobou či ztrátou bydlení. Finanční prostředky jim pomohou pokrýt například školní obědy, kroužky nebo rostoucí splátky hypoték. Praha na tuto pomoc vyčlenila přes 800 milionů korun.

Bonus k příspěvku na bydlení (Balíček bydlení)

Příspěvek na bydlení je často příliš nízký na to, aby odpovídal reálným nákladům na bydlení v Praze. Proto mohou domácnosti, které pobírají méně než 1 500 Kč a jejichž náklady na bydlení (včetně energií) převyšují 35% příjmu rodiny, od ledna 2023 požádat o finanční bonus. Podrobnosti: www.pomocprazanum.praha.eu/cz/bydleni.

Balíček školství

Zájemci mohou požádat o prominutí úhrady školného, stravného nebo poplatku za družinu a o poskytnutí finančního příspěvku z fondu solidarity na aktivity, které podporují rozvoj a talent dětí. Podrobnosti: www.pomocprazanum.praha.eu/cz/balicek-skolstvi.



Foto: shutterstock.com

JAK VNÍMÁTE AKTUÁLNÍ ENERGETICKOU KRIZI? JAK SAMI ŠETŘÍTE ENERGIEMI?

**Jaroslav Verner, Piráti**

Osobně se snažím energeticky zefektivnit chod domácnosti co nejvíc, takže kromě celkového snížení teploty vytápění o 1,5 stupně jsem se zaměřil i na lepší časový management vytápění v denním a nočním režimu. Co se týká kroků městské části, tak mě mrzí, že když jsme v roce 2020 sestavovali investiční priority na nejbližší období, tak zastánců investic do zvýšení energetické soběstačnosti bylo poměrně málo, což se nyní projevuje mnohem razantněji.

**Ing. Jan Adámek, ANO 2011**

Každý z nás pocítil dopad energetické krize na svém vlastním vyúčtování. Upřímně ani já sám nechápu, jak může občan země, která vyrábí elektřinu nejlevněji v Evropě, platit druhou nejvyšší cenu. Vládní rady vedou zatím spíš k pláči, nebo zoufalému úsměvu. Notorický alibismus s dopadem války mě o manažerských schopnostech vlády zatím nepřesvědčil. Nezbyvá než osobní zodpovědnost.

**Mgr. Marcela Vydrová, MBA, BEZPP**

Energetická krize je způsobena velkým nedostatkem surovinových zdrojů. V roce 2022 eskalovala především díky válce na Ukrajině a špatnému hospodaření

se zdroji ve střední Evropě. Ve své domácnosti jsem snížila teplotu vytápění, mám úsporné žárovky a spotřebiče. Městská část by mohla investovat do alternativních zdrojů, jako je např. solární vytápění, a pomoci tak jednotlivým nájemníkům vyrovnat se s prudkým nárůstem cen energie.

**MUDr. Lubomír Kulíšek, Soušedé pro Prahu 14**

Současná energetická krize představuje výzvu pro nás všechny. Vždy jsem byl zastáncem šetrného přístupu k přírodě a ke zdrojům. Nyní musíme všichni přitvrdit a hlídat si spotřebu elektřiny. Jeden příklad z Polikliniky Parník. Kolegové si všimli, že na chodbách jsou rozpálené radiátory a otevřená okna. Po upozornění nám bylo pracovníky správy budov sděleno, že nastavení topné soustavy bylo patrně vychýleno kvůli rekonstrukci restaurace. V nápravu doufáme.

**Vladimír Diviš, NAŠE Čtrnáctka**

Energetická krize znamená především zvyšování životních nákladů, což vnímají občané i firmy. Řešením je snížení spotřeby energií tam, kde to neohroží zdraví občanů, což s přicházejícím zimním obdobím není jednoduché. Je možné snížit komfort teploty či nahradit klasické žárovky úsporným LED osvětlením. Příkladem by však

měl jít sám stát s jasným energetickým konceptem a projekty, které budou podporovat alternativní zdroje i nové úsporné technologie.

**Josef Kutmon, ODS**

Na šetření energiemi jsem od mala zvyklý. Rodinné domky v Kyjích většinou neměly ústřední topení, celé podlaží zpravidla vytápěla jedna kamínka. Pan arcibiskup Graubner na Svatováclavské pouti ve Staré Boleslavi řekl: Se smutkem a zahanbením myslím na hlasy některých našich spoluobčanů, kteří se zlobí na rozhodnutí šetřit v zimě teplem kvůli válce na Ukrajině s tím, že jde o snížení komfortu. Vzpomeňme si na tato slova a snažme se nastávající zimu se ctí překonat.

**Karolína Šlajsová, Praha 14 SOBĚ**

Centrální řešení energetické krize na úrovni EU zatím nenaplnilo očekávání. V příštích letech by mohl pomoci výzkum a vývoj nových energetických zdrojů. Důležitá je i role úspor, kdy se ukazuje, že lze ušetřit i 30–40 % spotřeby. Městská část by mohla ušetřit instalací fotovoltiky na střechách svých objektů. Zároveň by měla pomáhat vlastníkům rodinných i panelových domů s osvětlovacími možnostmi, jak například zajistit projekty a žádat o dotace.

Občané diskutovali o výstavbě parkoviště

Starosta Prahy 14 Jiří Zajac, další představitelé městské části a více než šest desítek obyvatel diskutovali na říjnovém veřejném projednání u ZŠ Bratří Venclíků. Tématem setkání byla případná výstavba parkoviště v nevyužívané části školního areálu, během které by na místě vznikly více než tři desítky parkovacích míst (v úředních hodinách určených pro potřeby ÚMČ Praha 14 – dřívější vyhrazená parkovací místa před úřadem byla zrušena a jiná není, s ohledem na majetko-

právní poměry a vysokou finanční náročnost, možné vybudovat). Součástí návrhu byla také instalace nového mobiliáře a herních prvků v přilehlé zahradě, výsadba zeleně či vybudování nové venkovní učebny. Během setkání výrazná většina přítomných výstavbu parkoviště odmítla. Lidé na místě dle svých slov preferují spíše rozvoj samotné volnočasové plochy, případně celodenní parkovací stání primárně pro obyvatele okolních domů. Část obyvatel také vyjád-

řila obavy, že by vjezd na parkoviště, uvažovaný z úzké a už takto dopravně zatížené ulice Vlčková, v místě komplikoval provoz a v případě zvýšeného pohybu aut i zapříčiňoval větší hluk. Kompletní zápis z projednání bude zveřejněn na webových stránkách městské části. V případě dalšího vývoje, případně úpravy návrhu, bude radnice občany informovat – mj. prostřednictvím Čtrnáctky.

Nové unikátní operace glaukomu

V loňském roce se Oční centrum Praha stalo prvním privátním centrem v České republice, kde se provedla nová unikátní operace glaukomu. Jedná se o zcela novou metodu léčby, při které chirurgové implantují titanové mikrostenty pacientům se zeleným zákalem. Výsledky při kontrolách potvrzují, že je léčba úspěšná a pacienti po operaci dosahují stabilního snížení nitroočního tlaku, který je nyní na normálních hodnotách.

V Očním centru Praha se neustále snažíme přinášet svým pacientům nové metody a technologie léčby. Kromě nastavení konzervativní terapie v podobě pravidelného kapání očních kapek jsme tak pacientům postupně nabídli i modernější metody léčby, jako je laserové snížení nitroočního tlaku a dále chirurgické operace glaukomu včetně nejnovější léčby pomocí drenážních mikroimplantátů, tzv. iStentů.

Mikroimplantát s obrovským účinkem

Nová metoda pomocí dvou unikátních titanových mikroimplantátů, tzv. stentů „iStent inject® W“ pomáhá pacientům obnovit přirozený odtok tekutin z oka, a řídit tak jejich nitrooční tlak. V rámci operace chirurg zavede pacientovi do oka vždy dva mikrostenty, které vytvářejí mikrobypass v oblasti, kde je odtok nitrooční tekutiny z oka kladen největší odpor. iStent je možné implantovat samostatně, nebo i během operace šedého zákalu, což je velká výhoda především pro pacienta, který podstoupí vlastně dvě operace v jedné. Po zavedení pacient stenty nevidí ani je necítí.

„Tato léčba je vhodná především pro pacienty se zeleným zákalem, kteří mají i přes užívání lokální terapie (kapání kapek) nitrooční tlak stále vysoký, případně pro pacienty, kteří nesnášejí lokální terapii. Oba mikrostenty se implantují během několika málo minut a efekt je znatelný již ve velmi krátké době po operaci. Díky těmto „trubičkám“ dochází k větší filtraci nitrooční tekutiny do odtokových cest, a tím k žádoucímu snížení nitroočního tlaku. Na našem pracovišti jsme první iStenty implantovali již v první polovině roku 2021 a u všech pa-



MUDr. Andrea Janeková, FEBO,
chirurg Očního centra Praha

cientů zatím pozorujeme dostatečné snížení nitroočního tlaku.“

Ačkoliv se tedy jedná o jeden z nejmenších lékařských implantátů na světě, přináší velké výsledky. Díky obnově normálního nitroočního tlaku je pacientům po operaci možné snížit, či zcela vyloučit léky na glaukom, a pacientům se tak výrazně zlepši kvalita života.

Zelený zákal neboli glaukom patří k častým očním onemocněním, které je však velmi závažné. U glaukomu pacient necítí žádnou bolest či jiné obtíže, a bez povšimnutí tak dochází k postupné degeneraci a odumírání zřetelného nervu, které může vést až k úplné ztrátě zraku. I proto bývá právem nazýván jako „TICHÝ ZLODĚJ ZRAKU“.

