14



2026/11

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14

TÉMA

Zdravá Praha 14: zpomalte, pečujte, nenechte se překvapit str. 4–7

PARTICIPATIVNÍ ROZPOČET

Čtrnáctka podle vás: Navrhněte projekt a rozhodněte o dění ve svém okolí str. 10

POZVÁNKA

Rozsvícení vánočního stromku Prahy 14 už 30. 11. 2026 na Rajské zahradě str. 24

měsíčník městské části Praha 14 | NEPRODEJNÉ | www.praha14.cz

ZAHRADNÍ ČTVRŤ KYJE



Velkorysý dům 6+kk s vaším rukopisem

Neplaťte za kompromisy a **navrhněte si interiér přesně pro vaši rodinu.**

- 172 m² prostoru
- Osobní prohlídka
- Rajská zahrada
- Úpravy na míru

www.zahradnictvrtkyje.cz

RV2601649/01

editorial

MILÍ SOUSEDÉ,



podzim nepatří mezi nejoblíbenější roční období. Plískanice, zima, zkracující se dny – to všechno se podepisuje na naší náladě. Na druhou stranu: je to tak každý rok a stěžováním si slunce nepřivoláme. Hlavní je úhel pohledu. I procházka v mlze má svou atmosféru, stejně jako barvami hrající listí na stromech. A co teprve jídlo... Kdo by odolal pečené huse, voňavému koláči nebo hrnku dobrého svaráku? Podzim zkrátka nabízí spoustu příležitostí k radosti a byla by škoda je nechávat bez povšimnutí.

Na listopad a první polovinu prosince jsme pro vás připravili tradiční porci zábavy. Vyrazit můžete na výstavy a koncerty komorní hudby do Galerie 14 na Černém Mostě nebo na oblíbené Svatomartinské slavnosti v Kyjích. Vánoční stromek Prahy 14 budeme rozsvěcet 30. 11., i tentokrát na prostranství před stanicí metra Rajská zahrada. V období adventu vás pak čeká ještě například turnaj v pétanque na Plechárně nebo kyjský Vánoční punč.

Během předposledního měsíce roku si každoročně připomínáme Památku zesnulých neboli Dušičky. Vzpomínáme na blízké, kteří nás již opustili. A často hledáme hlubší smysl svého konání. Přeji nám všem, abychom toto období dokázali využít ke zklidnění a k zamyšlení nad hodnotami, jež nás spojují a dělají lepšími.

Rád bych touto cestou připomněl také probíhající vlny Corrency. Program zaměřený obecněji, tedy na finanční pomoc s nákupy zboží a služeb, je již naplněný. Ve vlně nabízející podporu zdraví a zdravého životního stylu občanům nad 65 let je však stále volno. Opakuji: nebojte se a přihlaste se. Můžete získat příspěvek až 1000 korun. Pokud potřebujete pomoci s registrací, obraťte se na kontaktní místo úřadu v Polyfunkční budově Černý Most. Podrobnosti najdete na webu praha14.corrency.cz.

V plném proudu je také 6. kolo participativního rozpočtu Čtrnáctka podle vás. Podívejte se na stránky projekty.praha14.cz. Na občanské projekty podané v této výzvě radnice uvolnila 6 milionů korun. Své návrhy můžete zasílat nejpozději do konce tohoto roku.

Závěr úvodního slova bych rád využil k upřímnému poděkování všem, kteří přišli k nedávným komunálním a senátním volbám. Svou účastí jste dali najevo, že vám záleží na místě, kde žijete, i na tom, jakým směrem se bude ubírat jeho další rozvoj. Každý odevzdaný hlas je důležitým projevem občanské odpovědnosti. O tom, jak konkrétně bude vypadat složení budoucí rady městské části, se definitivně rozhodne na ustavujícím jednání zastupitelstva.

Přeji Vám krásné podzimní dny bez starostí.