KOMPLEXNÍ PÉČE NA JEDNOM MÍSTĚ

**HRAZENÁ
PÉČE VŠEMI
ZDRAVOTNÍMI
POJIŠTOVNAMI**



**CENTRUM PRO LÉČBU ŠEDÉHO ZÁKALU
CENTRUM PRO LÉČBU SÍTNICE
CENTRUM PRO LÉČBU ZELENÉHO ZÁKALU
REFRAKČNÍ A LASEROVÉ CENTRUM**

VOLEJTE: 220 807 757

Oční centrum Praha
Jankovcova 1569/2c, Praha 7 – Holešovice
recepce@ocp.cz, www.ocp.cz



**CENTRUM PRO LÉČBU
ŠEDÉHO ZÁKALU**



**CENTRUM PRO LÉČBU
SÍTNICE**



**CENTRUM PRO LÉČBU
ZELENÉHO ZÁKALU**



OČNÍ AMBULANCE

MediPort HOLEŠOVICE s.r.o.

- **KOMPLEXNÍ OČNÍ PÉČE**
- **DĚTSKÁ OČNÍ PÉČE**
včetně ortoptického pracoviště
- **SMLOUVY SE VŠEMI
POJIŠTOVNAMI**

**PŘIJÍMÁME
NOVÉ
PACIENTY,
včetně DĚTÍ**

V naší oční ambulanci poskytujeme svým pacientům komplexní oční péči pro dospělé i dětské pacienty. Naleznete u nás zkušený tým očních lékařů, příjemné prostředí a moderní diagnostické přístrojové vybavení.

Úzce spolupracujeme s Očním centrem Praha, a pacientům tak dokážeme zajistit i navazující operační péči a další odborná či specializovaná vyšetření, která jsou prováděna nad rámec běžné oční ambulance.



**OBJEDNEJTE SE:
+420 283 022 143, +420 771 258 988**

MediPort Holešovice, s.r.o.
Tusarova 1152/36, 170 00, Praha 7 – Holešovice
holesovice@ocnmediport.cz

www.ocnmediport.cz

Děti z Prahy 14 rozvěšovaly po Černém Mostě ekologická krmítka



Děti z Žákovského zastupitelstva Prahy 14, které městská část zřídila v rámci realizace programu místní Agendy 21, se v říjnu (13. až 16. 10.) zapojily do 9. ročníku akce 72 hodin – projektu, během něhož se dobrovolníci po celém Česku pouští do aktivit na pomoc druhým či přírodě.

Místní žáci se rozhodli přispět výzvou Krmítka pro Černý Most. Pod vedením pracovníků Domu dětí a mládeže Praha 9 zhotovili ekologická krmítka a oslovili další zdejší děti i dospělé s žádostí, aby jim je pomohli rozvěsit po Černém Mostě. Účastníci se během procházky dozvěděli, kteří ptáci v Praze 14 žijí, a zjistili, čím a kdy je vhodné je krmit. Místa s krmítky děti zaznamenaly do mapy – usnadní to doplňování ptačího zobu i úklid krmítek po zimě. Akce se uskutečnila v pátek 14. 10.

red



INZERCE

SUZUKI 4x4

BEZPEČNĚ A BEZ STAROSTÍ

PROČ CHTÍT 4x4? JEDNODUŠE PROTO, ŽE DÍKY SUZUKI MŮŽETE!

- Dopřejte si padesát let zkušeností se systémem 4x4 v každém našem modelu díky výhodným cenám i Vy
- Inteligentní pohon všech kol AllGrip pro bezpečnou jízdu a radost z řízení za každého počasí
- Nové motory s mild-hybridním pohonem snižujícím emise i spotřebu
- Bohatá bezpečnostní a komfortní výbava pro Vaše pohodlí a ochranu

Suzuki 4x4 již od 425.900 Kč

www.suzuki.cz facebook.com/suzukimotorczech Instagram.com/suzuki_czech

Suzuki Swift 1.2 DualJet HYBRID: emise CO₂ 94–96 g/km (NEDC), kombinovaná spotřeba 4,1–4,2 l/100 km. Suzuki Ignis 1.2 DualJet HYBRID: emise CO₂ 89–89 g/km (NEDC), kombinovaná spotřeba 3,9–3,9 l/100 km. Suzuki S-Cross 1.4 BoosterJet HYBRID: emise CO₂ 104–106 g/km (NEDC), kombinovaná spotřeba 4,6–4,6 l/100 km. Suzuki Vitara 1.4 BoosterJet HYBRID: emise CO₂ 104–105 g/km (NEDC), kombinovaná spotřeba 4,6–4,6 l/100 km. Fotografie jsou pouze ilustrativní.

TERS
AUTOSALON

Českobrodská 521, 190 12 Praha 9 – Dolní Počernice
tel.: 281 932 360 | e-mail: info@suzuki-ters.cz | www.suzuki-ters.cz

Podzimní kvíz a osmisměrka

MÁTE RÁDI PODZIMNÍ PŘÍRODU I TRADICE? OTESTUJTE SVÉ ZNALOSTI V NAŠEM KVÍZU.

1. Kterí tažní ptáci k nám na podzim přilétají?

- a) Sýkorky
- b) Vrány
- c) Čápi

2. Proč ke svátku sv. Martina patří husa?

- a) Podle legendy se Martin před svým svatořečením schoval do husince, ale husy ho kejháním prozradily.
- b) Jde o marketingový tah chovatelů hus.
- c) Husy prý kejháním rušily Martinovo kázání, a tak skončily na pekáči.

3. Proč pijeme Svatomartinské víno?

- a) Jedná se o marketingový tah výrobců vína.
- b) Sv. Martin dával přednost lehkému, mladému vínu.
- c) Jde o tradici, která k nám přišla v 17. století z Beaujolais.

4. Listí se na podzim barví do žluta a červena. Víte proč?

- a) Rozkladem chlorofylu
- b) Působením chladu
- c) Studem

5. Jak se jmenuje svátek podobný Dušičkám, který slaví v Mexiku?

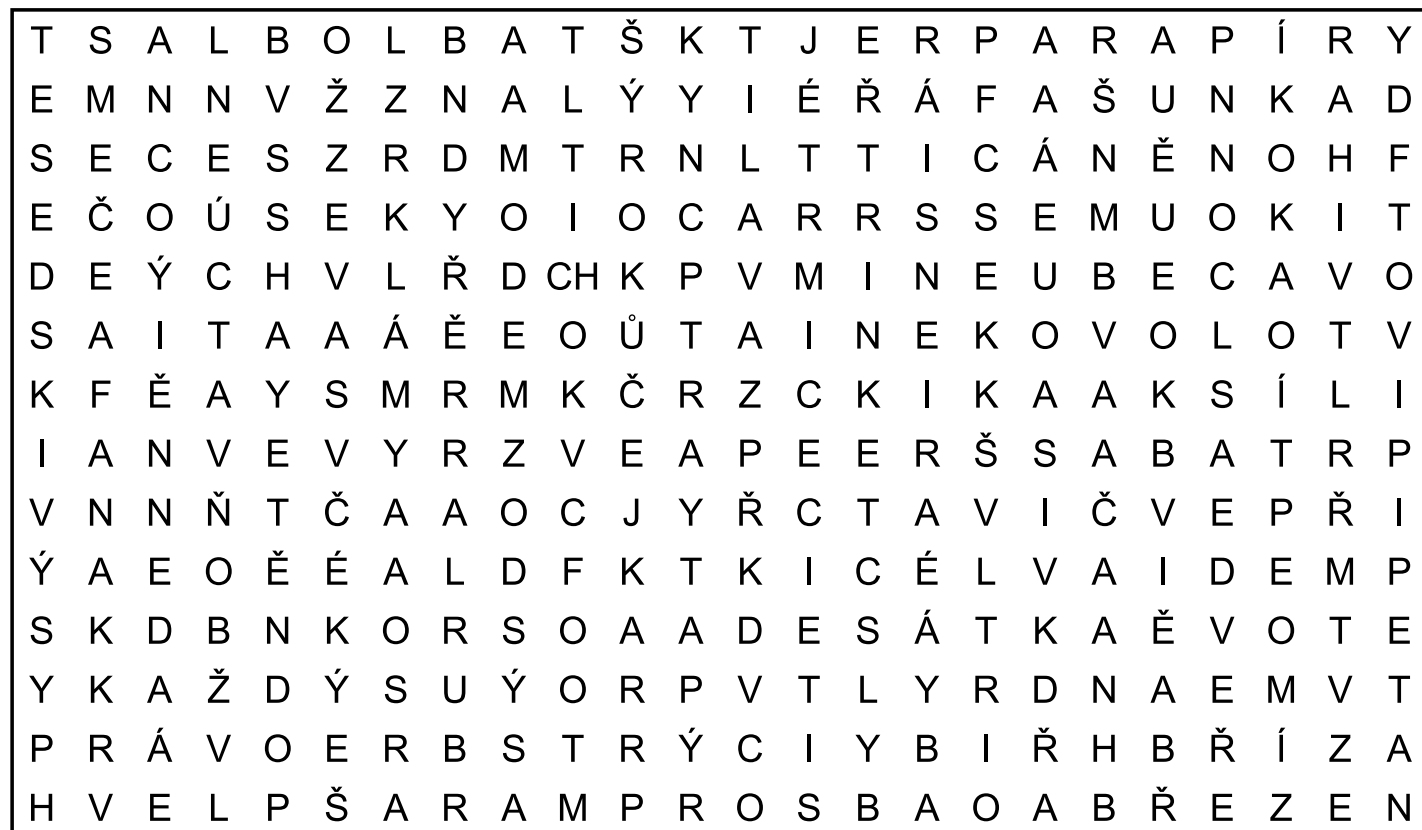
- a) Halloween
- b) Dia dos Muertos
- c) Den díkůvzdání

Vylosovaný úspěšný řešitel kvízu získá dárkové balení předmětů od MČ Praha 14. Správné řešení se svou adresou a telefonním číslem pošlete do 15. listopadu 2022 e-mailem na adresu: ctrnactka@regvyd.cz, nebo v označené obálce s heslem KVÍZ na adresu: Úřad MČ Praha 14, Bratří Venclíků 1073, 198 21, Praha 9. Řešení můžete odevzdat i osobně v zalepené a označené obálce



na podatelnu úřadu. Výherce zveřejníme v prosincovém vydání.

pet



ATRAKCE, BIVAK, BŘEZEN, BŘÍZA, BUNKR, BURLA, CAPOT, CVIKR, ČEJKA, ČTVRT, DENNĚ, DESÁTKA, DESET, DVEŘE, ES-TÉT, FIALKA, FIRMA, FORMA, HERNA, HONĚNÁ, HRABĚ, HŘIBY, JINOCH, KANAFÁ, KANONÝR, KAŽDÝ, KORSO, KORÝŠ, KOUMES, LÍSKA, MEANDRY, MEDIA, MĚDIRYT, MELÍR, MNIŠI, MODEM, NESVÁR, NEÚCTA, OBLAST, OBLEKY, OCASY, OČAŘI, OLOVO, OSLAVY, OVACE, PIPETA, PIVOT, PODNĚT, PRÁVO, PREJT, PROSBA, PRŮCHOD, PŘEVAHA, RAPÍRY, RAŠPLE, RÝPAT, ŘÁSEŇ, SABAT, SCIFI, SECES, SMEČE, SOBEC, SRDCE, STRÝC, SVĚST, ŠAFÁŘ, ŠUNKA, TABLO, TAINE, TAVIČ, TRMICE, TRNKA, TÝRAČ, UMĚNÍ, ÚSEKY, VÁŽNÉ, VDOVA, VEPŘI, VLÉCI, VÝSYP, VZKŘEK, VZRYV, ZAVALIT, ZNALÝ

POTRAVINY DO KOŠE NEPATŘÍ.

**KAUFLAND
PRO LEPŠÍ
BUDOUCNOST**



Věděli jste, že domácnosti generují až 53 % potravinového odpadu? Připravili jsme pro vás 7 chytrých tipů, jak neplýtvat:

1. Při **správném skladování** může být potravina i po datu minimální trvanlivosti **stále chutná**.
2. Rajčata, lilek či papriky **nepatří** do lednice.
3. Co **nespotřebujete**, můžete **zamrazit**.
4. Kupujte i **jednotlivé banány**.
5. **Sypké suroviny** přesypte do uzavíratelných dóz.
6. **Sušením** potravin ušetříte nejen místo, ale zachováte i důležité **vitaminy** či **antioxidanty**.
7. **I ze zbytků** se dají vytvořit **skvělé pokrmy**. Inspiraci najdete **na našem webu**.



Více tipů a rad naleznete na webu www.kaufland.cz/nekrmkos.



Zahřejte se skvělou zelňačkou, procházkou či tancem

TÝM KC KARDAŠOVSKÁ

CHCETE SI ZALÉZT DO POSTELE, SCHOVAT SE POD DEKU A S KNÍŽKOU V RUCE PÍT HORKÝ ČAJ? NEŽ TOMUTO NÁPADU „PODLEHNETE“, PŘEČTĚTE SI, CO ZAJÍMAVÉHO SE BUDE DÍT NEDALEKO VAŠICH DOMŮ – V KOMUNITNÍM CENTRU KARDAŠOVSKÁ. TŘEBA VÁS TO PŘESVĚDČÍ ODLOŽIT LENOŠENÍ NA POZDĚJI.

V minulém čísle Čtrnáctky jsme představili naši novou posilu – Terku, díky které obnovujeme komunitní vaření. Tentokrát si připravíme zelňačku. A ne ledajakou – podle originálního rodinného receptu. Kdykoliv se do vaření tohoto jídla Terka pustí, srdce se jí prý okamžitě naplní nostalgií a vzpomínkami na bezstarostné dětství. Zelňačka je navíc pro nadcházející setkání v naší kuchyni jako stvořená – zpracovávání zelí patří k podzimu už od pradávna. A co nás čeká dál? Pokud jste si oblíbili pravidelné výlety po Praze s Jířou, potěší vás listopadová procházka Klánovic-

kým lesem. Opustíme ruch velkoměsta a odpočineme si v klidné oáze nedaleko našeho bydliště. Vycházka bude středně náročná. Terén je sice rovný, ale je třeba počítat s bahnem a chladnějším počasím. Nezapomeňte proto dobrou obuv a teplé oblečení. Odměnou nám bude pohled na krásně zabarvené podzimní listí, a pokud budeme mít štěstí, tak i pár hub.

VYROBTE SI VLASTNÍ OBRUČ

Barevné obruče na hraní, gymnastiku či posilování určitě všichni znáte, třeba pod pojmem hula hoop. Napadlo vás ale, že si můžete vyrobit a nazdobit

svou vlastní? Pokud vás tahle představa láká, zavítejte na kreativní dílnu. Kdo bude chtít, s originální obručí si na závěr vyzkouší i pár jednoduchých triků. Věnovat se vám bude kreativní a pohybově nadaná Verča, která v centru tanec s hopem učí. Akce je vhodná jak pro děti, tak pro dospělé. Děti od 10 let se mohou zúčastnit samostatně, mladší pouze v doprovodu dospělého. Na dílnu, vaření i výlet Klánovickým lesem je nutné se předem závazně přihlásit – kapacita aktivit je omezená. Všechny termíny dílen i jiných oblíbených lekcí najdete v kalendáři akcí v zadní části vydání.

Při hula hoop dance můžete popustit uzdu fantazii

Co je to hula hoop dance? Co obnáší a jak prospěje vašemu tělu? Nejen na tyto otázky odpovídá naše kolegyně Veronika Štogrová, která se tanci s obručí věnuje již šest let.

Hula hoop dance je netradiční disciplína. Jak jsi se k ní dostala?

Na kurzu pro lektorky tance jsem se seznámila s kamarádkou, která svého času učila tanec s obručí. Ze začátku jsem byla skeptická, protože jsem si myslela, že se jedná o moderní gymnastiku, kde je člověk svázaný pravidly. Když už jsem ale sebrala odvahu a na lekci přišla, tak jsem zjistila, že tanec s hula hoopem je kreativní, skoro až umělecká taneční disciplína, při níž může člověk popustit uzdu vlastní fantazii a věnovat se těm trikům a pohybům, které ho baví.

Jak vypadá lekce hoop dance?

Hodina začíná rozcívkou a protažením, hned potom se zahřejeme roztočením obruče v pase, což krásně posiluje břišní svaly. Na hodině se pak především věnujeme novým trikům a tanečním variacím. Na konci je prostor pro opakování z předchozích lekcí a případné zodpově-

zení dotazů, jak se který pohyb nejlépe dělá. Člověk si během točení s obručí úžasně odpočine, vypne hlavu, odrea-guje se a v neposlední řadě zhubne přeby-tečná kila, hlavně na břiše.

Jak se vůbec hula hoop zrodil?

Prapůvodní kořeny sahají až do starověkého Řecka a Egypta, kde se ke cvičení používaly kruhy z vinné révy. Známé jsou také tance indiánů s obručí. Největší boom hula hoopu byl v Americe ve 30. letech minulého století. Od té doby



Foto: Radek Jedlička

se tato disciplína rozšířila do cirkusů, fitness i do již zmíněné moderní gymnastiky. Dokonce vzniká nový směr jógy. Já si v tuto chvíli dělám kurz tzv. „Hoop Yogi“, takže budu jednou z prvních lektorek tohoto směru v ČR. Jedná se o spojení hatha jógy s hoopingem a meditací – zaměřujeme se především na cviky protahující a posilující páteř.

Zní to jako veliký koníček. Kdy tě poprvé napadlo vyrobit si vlastní obruč?

Zhruba po roce, co jsem nebyla spokojená s kvalitou obručí dostupných na trhu. Zdálo se mi, že bude snazší, když si vyrobím vlastní – podle svých potřeb a barevných preferencí. Od té doby se výrobě hoopů věnuji profesionálně, a dokonce mám vlastní e-shop. Proto si mohou být účastníci workshopu jistí, že to bude stát za to.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – polní rozvoj ČR



Informace o projektu

Název: Komunitní centrum Kardašovská III.

Reg. číslo: CZ.07.3.63/0.0/0.0/20_077/0001803

Doba realizace: 1. 3. 2021 – 28. 2. 2023

Podzimní hrátky v Paculce

K podzimním dnům patří vydlabané dýně a létající draci v oblacích. Tradiční „Dýňování“ proběhlo na vyzdobené zahradě, kde se sešli rodiče s dětmi, pedagogové i ostatní pracovníci MŠ a dlabali dýně. Věřte, že některé z nich byly opravdu mistrovské kousky, hodné obdivu a vystavení. Jako každým rokem bylo plno zábavy pro děti, malování na obličej, fotokoutek, házení balónků na cíl. Každé dítě si odneslo motivační dáreček. Zvláštní pochvalu zaslouží naše paní kuchařky, které pokaždé připraví originální tematické sladké občerstvení. Velký úspěch měl i třetí ročník naší „Drakiády“. Sešli jsme se na kopci neda-leko Doubravky. Počasí bylo příjemné, vítr sice trochu chyběl, ale kdo umí, ten umí. Půvabných létajících draků bylo vidět spoustu a na závěr si děti odnesly krásnou medaili na památku. Už teď se těšíme se na další podzimní tradici - listopadový lampionový průvod na oslavu svatého Martina.

MŠ Paculova

Zájezd do Anglie



Stále plní dojmů se vracíme autobusem z Anglie zpátky do Prahy. Je to jako lusknutí prstu, co jsme nastupovali na trajekt směr Dover. Naší první zastávkou bylo přímořské město Brighton, kde jsme navštívili ta nejzajímavější místa: The Royal Pavilion, nejstarší akvárium a netradiční rozhlednu British Airways i360. Druhý den ráno jsme se po anglické snídani vydali na jedno z nejmyštitějších míst na světě - Stonehenge a dále do lázeňského městečka Bath. Třetí den jsme odstartovali prohlídkou romantického hradu Leeds Castle, poté

jsme přejeli do Canterbury. Třešničkou na dortu byl výlet na křídové útesy White Cliffs. Ve čtvrtek jsme navštívili londýnské Versailles, tedy Hampton Court Palace, a poté královské město Windsor, kde už probíhaly přípravy na pohřeb královny. Poslední den jsme se vydali do Londýna. Hlavní město jsme vzali letem světem, ale navštívili jsme spoustu památek. Tak jsme ukončili objevování Anglie a hurá domů.