Váš starosta
Jiří Zajac

Šéfredaktorka:
Petra Trnková
e–mail: trnkova@regvyd.cz
Plošná inzerce:
Zuzana Tomaschková, 605 405 799,
tomaschkova@regvyd.cz,
Vít Vrbický, 603 786 170,
vrbicky@regvyd.cz
Řádková inzerce:
Gabriela Charvátová, tel.: 733 177 027,
radkova.inzerce@regvyd.cz

NENAŠLI JSTE ČTRNÁCTKU VE SVÉ SCHRÁNCE?
Kontaktujte nás na e–mailu 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: Ing. Žofie Zemanová, členové: Bc. Eva Ingrid Antl Burianová, Mgr. Irena Kolmanová, Barbora Žáková, Ing. Jan Liška, Ing. Petr Hukal, DiS., Ph.D., Soňa Tománková • 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).
Foto podzimní fotografie na titulní straně: Lucie Hlavačková

Zdravá Praha 14: zpomalte, pečujte, nenechte se překvapit

TEXT: PETRA TRNKOVÁ, REDAKCE

JAK SI STOJÍME SE ZDRAVÍM, CO MŮŽEME UDĚLAT PRO JEHO UDRŽENÍ A PROČ SE VYPLATÍ NEPODCEŇOVAT PREVENCI? ODPOVĚDI NABÍDL TRADIČNÍ DEN ZDRAVÍ NA POLIKLINICE PARNÍK, KTERÝ PŘEDSTAVUJE SOUČÁST ŠIRŠÍHO PROGRAMU ZDRAVÍ PRAHY 14.



Měření krevního tlaku bylo jednou ze součástí Dne zdraví Prahy 14 Foto: Tomáš Turek

I když Světový den zdraví připadá na duben, Praha 14 ten svůj už po mnoho let organizuje na podzim. Letos připadl na čtvrtek 22. října, a přestože bylo venku chladno a pošmourno, atmosféra na Poliklinice Parník byla vyloženě hřejivá. Už ve vestibulu vítala příchozí přátelská hosteska, která je pozvala a nasměrovala do vyčleněného prostoru v prvním patře. „Prevence je pro naše zdraví zásadní. Když se člověk včas dozví, že není zdravotně zcela v pořádku, je šance na úplné uzdravení mnohem vyšší, než když se počáteční fáze onemocnění zanedbá. Jak říká přísloví, zdravý člověk má mnoho přání, ale nemocný má jen jedno," popsala radní pro zdravotnictví a sociální oblast Prahy 14 Aneta Hejrovská, do jejíž gesce akce spadá a a jíž se ona sama se pravidelně účastní.

„Den zdraví pořádáme už mnoho let, spolupracujeme tedy se zkušenostmi ověřenými partnery. Díky nim se tu návštěvníci cítí příjemně a vítaní, atmosféra je až rodinná," vysvětlila Petra Hubková, pracovnice Oddělení sociální pomoci a prevence Prahy 14. Každý asi někdy narazil na plnou čekárnu, lékaře, který sotva zvedne oči od monitoru a nepříjemnou odběrovou sestřičku, neskrývající rozmrzení nad tím, že z vás krev neteče dostatečně rychle. Tady je to jiné. Pracovníci z laboratoře Vidia-Diagnostika nespěchají, u měření tlaku či odběru kapky krve z prstu na vyšetření orientační hladiny cukru a cholesterolu v krvi si s vámi popovídají o tom, jak spíte a co vás trápí, a poradí, jak se chovat během epidemií virových onemocnění. I když tu brzy po ránu (na odběry je třeba přijít na lačno) bývá docela rušno a na výsledek cholesterolu se chviličku čeká, rozhodně nemáte pocit, že někoho zdržujete či obtěžujete.

PREVENCE, KTERÁ MŮŽE ZACHRÁNIT ZDRAVÍ I ŽIVOT

K dalším tradičním tématům Dne zdraví patří prevence nádorových onemocnění, kterou zajišťují také již dlouholetí partneři, Liga proti rakovině a organizace žen s nádorovým onemocněním ŽAP. Liga proti rakovině sídlí přímo na Poliklinice Parník o pár pater výš a provozuje poradenskou nádorovou linku. Asi znáte i žluté kytičky měsíčku lékařského, které každý rok v květnu zaplaví stanice metra a ulice. Na Dni zdraví byly k dispozici informační materiály, ale také lékařka, se kterou se bylo možné poradit či domluvit konzultaci. Klub ŽAP je pak organizace pacientská, sdružuje ženy, které nádorovým onemocněním prošly. Na maketě se tu můžete naučit, jak správně provádět samovyšetření prsů a varlat. Z příběhů s dobrým koncem, které se během nácviku dozvíte, sice zamrazí, ale zároveň si uvědomíte, že vám pár minut času měsíčně může zachránit zdraví, potažmo život. Na prevenci rakoviny prsu se městská část Praha 14 zaměřuje i v dalším bodě Programu zdraví, přispívá na mamografické či sonografické vyšetření prsu.

ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL V KAŽDÉM VĚKU

Velmi oblíbený je stánek věnovaný správné ústní hygieně a prevenci zubního kazu s dentální hygienistkou a garantkou odborné praxe studijního programu Dentální hygiena na 3. LF UK v Praze Petrou Křížovou. Ta s nadhledem a vtipem vypráví o úskalích správného čištění chrupu. U stánku najdete vzorky zubních past, různé druhy kartáčků a dalších dentálních pomůcek. Na modelech si tu můžete vyzkoušet, zda všechny umíte správně používat. Petra Křížová společně se svými studenty organizuje také akce zaměřené na prevenci zubního kazu u dětí v mateřských školách Prahy 14, které představují další položku v Programu zdraví Prahy 14. „Začít s nácvikem správné dentální hygieny už v nejútlejším věku je důležité. My se snažíme dětem i dospělým vysvětlovat, že s čištěním zubů je to stejné jako s nácvikem každé jiné dovednosti. Zavázat si tkaničky perfektně se také dítě nenaučí hned, chce to čas.

Mnoho dětí si chce zuby čistit samo, brání se pomoci ze strany rodičů, ale zuby „šmidlají“ špatně,“ vysvětlila Křížová. A úskalí přichází i později, kdy se mění dětský chrup za stálý a v puse jsou současně mléčné zoubky, mezery i stálé zuby. Tehdy je často potřeba techniku čištění upravit a není žádná ostuda přijít se poradit s dentálním hygienikem. „Samostatným tématem je pak přemíra sladkých nápojů, které dnešní děti konzumují, bez cukru kaz nevznikne,“ doplnila Křížová.

Součástí Programu zdraví Prahy 14 jsou také plavenky pro seniory do hloubětínského bazénu. Plavání představuje ve vyšším věku vhodný pohyb: voda nadlehčuje tělo, méně zatěžuje klouby a současně vytváří odpor, proti kterému svaly pracují. Vhodné je rovněž cvičení pilates, ke kterému nepotřebujete žádné pomůcky, a cvičit můžete doma. Na YouTube kanále Prahy 14 najdete šest lekcí se zkušenou lektorkou Martinou Ďubašíkovou, které vám mimo jiné pomohou s bolestí zad a udržením kondice ve vyšším věku. Do konce prosince také běží projekt Corrency pro seniory starší 65 let, zaměřený na podporu zdraví a zdravého životního stylu. Nabízí příspěvek až 1 000 Kč, který můžete využít u registrovaných obchodníků a poskytovatelů služeb, například v rehabilitačním centru RehaFit nebo u Dědka kořenáře ve vestibulu metra Rajská zahrada. Informace o tom, jak se Corrency zúčastnit, najdete na webu praha14.corrency.cz.

Podzim nemusíme jen přečkat

Kratší dny, méně světla a návrat do pracovního tempa mohou ovlivnit naši energii i náladu. Jak poznat, kdy jde jen o přechodnou únavu a kdy už je na místě zbystřit? O tom, jak pečovat o psychickou pohodu během podzimu a proč se nebát říct si o pomoc, jsme hovořili s MUDr. Pavlínou Klusáčkovou, lékařkou Kliniky pracovního lékařství Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, která se ve své praxi věnuje psychosomatické medicíně a péči o duševní zdraví.

Proč na podzim lidé pociťují pokles energie, horší náladu nebo větší únavu?

Často to souvisí s koncem léta a návratem do běžného pracovního režimu. Po období dlouhých dnů, slunečného počasí a více času stráveného venku přichází podzim s kratšími dny, menším množstvím přirozeného světla a proměnlivým počasím. Před námi je navíc delší období bez vidiny výraznějšího odpočinku.

Čím to, že v našem psychickém rozpoložení hraje denní světlo tak velkou roli?

S kratšími dny a pozdějším rozednýváním jsme více vystaveni umělému osvětlení, které přirozené sluneční světlo nedokáže plně nahradit. To může ovlivňovat produkci melatoninu, hormonu důležitého pro zdravý spánek. Ranní sluneční světlo zároveň podporuje tvorbu kortizolu, který pomáhá organismu nastartovat den a dodává nám energii. Souvisí také s produkcí serotoninu, často označovaného jako „hormon štěstí“, který přispívá k dobré náladě a psychické pohodě. U citlivějších osob mohou být změny nálady výraznější a vést ke vzniku úzkostí či depresí.