A. Brustmannová,
A. Kyselová, M. Zíková, Z. B
Gymnázium Chodovická

INZERCE

Pražská developerská společnost,

příspěvková organizace hl. m. Prahy,

vás srdečně zve na

prezentaci záměru dostupného městského bydlení a rozšíření služeb na sídlišti Černý Most střed

která se koná dne

7. prosince 2022 od 17.30 hodin

v komunitním centru **Plechárna**.

Těšíme se na setkání s vámi!

Prosíme o laskavé potvrzení vaší účasti

na e-mail cernymost@pdspraha.eu nebo tel. **771 173 911**.

Kapacita sálu v komunitním centru Plechárna je omezená.

Podrobné informace najdete na našich webech www.pds-cernymost.eu
a www.pdspraha.eu.



PDS Pražská
developerská
společnost



KV2201918/01

POSVÍCENÍ U DOUBRAVKY

BYLO LETOS DVOUDENNÍ

Letošní Posvícení u Doubravky bylo dvoudenní. Páteční odpoledne bylo ryze hudební, před hlavním koncertem Michala Hrůzy a jeho kapely Hrůzy se představili předskokani Dinglebop a muzikálový projekt Anastasis, kteří jsou z naší městské části. Mediálním partnerem bylo rádio Impuls. Nálada byla fantastická, pódium profesionální, stejně tak osvětlení i ozvučení. Jediné, co pracovalo proti nám, bylo počasí. Při samotném koncertu sice nepršelo, ale deštivé dny zrovna nevyvolávaly touhu jít se bavit na kopec k naší krásné rozhledně. Ale nakonec se vše vydařilo a než se Michal Hrůza chopil mikrofonu, čekal ho před pódium nadšený dav fanoušků, kteří tančili a zpívali spolu s ním všechny hity, které známe z rádií. Po koncertě pan Hrůza řekl, že je rád za tento koncert, díky němuž poznal místo, na kterém nikdy nebyl. A nám se podařilo ukázat Doubravku mnoha dalším návštěvníkům, kteří o její existenci doted stejně jako on neměli ani tušení.



Sobota pak nabídla tradiční zábavu pro děti, kouzelnický workshop i spoustu stánků. Ale celý den lilo, chvilka jako z konve. I přes to jste přišli, i s malými dětmi, které se bavily v pláštěnkách. Prošlo určitě tisíc lidí, kteří pobýli jen chvíli a zmoklí běželi domů uschnout. Bylo nám do pláče. Znáte ten pocit, když něco mnoho týdnů připravujete, ladíte k dokonalosti každou maličkost, těšíte se a pak najednou zasáhne vyšší síla, se kterou nelze bojovat?



A pak nejednou se stal zázrak. Abba World Revival začala zvukit, rozeznala déšť a nad pódium

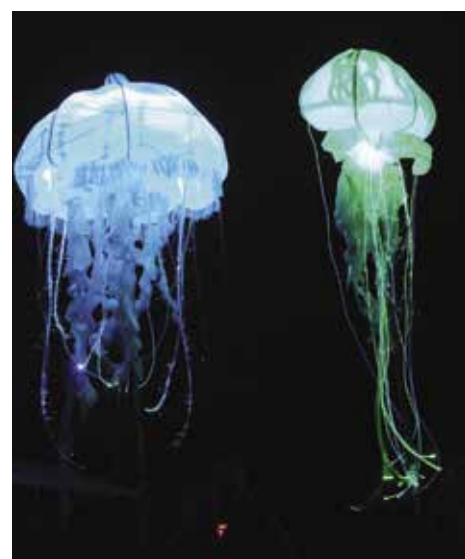


se objevila duha. A v ten moment začala po příjezdové cestě proudit souvislá řada lidí. A pak píseň Waterloo do všech doslova napumpovala takovou energii, jakou Doubravka ještě nezažila a už to jelo. Skoro 2 hodiny. Na závěr si Abba vzala asi 30 malých dětí na pódium a rozloučila se skladbou Dancing queen, děti zpívaly a tančily s nimi a všem na pódium i v hledišti svítily nadšením oči. Byl to nádherný pohled a nám to vrátilo náladu, která nás v průběhu odpoledne díky počasí opouštěla.



To, co přišlo pak, jsme nečekali ani my, kteří jsme tušili, jak bude světelná show zhruba vypadat. Vše zhaslo. Nejdříve Doubravka ožila barvami, ale už to nebyla rozhledna, byl to maják, který svítí do tmy a omývají ho mořské vlny. Na pódium se odehrála taneční choreografie se světelnými tyčemi, kde tři strážci majáku marně bojují o jeho záchranu a nakonec musí obléct skafandry a vyrazit pod vodu, odkud svolávají vše živé podmořského světa na pomoc. A zatímco se potápěči brodili po improvizovaném mořském dně mezi překvapeními návštěvníky, ze všech světových stran jim připluly na pomoc obrovské svítící ryby a medúzy, v čele s vládkyní, čnicí ve čtyřmetrové výši a k tomu zněl velrybí zpěv a jemná podkresová hudba. Najednou celý ten dav, rozdo-
váděný hudbou, zůstal stát v němém úžasu a přebíral tempo pomalu se pohybujících ryb a medúz, jejich tichost a uvážlivost a atmosféra začala připomínat opravdové mořské dno, kde musíte dělat jen pomalé pohyby, aby Vám

vzduch v dýchacím přístroji vystačil a nesmíte se za žádnou cenu zadýchat. Všichni šeptali, pomalu se dotýkali chapadel medúz, rybích ploutví a dlouhých rukou vládkyně podmořského světa. Téměř hodinu trvalo, než všichni tito tvorové dospěli svým uvážlivým tempem k majáku a tam se sešli s potápěči, opravili ho a zase odpluli... Ale uteklo to jako pár minut. Potápěči zase vystoupili na pódium, maják byl opraven a bujaré veselí zakončilo podmořskou poutí. Co dodat?



Ještě nikdy se nám nestalo, abyste nám psali takové úžasné reakce na jakoukoli z akcí. Dávali jste příspěvky na fb, psali jste komentáře, soukromé zprávy, maily, dokonce jste i telefonovali. Nebylo jediné slovo kritiky, ocenili jste i nasvícenou cestu k domovu. My Vám za to ze srdce děkujeme. Sice polovina našeho týmu tento víkend odstoupla, ale to k tomu patří. Bylo nám ctí i v té bouři sloužit na majáku Doubravka!

Děkujeme Vám všem za návštěvu a za to, že jste i v dešti vytrvali. Děkujeme vedení naší radnice za to, že nám umožňuje podobné akce pro Vás pořádat.

„Vážení týme MC Praha 14,
dnes jsme byli s rodinou na akci u Doubravky.
Chci před všemi, kdo akci připravovali hluboce
hluboce smeknout. Bylo to prostě dokonalé.
Dlouho jsme takto velmi povedenou akci nezažili.
Chceme vám všem z celého srdce poděkovat
za tak úžasnou práci co děláte.“

Uveřejňujeme se souhlasem odesílatele.



CVIČENÍ PRO ZDRAVÍ S MĚSTSKOU ČÁSTÍ PRAHA 14

Protože nám záleží na tom, abyste se cítili dobře, připravili jsme pro vás několik instruktážních videí věnovaných cvičení pilates. Nechte se vést zkušenou lektorkou Martinou Ďubašíkovou a udělejte něco prospěšného pro své zdraví.

Naučíte se:

- ▶ udržet si zdravá záda,
- ▶ cvičit s dětmi,
- ▶ udržet se v dobré kondici,
- ▶ cvičit na židli,
- ▶ příjemně si protáhnout celé tělo,
- ▶ cvičit i ve vyšším věku.

Díky cvičení pilates budete silnější, flexibilnější, vytrvalejší, dokážete lépe koordinovat své pohyby a snadněji zvládnete stres. Než začnete, nemusíte si lámat hlavu s věkem nebo s tím, jak se zrovna cítíte. Pilates je určené pro každého.

Videa jsou dostupná na www.youtube.com (kanál „MČ Praha 14“) a na www.praha14.cz.



SPRÁVCE PRO VAŠE SPOLEČENSTVÍ VLASTNÍKŮ ČI BYTOVÉ DRUŽSTVO

Jsme připraveni převzít správu Vaší nemovitosti a nabídnout Vám bezchybnou účetní a evidenční správu včetně administrativy s tím spojené, profesionální technickou správu objektu a kvalifikovanou údržbu společných prostor domu.

PŘEDSEDA SPOLEČENSTVÍ VLASTNÍKŮ

Nabízíme komplexní služby související s výkonem funkce, zajišťované zkušenými odborníky.

Zajistíme

havarijní servis,
úklid domu a chodníků
včetně zimní údržby
a údržbu zeleně.

Od nás můžete očekávat

osobní přístup,
dlouholeté zkušenosti
ze správy nemovitostí,
využití vlastní
softwarové aplikace.

Více informací naleznete na www.smp14.cz

Správa majetku Praha 14 a.s., Metujská 907, 190 00 Praha 9
Telefon: 281 021 460 | Email: sprava@spravamaj14.cz

INZERCE



PARKING HLOUBĚTIN

Zálužská 10 (vedle hřbitova)

Ceny od 1800 Kč/měs. vč DPH (os. vozy)
1h 20 Kč

1 den 150 Kč

1 noc 100 Kč

Možnost parkování pro dodávky, nákl. vozy
autobusy. Moto po dohodě.

www.parkingpraguecentrum.cz

Tel : 608 478 211, 604 423 291, 608 164 163

RV2201962/01

CANABA®

rodinné domy

Společnost CANABA,
největší dodavatel rodinných domů na klíč,
hledá pro realizační divizi nové pracovníky:

- tesaře/pokrývače
- zedníky
- obkladače
- jeřábníky

Pracoviště: převážně středočeský kraj

Mzda: 30 000 - 50 000 Kč dle výkonu

Benefit: náborový příspěvek
extra týden placené dovolené

**V případě zájmu volejte na
tel.: 602 430 219 nebo pište na
prace@canaba.cz.**

RV2201905/03

POHLED DO HISTORIE PRAHY 14

SKRYTÉ PODZEMNÍ KRÁLOVSTVÍ NA HUTÍCH

Ukryté místo, mnohým obyvatelům Hutí neznámé. Fejkova pískovna, lidově nazývaná Bílý kůň, je podzemní prostor plný spleť chodeb, vytesaných do bílých pískovcových skal. Připomíná peklo, nebo středověké sklepení.

Zhruba na konci 19. století se zde začal těžit kvalitní písk, který našel v průmyslu a stavebnictví mnoho využití.

TAJEMSTVÍ BAŽANTNICE

Když se vydáte ze zastávky Hutě ulicí za Černým mostem kolem známé hospody Na Hrádku směrem k lesní a zahrádkářské oblasti zvané Bažantnice, v ulici Na Hutích po pravé straně naleznete informační ceduli zmiňující podzemí zvané Bílý kůň. Po pár krocích narazíte na zamčený ocelový poklop nad vzduchovou šachtou, přibližně 8 - 10 metrů hlubokou, která původně sloužila k odvětrávání prostor. V současnosti je to jediný dochovaný vchod do původní pískovny a před dvěma lety zde bylo vybudováno točité schodiště. Původně dovnitř vedlo vstupů hned několik, jedním dokonce mohly i nákladní automobily odvézt vytěžený písk. U hlavního vchodu se nacházela také vrátnice, jejíž zbytky jsou patrné dodnes.

Kousek od strmého vstupu se nachází impozantně dochovaný hlavní sál. Stropy obloukovitého tvaru na některých místech dosahují až 5 metrů. Z něj vede několik chodeb v různých výškových úrovních o přibližné délce 650 metrů. V chodbách jsou ale patrné závaly a ta hlavní po pár desítkách metrů končí v pískovcové skále. Chodby původně vedly ještě mnohem dále, ale jsou již nenávratně zničeny a jejich zmapování bohužel neproběhlo. K původnímu účelu pískovna sloužila do konce 2. světové války.



Pohled do Fejkovy pískovny.

Zdroj: mistamehomesta.cz

SKAUTSKÁ NÁVŠTĚVA

Ve 20. letech 20. století pískovnu na Hutích svou návštěvou poctila známá pražská spisovatelka a prozaička Popelka Billiánová, která byla velkou podporovatelkou českého skautingu. Pocity ze své návštěvy podzemí v Bažantnici popisuje následovně: „Chladný vzduch vás ovane a nohy se boří

do bílého písku. Jdete za světlem cestou necestou, pod vysokou klenbou velechrámu po jehož stráních tmí se boční lodi nebo chodby a v jehož středu svítí bílé sloupoví roztodivných útvarů pískovcových...“ dále zmiňuje: „A navštívíte-li toto skalní podsvětí po velkých deštích, zaleskne se vám vstříc z některého sálu podzemní jezírko, v němž vody jest na metr a více...“ (zdroj: Popelka Billiánová - ZE SKAUTSKÝCH JESKYN HLoubĚTÍNSKÝCH, časopis JAS, č.28, ročník 1927, str.4.-5.).



Zachovalé cihlové zdi.

Nejspíše pozůstatek z dob bývalého skladu.

Zdroj: mistamehomesta.cz

SKLAD V OBJETÍ PÍSKOVCE

Od 60. do 80. let 20. století se pískovna využívala jako sklad potravin pro státní podnik Potravinoprojekt, neboť v podzemí ani v létě teplota nepřesáhne 10 stupňů. Ovoce a zelenina se svázela ze sadů a polí nákladními vozidly, byla tříděna dle kvality, uskladněna do zimy a posléze rozvážena do prodejen. „Později se ve skladu začaly propadat stropy, a byl proto narychlo opuštěn a uzavřen.“ Píše Prof. Václav Cílek. (zdroj: Mladá fronta DNES - Regionální mutace Praha - 6.12.2006). Později byl hlavní vchod zavezen sutí a postupem času zarostl zelení, jako kdyby nikdy neexistoval. Pískovna byla postupně větracími a vstupními otvory zaplněna odpadky. Od roku 2007 není veřejnosti přístupná.

JAK ŠEL ČAS

Nedávno bylo podzemí kompletně vyčištěno a propadající se strop byl zabezpečen betonovými překladky. Při znovuobjevování zde byl zpozorován i biotop netopýrů, kteří v jeskyni našli ideální místo pro život a jsou chráněni zákonem. Bílý Kůň je neobyčejně krásné podzemí, jehož stav se díky péči v posledních letech velmi

zlepšil a my doufáme, že by snad jednou mohl být zpřístupněn veřejnosti.



Pohled do chodeb pískovny.

Zdroj: mistamehomesta.cz

LEGENDA NA ZÁVĚR

Psal se rok 1944, byla podzimní plískanice a už se začínalo stmívat. Celý Hloubětín byl tmavý, okna zatemněná, všude takové to zlověstné ticho, jako to za války bývá. Malá holčička nesla tatínkovi do dolu svačinu. Šla ke vstupu, ale tentokrát zde nikdo nehlídal. Chvilí váhala, ale pak se osmělila a vstoupila do spoře osvětlené šachty. To byla viděna naposledy a co bylo dál, nikdo neví. Hledali ji mnoho dní, našli jen prázdný rendlík od svačiny. O kus dál, před zazděným vchodem do dávno nepoužívané štol, pak ležela jedna rukavice. Jakoby prošla tou zdí. Přesně za rok, když nešťastní rodiče seděli u večeře, se najednou u stolu objevila jejich malá holčička s jednou rukavicí. Chvilí seděla a zase zmizela. Tak tomu bylo každý rok, vždy na konci října, dokud byli rodiče naživu. Od doby, kdy zemřeli a jejich dům byl zbourán, je děvčátko vidáno v ulicích Hloubětína. Loni, na konci října, když všude běhaly děti v maskách, se těsně před zavírací hodinou v kavárně H55 objevila holčička s jednou rukavicí. Mlčky si vzala čokoládovou tyčinku, vytáhla z kapsičky ušmudlaný papír a položila ho na pult. Byl to potravinový lístek z války. Pak průvan bouchnul dveřmi a než se servírka otočila, byla pryč holčička i to zvláštní platidlo. Tak letos přijďte také, třeba ji potkáte.

Zdroje: Kniha o Praze 14 a okolí (2000),

Hloubětínská Kronika část.3., autor. J.Břinek, druhapraha.cz

Zdroje fotografií: Fotografie byly k článku vstřícně poskytnuty stránkou mistamehomesta.cz. Projekt Místa Mého Města si bere za úkol provést Vás po místech naší metropole, která nejsou vždy běžně dostupná. Upozorňuje i na aktuální nebo naopak zaslé problémy, krásy nebo příběhy našeho města.

VŠECHNY TVÁŘE ČTRNÁCTKY



V nové aplikaci naší městské části **Moje 14** najdete praktické informace pro všední den i inspiraci pro volný čas. **Získejte včas informace o případných výpadcích energií, dopravních omezeních, ale třeba i o blokovém čištění komunikací.**

Aplikace je dostupná pro telefony Android i iPhone.

Stáhněte si

novou aplikaci
MČ Praha 14
Moje 14



INZERCE

TrustWorthy
Investment

**INVESTUJTE
DO ZLATA A STŘÍBRA**
s garantovaným výnosem

6%

- Spořte do zlata a zajistěte své stáří
- Ochraňte své úspory před inflací
- Prodej a výkup zlata a stříbra za skvělé ceny



TrustWorthy Investment Holding SE
OC Černá růže, Na Příkopě 12/853, 11000, Praha 1
Telefon: +420 736 478 376
e-mail: praha@twicz.cz
www.twicz.cz

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

KULTOVNÍ MUZIKÁL

LEGENDA JMÉNEM HOLMES

HUDBA/TEXTY/LIBRETO ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ

V HLAVNÍCH ROLÍCH
ANNA FIALOVÁ
ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ
A DALŠÍ

Hudební divadlo
Karlín

RV2201343/06

RV2201837/02

KD KYJE

The CELLO Boys



SLAVNÉ HUDEBNÍ HITY NA VIOLONCELLA

2. 11. 2022
19:00 hodin

KD Kyje, Šimanovská 47

Vstupné: 80 Kč



14 PRAHA
KULTURNÍ
www.praha14kulturni.cz
FB: Praha 14 kulturní

KD KYJE
www.kdkyje.cz
FB: kdkyje

KD KYJE



ZLATKA BARTOŠKOVÁ
KAŽDÁ PÍSNÍČKA MUSÍ MÍT V SOBĚ KUS ŽIVOTA

4. 11. 2022
19:00 hodin

KD Kyje, Šimanovská 47

Vstupné: 80 Kč



14 PRAHA
KULTURNÍ
www.praha14kulturni.cz
FB: Praha 14 kulturní

KD KYJE
www.kdkyje.cz
FB: kdkyje

SVATOMARTINSKÉ SLAVNOSTI



12. 11. 2022
od 14 do 18 hodin

KD KYJE
Šimanovská 47
Praha 9 - Kyje



14 PRAHA
KULTURNÍ
KD KYJE

společně
s penzionem
Šimanda

PROGRAM

Hudební doprovod,
workshopy pro děti,
ochutnávka
svatomartinských
dobrot.