Foto: archiv MUDr. Klusáčkové

Jak poznat rozdíl mezi běžnou špatnou náladou a vážnějšími psychickými obtížemi?

Špatnou náladu občas míváme všichni. Je to však stav, který trvá jen chvíli, nepřetrvává několik dní či týdnů. Pozornost bychom měli věnovat také ztrátě zájmu o aktivity, které nám dříve přinášely radost, pocitům apatie či nechuti opouštět domov nebo vstávat z postele. Psychická nepohoda se často projevuje i fyzicky. Může jít o bolesti hlavy, bušení srdce, zažívací potíže, tlak na hrudi nebo poruchy spánku. Ty se mohou projevovat obtížným usínáním, častým probouzením během noci nebo příliš brzkým ranním vstáváním, po němž už nedokážeme znovu usnout. Pokud se tyto příznaky objevují dlouhodobě, je vhodné jim věnovat pozornost a případně vyhledat odbornou pomoc.

Setkáváte se stále s tím, že se lidé stydí říct si o pomoc?

Bohužel ano. Řada lidí má stále pocit, že by vše měli zvládat sami. Obávají se, že jinak je bude okolí považovat za méně schopné či spolehlivé. Jít k lékaři s tím, že vás bolí koleno, je zkrátka daleko jednodušší než říct, že trpíte úzkostmi. Přitom včasné vyhledání odborné pomoci může předejít dalšímu zhoršování obtíží. Mladší generace již k péči o duševní zdraví přistupuje otevřeněji.

Co může každý z nás udělat pro svou psychickou pohodu během podzimu?

V první řadě můžeme zkusit přestat k podzimu přistupovat jako k období, které musíme jen „přečkat“. Pomáhá věnovat se aktivitám, které nám přinášejí radost, vrátit se ke koníčkům, pravidelnému pohybu… Při procházkách si můžeme všímat barev, které podzim přináší, vnímat různé vůně. Můžeme si také užívat dobré jídlo, setkávání s kamarády a s rodinou. Právě prohlubování sociálních kontaktů patří mezi nejúčinnější způsoby, jak podpořit psychickou odolnost.

Ne každý je stále obklopen přáteli a rodinou. Například řada seniorů tráví mnoho času sama, což může být v čase podzimních plískanic ještě těžší než jindy. Co byste jim doporučila?

Osamělost může být pro psychickou pohodu náročná v každém věku a na podzim bývá její dopad často ještě výraznější. Proto je důležité vyhledávat příležitosti k setkávání s druhými lidmi. Seniorům mohou pomoci kluby, společné procházky či tvůrčí dílny, které přinášejí nejen program, ale i nové sociální kontakty. Pro některé může být přínosem také domácí zvíře, které dodává

denní režim a motivuje k pravidelnému pohybu i setkávání s ostatními. Smysluplné jsou rovněž mezigenerační projekty, třeba čtení dětem v mateřských školách. Důležité je zůstat v kontaktu s lidmi a mít pocit, že někam patříme a jsme potřební.

Opravdu platí, že „špatnou náladu si člověk nesmí připouštět“?

S tímto tvrzením bych úplně nesouhlasila. Potlačované emoce totiž zpravidla nemizí, naopak mohou sílit. Pokud si budeme namlouvat, že špatnou náladu nemáme, i když ji ve skutečnosti prožíváme, problém tím nevyřešíme. Mnohem užitečnější je připustit si, jak se opravdu cítíme. Špatná nálada, smutek nebo vztek jsou přirozenou součástí života a zažívá je každý z nás. Důležité je své emoce vnímat, pojmenovat a snažit se porozumět tomu, co nám sdělují. Často zjistíme, že za prvotním vztekem se skrývá například zklamání, smutek nebo nejistota. Když své pocity dokážeme rozpoznat, můžeme s nimi lépe pracovat a hledat způsoby, jak svůj stav postupně změnit. Naopak jejich potlačování může vést k tomu, že se v nepříjemných pocitech ještě více uzavřeme.

Movember: Knír, který může zachránit život

Knír jako symbol, prevence jako cíl. Tak by se dala stručně shrnout celosvětová kampaň Movember, do které se v posledních letech zapojuje také Praha 14. Průběžnými osvětovými aktivitami, akcí Knírate odpoledne i podporou představitelů městské části připomíná, že o mužském zdraví je třeba mluvit otevřeně a bez předsudků.