16.11.22

Vstupné: 80 - Kč



19:00

ŽENY a ŽIVOT

FILMOVÁ KOMEDIE O ZAČÁTCÍCH, KONCÍCH A ŠANCÍCH



14 PRAHA
KULTURNÍ

www.praha14kulturni.cz
FB: Praha 14 kulturní

KD KYJE
www.kdkyje.cz FB: kdkyje



BIOGRAF KYJE

PLECHÁRNA

25.11.2022

Retro Party
80/90's + CZ hits

THE BEST MUSIC EVENT



DJ Michal Miki Tůma

Rezident:
Arabela Srdíčka Štvanice
Polská Krčma Savarin Mars
Parník Radia Bonton



DJ Vladimír 63

Rezident:
Arabela Zlatá Husa
Hanavský Pavilon Disco Brooklyn
Meloun Techle Mechtle

doors opens at 20h.

Start 21h. vstup 100Kč

Plechárna Černý Most
Bryksova 1002 / 20 • 198 00 Praha 14
www.plecharnacernymost.cz



14

Adventní fler market v H55

Prodej výrobků přímo od tvůrců

Šperky * hračky * háčkové a pletené výrobky *
oblečení a módní doplňky * keramika * papírová přání *
zero waste výrobky

Originální vánoční dárky * svařák * floristická dílna *
rozsvícení vánočního stromku

Vstup zdarma

Volnočasové centrum H55
1. adventní neděle

Neděle 27.11. 2022
od 10 do 17 hod.

14 PRAHA
KULTURNÍ

www.praha14kulturni.cz
@praaha14kulturni



Volnočasové
centrum
H55

Hloubětínská 1138/5
198 00 Praha 14

www.h55.cz
@hloubetinska55
@hloubetinska55

fler

Program

Mikulášská H55

27.11.

adventní neděle

Adventní Fler market v H55

4.12. 15.00–16.00 hod.

2. adventní neděle

Adventní koncert manželů

Moravcových

Vánoční písně a koledy v podání sopranistky
Libuše Moravcové Myrátské a tenora Josefa
Moravce za klavírního doprovodu Martina
Levického. Na programu zazní skladby
českých a světových autorů.

Vstupné: 120 Kč

5.12. od 16 a 19 hod.

Mikuláš v H55

Máte doma zlobidla či zlatíčka?
Přijďte zúčtovat jejich zaslouhy do H55
před nebeskou komisí.
Vstupné 50 Kč



Volnočasové
centrum
H55

14 PRAHA
KULTURNÍ

Hloubětínská 1138/5
@hloubetinska55 h55.cz

RŮHATÝ VÍKEND na Plechárně

3. 12. | SO | 15.00

O ROZMAZLENÉ KOZE LÍZE

Divadlo Pimpr(d)látko
Rozverná pohádka ze
selského dvora.

Poklidný život zvířátek
jejich hospodáře naruší
příchod rozmazlené
a mlsné kozy Lizy. Co se
všechno stane a jak to
dopadne? Přijďte a uvidíte
sami! Představení je
vhodné pro děti od tří let
a trvá 40 minut.

Vstupné: 50 Kč/osoba,
dětí do dvou let zdarma.



4. 12. | NE | 15.–18.00

ČERTOVSKÁ DISKOTÉKA

Zveme všechny čertíky
a čertice na pořádný
taneček!

Čeká nás spousta zábavy,
hudba, soutěže, pekelné
lumpárny, opékání
čertovských buřtíků
a soutěž o nejhezčí masku.
Oskočit si budete moc
i do nebe.
Přijďte, těšíme se na vás!
Vhodné pro děti
od 0 do 100 let.



17. 12. | SO | 15.00

VÁNOČNÍ PŘÍBĚH

Vánoční pohádka,
Divadlo KAKÁ
Autorská pohádka
o českých tradicích.

Vánoční příběh se celý
odehrává v jednom domě,
kde žije velká rodina.
Čtyři okna, čtyři příběhy.
Poetická pohádka plná
koled se opírá o původní
české tradice, jež jsou na
pozadí. Představení je
vhodné pro děti od tří let
a trvá 45 minut.

Vstupné: 50 Kč/osoba,
dětí do dvou let zdarma.



Bryksova 1002/20,
198 00 Praha 14

plecharnacernymost.cz
@plecharnacernymost

PLECHÁRNA

2 ST
19:00 **CELLO BOYS**
The Cello Boys zahraje na violoncella slavné hudební hity.
KD Kyje, www.kdkyje.cz, VSTUPNÉ: 80 Kč

19:30 **KLUB SENIORŮ V H55**
- **VÝLET DO DIVADLA STUDIO YPSILON**
21:15 H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 100 Kč

3 ČT
9:00 **MATEŘSKÉ CENTRUM KLUBÍK H55**
Společně si zacvičíme, zazpíváme, přečteme pohádku,
namalujeme veselý obrázek, pohrajeme si...
11:30 H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 50 Kč

14:00 ZPÍVÁNÍ S KYTAROU
Pravidelná setkání seniorů s písničkou.
16:00 Plechárna, www.plecharnacernymost.cz, VSTUPNÉ: zdarma

4 - 22
VÝSTAVA FOTOGRAFIÍ: PŘÍBĚHY PRAHY 14
Příběhy Prahy 14 je série prací profesionálních i amatérských fotografů, kteří se snažili zachytit obyčejné okamžiky, jež jsou v této čtvrti běžné.
za podpory MČ Praha 14
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: zdarma

4 PÁ
19:00 **VERNISÁŽ VÝSTAVY: PŘÍBĚHY PRAHY 14 + JAZZOVÝ KONCERT KVARTETA**
- **ALEXANDRA VAKHITOVA**
21:00 Zahájení výstavy fotografií z Prahy 14.
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: zdarma

19:00 KONCERT: ZLATKA BARTOŠKOVÁ
- Každá písnička musí mít v sobě kus života.
21:00 KD Kyje, www.kdkyje.cz, VSTUPNÉ: 80 Kč

5 SO
9:00 **TURNAJ VE STOLNÍM TENISU**
O pohár starosty MČ Praha 14.
Hala bazénu v Hloubětíně, Hloubětínská 80/32, Hloubětín
MČ Praha 14, www.praha14.cz, VSTUPNÉ: startovné 50 Kč

15:00 POHÁDKA: RONJA, DCERA LOUPEŽNÍKA
Pohádka podle literární předlohy Astrid Lindgrenové.
Divadlo KAKÁ, www.divadlokaka.cz
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 50 Kč/osoba, děti do 2 let zdarma

7 PO
14:00 **KLUB SENIORŮ NA PLECHÁRNĚ**
- **POZNÁVÁME ŠPANĚLSKO**
Objevujeme kouzlo Španělska.
16:00 Plechárna, www.plecharnacernymost.cz, VSTUPNÉ: 20 Kč

9 ST
16:00 **KOMUNITNÍ VAŘENÍ**
- Pojdme si uvařit poměrně klasickou polévku, kterou zná každý, ale tak trochu jinak. Řeč je o zelňačce.
18:00 Komunikční centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska, VSTUPNÉ: zdarma

18:00 WORKSHOP: PODZIMNÍ MASTIČKOVÁNÍ
- Volně navazující workshop výroby mastiček a tinktur,
19:30 registrace předem na info@h55.cz.
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 120 Kč

10 ČT
9:00 **MATEŘSKÉ CENTRUM KLUBÍK H55**
- Společně si zacvičíme, zazpíváme, přečteme pohádku,
11:30 namalujeme veselý obrázek, pohrajeme si...
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 50 Kč

15:00 ZPÍVÁNÍ PRO RADOST
- Na kytaru jako obvykle doprovodí Ing. Miroslav Rada.
17:00 Komunikční centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska, VSTUPNÉ: zdarma

19:00 NA STOJÁKA! DANIEL ČECH, DOMINIK
- **HEŘMAN LEV A ESTER KOČÍČKOVÁ**
21:00 Známa stand up comedy show přichází do Hloubětína.
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 300 Kč v předprodeji, 350 Kč na místě

12 SO-NE
10:00 **WORKSHOP: DUN DUN DANCE**
- Workshop afrického TANCE v kombinaci
s hraním na africké basové BUBNY.
13 12:00 H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: 900 Kč, registrace předem: akasha707@email.cz

12 SO
13:00 **SWAP V H55**
- Přijďte si „zaSWAPovat“ - vyměnit oblečení a věci za jiné.
20:00 H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: 80 Kč

14:00 SVATOMARTINSKÉ HODY
- I když nedorazí sv. Martin na bílém koni,
18:00 o zábavu bude postaráno.
KD Kyje a restaurace Šimanda, www.kdkyje.cz
VSTUPNÉ: zdarma

15:00 KOČÍČKA Z KÁVOVÉ PĚNY
Zveme vás do naší kuchyňky, kde to voní kafičkem a není úplně jasné, kdo se koho vlastně bojí.
Divadlo Na kárce, www.nakarce.cz/kocicka-z-kavove-peny
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 50 Kč/osoba, děti do 2 let zdarma

14 PO
14:00 **KLUB SENIORŮ NA PLECHÁRNĚ**
- **CHUŤ ŠPANĚLSKA**
16:00 Společné pečení francouzské dobroty.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 20 Kč

16:30 KREATIVNÍ DÍLNA:
- **VYROB SI OBRUČ NA HOOPING**
18:30 Přijďte si společně vyrobit a ozdobit svou vlastní obruč.
Komunikční centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska
VSTUPNÉ: zdarma

16 ST
14:00 **KLUB SENIORŮ V H55**
- **VÝROBA ADVENTNÍHO VĚNCE**
- Na adventní čas budeme připraveni včas.
16:00 H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 50 Kč

19:00 FILM: ŽENY A ŽIVOT
- Veselá komedie o každodenních starostech života.
21:00 KD Kyje, www.kdkyje.cz
VSTUPNÉ: 80 Kč

16 & 23 **ST** **18:00 - 20:00**
KURZY ŠITÍ: VÁNOČNÍ PATCHWORKOVÝ POLŠTÁŘEK I. & II.
 Přijďte si ušít vánoční patchworkový povlak na polštář.
 Registrace předem na info@h55.cz
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 500 Kč za oba kurzy

17 **ČT** **14:00 - 16:00**
ZPÍVÁNÍ S KYTAROU
 Pravidelná setkání seniorů s písničkou.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: zdarma

17:00
VÝSTAVA: ROZMANITOST
 Zahájení výstavy Jiřiny Olivové a Antonína Břicháčka.
 Galerie 14, náměstí Plukovníka Vička 685/10
MČ Praha 14, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: volné

19 **SO** **15:00**
POHÁDKA: POPELKA
 Nová loutková pohádka pro holky a kluky a pro všechny, kteří mají rádi příběh o Popelce a loutkové divadlo.
 Toy Machine, www.toymachine.cz/aktuality/2022/08/popelka
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 50 Kč/osoba, děti do 2 let zdarma

20 **NE** **15:00**
DIVADELNÍ POHÁDKA: ENE BENE ERBENE
 Pozor, pozor! Bude šrumeč! Divadlo Láryfáry vám zahraje ty nejkrásnější české pohádky.
 A všechny budou od Karla Jaromíra Erbena!
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 80 Kč

21 **PO** **9:00 - 12:00**
NORDIC WALKING
 Dynamická procházka se speciálními sportovními holemi.
 Komunikní centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska
VSTUPNÉ: zdarma

14:00 - 16:00
KLUB SENIORŮ NA PLECHÁRNĚ ŠPANĚLSKÁ HUDBA
 Zaposlouchejte se s námi.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 20 Kč

24 **ČT** **9:00 - 11:30**
MATEŘSKÉ CENTRUM KLUBÍK H55
 Společně si zacvičíme, zazpíváme, přečteme pohádku, namalujeme veselý obrázek, pohrajeme si...
H55, www.h55.cz, VSTUPNÉ: 50 Kč

15:00 - 17:00
ZPÍVÁNÍ PRO RADOST
 Na kytaru jako obvykle doprovodí Ing. Miroslav Rada.
 Komunikní centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska
VSTUPNÉ: zdarma

20:00
SBÍRKA MODRÝCH PŘEDMĚTŮ
 Repríza autorského divadelního představení oslavující pestrost ptačí říše.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 250 Kč dospělí, 190 Kč studenti

25 **PÁ** **20:00**
SBÍRKA MODRÝCH PŘEDMĚTŮ
 Repríza autorského divadelního představení oslavující pestrost ptačí říše.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 250 Kč dospělí, 190 Kč studenti

21:00
RETRO DISKOTÉKA NA PLECHÁRNĚ
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 100 Kč

26 **SO** **15:00**
POHÁDKA: POCHODEM ĚAP!
 Zvířecí pohádka o cestě domů.
 POHADLO aneb Pohádkové kukadlo,
www.facebook.com/pohadlo/about
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 50 Kč/osoba, děti do 2 let zdarma

27 **NE** **10:00 - 17:00**
ADVENTNÍ FLER MARKET
 1. adventní neděle: Vánoční Fler market v H55
H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: zdarma

15:00 - 16:00
POHÁDKA: JAK NA OBRA
 Pohádka pro nejmenší.
 KD Kyje, www.kdkyje.cz
VSTUPNÉ: 50 Kč

26 **SO** **14:00 - 16:00**
KLUB SENIORŮ NA PLECHÁRNĚ AKVAREL PRO RADOST
 Akvarel s Olgou Václavkovou.
Plechárna, www.plecharnacernymost.cz
VSTUPNÉ: 20 Kč

30 **ST** **9:00 - 14:00**
PROCHÁZKA KLÁNOVICKÝM LESEM
 Odchod z KCK v 9 hodin.
 Komunikní centrum Kardašovská
www.bit.ly/KCKardasovska
VSTUPNÉ: zdarma

14:00 - 16:00
KLUB SENIORŮ V H55 NEPEČENÉ CUKROVÍ
 Přijďte se podělit o vaše recepty na nepečené cukroví, některé si hned připravíme.
H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: zdarma

17:45 - 20:15
KURZ NITĚNÉ GRAFIKY: ANDĚL
 Přijďte si vytvořit osobního ochránce - anděla technikou nitěné grafiky.
H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: 500 Kč, registrace předem: vesellenka@seznam.cz

19:30 - 21:30
DIVADELNÍ IMPROVIZACE: PŠT A HOSTÉ
 Prostor, postavy i děj se rodí na základě vašich přání, to je improvizované představení.
H55, www.h55.cz
VSTUPNÉ: zdarma

BYDLENÍ

- Koupím jakýkoliv byt na Praze 14 a v nejbližším okolí jako budoucí investici pro moje děti. Nevadí i právně komplikované případy. Výkup bytu i s věcným břemenem na dožítí možný. Děkuji za nabídku, tel. 728 384 509
- Koupím chatu, chalupu do 50km od Prahy, v dobrém i špatném stavu. Děkuji za nabídku, tel. 725 911 070
- Hledám menší byt do 15 tisíc nebo větší do 20 tisíc pro 2 osoby - pár. Dlouhodobě, může být balkon, centrum do 30 minut. Zařízení na dohodě. RK nevolat. Děkuji. 605 845 088
- Přímý zájemce koupí byt pro své děti. Seniora mohu nechat v bytě na dožítí. Na velikosti a stavu bytu nezáleží. Vyplatím dluhy nebo uhradím privatizaci. Tel.: 608 661 664

SLUŽBY

- !! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU !! Vyklízení sklepů, bytů, pozůstalostí atd. Na ložíme a odvezeme cokoli. Vše za rozumnou cenu. Stěhování-Doprava. Tel.: 773 484 056
- Vážení zákazníci, nabízíme malířské práce, štukování stěn i stropů. Tel. 606 227 390, jsaifrt@seznam.cz

■ OPRAVA ŽALUZÍ - VÝMĚNA VODÍCÍCH LANEK - NOVÉ ŽALUZIE - VERTIKÁLNÍ ŽALUZIE NA LODŽIE - SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN A BAL. DVEŘÍ - SÍŤE PROTI HMYZU Tel: 733 720 950, pavel.janci@email.cz

■ Stěhovací a vyklízení práce provádíme již 7 let. Máme zkušenosti, svały, vybavení a kvalitní vozový park. Svátky a víkendy bez příplatků. Km po Praze zdarma. 702 111 999 www.stehovanivpraha.cz

■ Rekonstrukce bytových jader, provádíme kompletní rekonstrukce bytů, domů a nebytových prostor. Tel: 732 359 883, www.rek-bachr.cz

■ Instalátorské práce, topení. Výměna kuch. desek a dřezů. Volek. Tel. 602 649 359

■ MATRACE NA MÍRU - prodej - molitany, mol.drt, koženky, potahové látky, juta, plátina a jiné. Čalounictví Na Veselí 2 - za rohem domu, P4, parkování v místě. Tel.: 241 402 270. www.molitany.cz

■ MASÉR - FILIP rozšiřuje svoji klientelu. Jahodnice, Bajgarova 1159, možná masáž i u zákazníka. Tel: 602 884 072

■ Trápí vás počítač? Počítejte s námi! Provádíme čištění, zrychlení, instalace, opravy, vzdálenou pomoc, obnovu dat i DOUČOVÁNÍ. Volejte 731 732 737. Těšíme se na vás. Váš itcan.cz

■ Provádím zednické a malířské práce, obklady, dlažby a další práce dle domluvy. Více na tel: 721 757 399

■ MASÁŽE známými technikami, vč. masáže LYMFATICKÉ, lávovými kameny i vakuovými baňkami. Trápí vás bolest občas, nebo je už chronická? Zavolejte, přijedu k vám, nebo Praha 9 Kyje. 725 174 978

OSTATNÍ

■ STUDIO ORIFLAME na Černém Mostě - objednávkový katalog, registrace, testy, dárkové sady, akce. Centrum Strašnice je zavřeno, přijďte k nám! Bryksova 772. T: 732 779 959, www.studiopraha9.cz

■ KOUPIM KNIHY, ČASOPISY, DROBNOU GRAFIKU, POHLEDNICE I CELÉ KNIŽNÍ POZŮSTALOSTI NABÍDNĚTE. TEL. 603 247 819 EMAIL: CENTRUMS.T@POST.CZ

Rádkovou nzerci v těchto novinách pro vás zajistí:

733 720 744 hrda@regvyd.cz

Růžena Hrdá

REGIONÁLNÍ VYDAVATELSTVÍ

EKOLOGICKÁ LIKVIDACE ZDARMA



Zajistíme odtah
✓ ZDARMA

Vystavíme protokol likvidace
✓ ZDARMA

Odhlásíme vůz na úřadě
✓ ZDARMA

605 238 887

Autocentrum Vojkov s.r.o.
K Nemocnici 50
251 62 Tehovec - Vojkov
www.likvidace-vojkov.cz

LIKVIDACE VOJKOV



Koupím moto československé výroby: Stadion - Jawetta - Pařez - Pionýr - Jawa - CZ ...atd, v původním nálezu stavu: koroze, nekompletní, popřípadě pouze díly k těmto motocyklům.

Děkuji za nabídku.
Tel: 722491746

Nabízíme úvěry bez
i se zástavou nemovitosti
či refinancování
nevýhodného úvěru.

Řešíme i nepříjemné finanční
situace jako jsou
exekuce či blížící se dražby
u vašeho domu.

V případě potřeby
tel: 728 816 350

e-mail:
podnikatelskeuvetry@seznam.cz

VÝSTAVBA BYTOVÝCH DOMŮ II. etapa

MNICHOVO HRADIŠTĚ
v ulici V Cestkách



Stavokombinat Invest s.r.o.
Vesecká 97/12
460 06 Liberec 6
tel. 602 447 921
mail: janeba@stavokombinat.cz
<https://www.stavokombinat-invest.cz/>



Nabízíme k prodeji byty a prostory pro služby a obchod

Předpokládaný termín dokončení konec roku 2024

V tajence najdete konec citátu neznámého autora:
 „Ber vše, co ti život dá: radost, bolest, žal i lásku. Život je jen karneval, v němž...”