Foto: Shutterstock.com

Listopad bývá tradičně spojený s narůstajícími kníry. Nejde však o módní výstřelek nebo recesi. Charakteristický knír je symbolem kampaně Movember, která upozorňuje na význam prevence a včasné diagnostiky onemocnění, především rakoviny prostaty a varlat. Právě včasné odhalení zdravotních problémů často rozhoduje o úspěšnosti léčby.
Praha 14 se k této myšlence hlásí již několik let. Kromě informační podpory pořádá také oblíbené Knírate odpoledne, během něhož si mohou návštěvníci vyslechnout odborné přednášky, získat praktické informace o prevenci a zároveň strávit příjemný čas v neformální atmosféře. Letos se akce uskuteční 29. listopadu od 15 hodin, tradičně v hloubětínském centru H55.
„Na Praze 14 chceme podporovat aktivity, které pomáhají lidem pečovat o své zdraví. Movember k nim určitě patří. Chceme mužům otevřeně, srozumitelně a s nadhledem připomenout, že má smysl věnovat se svému zdraví a neodkládat preventivní prohlídky. Budu rád, pokud právě zapojení Prahy 14 někoho povzbudí, aby se na prohlídku objednal,“ uvedl radní Jan Liška, do jehož gesce zapojení do kampaně spadá.

KDYŽ PREVENCE NENÍ SAMOZŘEJMOSTÍ

Přestože lékaři význam preventivních prohlídek zdůrazňují dlouhodobě, řada mužů návštěvu ordinace odkládá až do chvíle, kdy se objeví zdravotní obtíže. Právě na tento problém Movember upozorňuje. Jeho cílem je připomenout, že starat se o své zdraví není projev slabosti, ale zodpovědnosti vůči sobě i svým blízkým.
Důležitou roli hraje také osvěta. Mnoho lidí totiž stále neví, jaké příznaky by neměli přehlížet nebo kdy je vhodné obrátit se na odborníka. Otevřená diskuze, sdílení zkušeností a dostupné informace mohou pomoci překonat ostych a zvýšit ochotu mužů věnovat svému zdraví větší pozornost.

KNÍRY NA RADNICI

K podpoře kampaně se pravidelně připojují také někteří političtí představitelé Prahy 14, kteří si během listopadu nechávají narůst knír. „Knír je drobné gesto, které může vzbudit zájem a dát příležitost k rozhovoru o tématu, kterému se muži často vyhýbají. I my tím chceme připomenout, že péče o vlastní zdraví není slabost a že na prevenci bychom si měli najít čas,“ dodal radní Liška.

5 DŮVODŮ, PROČ NEPODCEŇOVAT PREVENCI

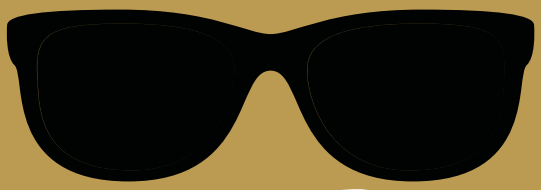
- Řada vážných onemocnění se zpočátku neprojevuje žádnými příznaky.
- Včasné odhalení výrazně zvyšuje šanci na úspěšnou léčbu.
- Preventivní prohlídky jsou jednoduché a časově nenáročné.
- Pravidelná kontrola pomáhá odhalit problémy dříve, než začnou ovlivňovat kvalitu života.
- Pečovat o své zdraví znamená pečovat i o své blízké.

Zdroj: Národní zdravotnický informační portál (NZIP), Ministerstvo zdravotnictví ČR, VZP a Movember Foundation

Praha 14 i letos podpořila MOVEMBER
– kampaň za včasnou diagnostiku rakoviny prostaty a varlat.

29. 11. 2026
15:00 – 19:00
H55 Hloubětínská 1138/5





KNÍRATÉ ODPOLEDNE

Přijďte! Pomůžete dobré věci a načerpáte důležité informace.

• přednášky a besedy o mužském zdraví • soutěže • možnost preventivního vyšetření PSA v mobilním odběrovém místě • dílničky pro děti • výstava fotografií • fotokoutek • výživové poradenství • • zdravý životní styl • kníratá výzva • další doprovodný program •

Vstup i program jsou zdarma.