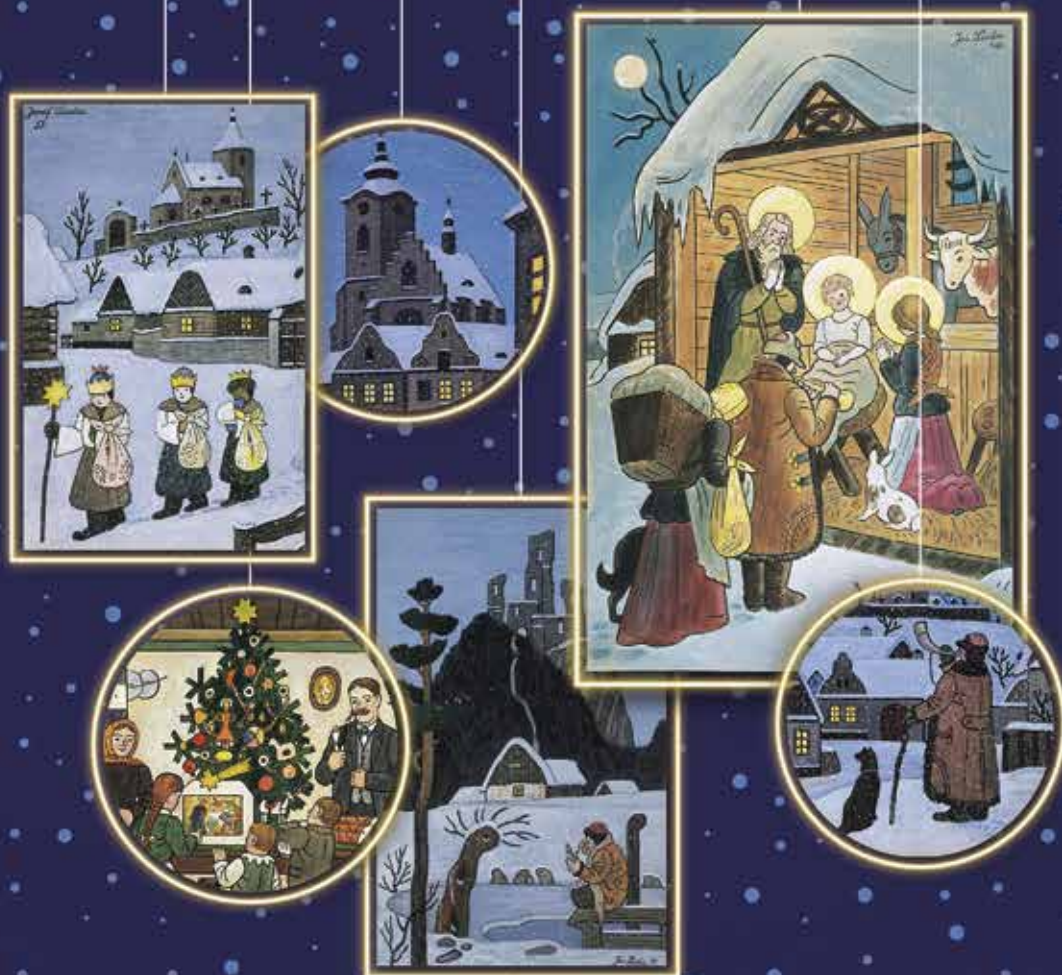
POMÍČKA: AKIS, AVUS, ESER, IGARKA, IUNO, RAB	ODPOR	NĚMECKÝ KAMEJE	ZN. ZANIKLÉHO PRVKU ILLUNIA	VIDINA VE SPÁNKU		BARYON	DESETINA HEKTARU		SPISOVA- TELÉ	ZKR. ALBÁNSKÁ TISK, AGENTÚRA	LATINSKÝ O		JMÉNO DESTINNÉ	DÁNSKÝ SKLADATEL	TÁBORNÍK	X	DRUH KOMU- NIKACE NA INTERNETU
BÁJNÝ STARO- RECKÝ PASTÝŘ				TU MÁŠ			POŘÁDEK					EGYPTSKÁ PLOŠINA					
				ROZHODNE			ŠEK (ŘÍDCE)					BÝVALÉ NĚM. PLATIDLO					
SBOHEM				BAREVNÁ								KRÁTKÝ ČASOVÝ ÚSEK					
NÁZEV HLÁSKY			HNOJIVO				ZNAČKA VYSAVAČU				ŘÍDKÉ BLÁTO						
			CHEM. ZN. ZINKU								FR. JEDEN						
AERUGO				NÁZEV HLÁSKY			PŘEDLOŽKA			JIŽ			INIC. ZPĚVÁKA MUKA			JAPONSKÉ VÍNO	JEDNOTKA DĚLKY
				POSTAVA			ZKR. ČERVENÉHO KRÍŽE			ASOCIACE TELEV. ORGANIZACÍ (ZKR)			ANGL. ČLEN URČITÝ				
SENA							ZPŮSOBIT ÚRAZ						MARÉ- CHALOVY INIC. PRUDKÉ POHNUTÍ MYSLI				
							ČASNÉ										
NÁZEV NOSOVKY			TAJENKA 1 SŮL KYSELINY UHLIČITE								SPZ KUTNÉ HORY					EINSTEI- NOVY INICIÁLY	
											ZŘICENINA					TRUMFY	
	HLAS HADA	ČESKÝ ZPĚVÁK					ZNAČKA SÝRA					VÝSLEDEK					
		NADÁVAT					AMATÉRSKÁ VOLEJBA- LOVÁ LIGA					NEMOTORI- ZOVANÝ					
OPAK SILNÉ						ČÁSTICE				ANGL. NAHORU			SOCIALISTA - REVOLUCIO- NÁŘ (ZKR)				
						ZAKLADATEL SOKOLA				ROUBOVAT			HORA ČES- KÉHO LESA				
BIBLICKÁ POSTAVA				TVOJE						ŠTĚTEC						V LOŇSKÉM ROCE	INDIÁN
				DĚTSKÝ POZDRAV						MRTVÉ							
BÝVALÁ POLICEJNÍ ZKRATKA				OKVĚTNÍ PRAŠEK						UKLIDNIT						POPĚVEK	
				ZNALOST						ZNOVU						ZLODĚJ	
	ANGL. CESTA	ZABĚHAČOVÁ POCHOUTKA					TAJENKA 2										
		BERLÍNSKÝ AUTODROM					VÝBĚROVÉ ŘÍZENÍ								CÍRKEVNÍ DUCHOVNÍ KNĚZ		
															SVÍTILNA		
ZČASNA				PŘÍKOP U CESTY								PLANETKA					
				PŘÍSTAV NA JENISEJI								LYŽE					
MOUCHY SAJÍCÍ KREV					HLAVNÍ MĚSTO NORSKA						DOHAZOVAČ						
					NEJVYŠŠÍ KARTA						ZRNÍ K SETI						
PŘÍSTROJ NA SVÁŘOVÁNÍ PLAMENEM								VYBAVENÍ PŘEDSTAVY								OCHRÁN- KYNÉ STAROŘÍM- SKÝCH ŽEN	MAST NA OBLIČEJ
								NOVÁČEK									
SPZ DUNAJSKÉ STREDY			TAJENKA 3						PŘÍBLIŽNÉ				MUŽSKÉ JMÉNO (26.10.)				
			PŘEHÁŇKA						DUCHOVNÍ				PRAŽSKÁ SPZ				
	ZKR. SVĚTOVÉ STRANY	POKAZITI										JMÉNO LONGENA					
		ALŠOVY INICIÁLY										OZNAČENÍ LETADEL VANUATU					
CITOSLOVCE SMRSKNUTÍ						OBEČ U PISKU				VYPUZENÉ							
SLUŽBA NA LODI						ŠPATNÉ				MALÁ OJ					OKRESNÍ MUZEUM (ZKR.)		

Tři vylosovaní luštitelé získají dárkové balení předmětů od MČ Praha 14. Správné řešení tajenky se svou adresou a telefonním číslem pošlete do 15. listopadu 2022 e-mailem na adresu: ctrnactka@regvyd.cz, nebo v označené obálce s heslem KŘÍŽOVKA na adresu: Úřad MČ Praha 14, Bratří Venclíků 1073, 198 21, Praha 9. Řešení tajenky lze také odevzdat osobně v zalepené a označené obálce na podatelnu úřadu.

Tajenka říjnového vydání časopisu Čtrnáctka (2022/10) zní: „Život by byl tragédií, KDYBY NEBYL VTIPNÝ.“ Vylosování výherci jsou: Irena Bátorová, Praha 9; Tomáš Petružálek, Praha 14; Blanka Vlasáková, Praha 14. Všichni výherci získávají dárkové balení předmětů od MČ Praha 14. Gratulujeme!

Výhry si můžete vyzvednout v budově Úřadu MČ Praha 14, číslo kanceláře 107, 1. patro, budova 1073. Před vyzvednutím prosím kontaktujte pověřené pracovnice na e-mailech: veronika.berna@praha14.cz, nebo: lucie.hlavackova@praha14.cz.

Ladovské Vánoce



LEDNÍ SHOW

19. 11. | OD 17 HOD.

PŘIJĎTE S NÁMI ZAHÁJIT PŘEDVÁNOČNÍ OBDOBÍ NA JEDINEČNÉ SHOW
ZA ÚČASTI DANY MORÁVKOVÉ A PŘEDNÍCH ČESKÝCH KRASBRUSLAŘŮ.

VÍCE INFO NA WWW.CENTRUMCERNYMOST.CZ



CENTRUM
ČERNÝ MOST