Symbolem iniciativy je KNÍR, předveďte ten svůj.

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14 · MOVEMBER® · nadační fond muži proti rakovině · Fakultní Thomayerova nemocnice

#MovemberPraha14

INZERCE



HLEDÁME ODBORNÍKY: (vytlačování plastů)
- seřizovače
- pracovníky interní logistiky (VZV)

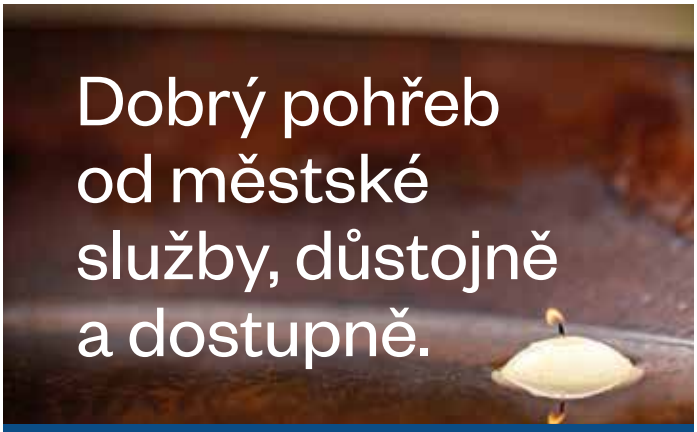
NABÍZÍME:
- atraktivní mzdu + příplatky až 10 000 Kč
- stravování
- svozový autobus
- další benefity

Více info zde:

nebo volejte:
+420 702 131 187

wavin
An Orbia business.

RV2600797/06



Nonstop odvoz zesnulých, vlastní krematoria i obřadní síně – vše v Praze.

Pohřeb s obřadem **už od 19 700 Kč**

Kremace bez obřadu **už od 15 700 Kč**

Zavolejte nám kdykoli
800 10 10 50

pohrbivame.cz

Hřbitovy a pohřební služby hl. m. Prahy

PRAHA PRAGUE

RV2601234/06

Výstava Jolany Čechové

Městská část zve do Galerie 14 (nám. Plk. Vlčka 685, Černý Most) na výstavu obrazů Jolany Čechové. Otevřena bude od 5. do 26. listopadu 2026, vždy v úterý, ve středu a ve čtvrtek od 14 do 18 hodin. Vstup volný.

Pražské dechové trio zahraje na Černém Mostě

Galerii 14 (nám. Plk. Vlčka 685, Černý Most) rozezní komorní tóny Pražského dechového tria a akordeonu Ladislava Horáka. Koncert se bude konat ve středu 11. listopadu 2026 od 18.30 hodin. Těšit se můžete na skladby P. Peuerla, F. X. Duška, F. X. Thuriho a dalších. Vstup volný.

Turnaj ve stolním tenisu

V sobotu 7. listopadu 2026 se ve sportovní hale plaveckého areálu Hloubětín (Hloubětínská 80) uskuteční turnaj ve stolním tenisu pro amatérské hráče a hráčky. Pro aktivně hrající hráče je omezení do odpovídající výkonnostní úrovně EloST 1700, hráčky bez omezení. Muži: prezence od 8.30 do 8.50 hodin, začátek turnaje v 9.00 hodin. Ženy: prezence od 12.30 do 12.50 hodin, začátek turnaje ve 13.00 hodin. Startovné činí 50 korun na osobu, vstup pouze v sálové obuvi.

Big Band Trumpets v Galerii 14

Galerie 14 (nám. Plk. Vlčka 685, Černý Most) přivítá soubor Big Band Trumpets. Koncert se uskuteční ve středu 9. prosince 2026 od 18.30 hodin. Zazní skladby D. Ellingtona, C. Portera, H. Mancini-ho a dalších. Vstup volný.



Výsledky voleb: kdo zasedne v Zastupitelstvu Prahy 14

Říjnové komunální volby určily složení jednatřicetičlenného Zastupitelstva městské části Praha 14 pro nadcházející volební období.

Nejvíce křesel získala koalice ODS SPOLU s TOP 09 a Sousedy pro Prahu 14, která bude mít v zastupitelstvu deset zástupců. Druhou nejsilnější politickou silou se stalo hnutí STAROSTOVÉ A NEZÁVISLÍ se sedmi mandáty, následované hnutím ANO 2011 se šesti zastupiteli. Po čtyřech mandátech získaly koalice MY pro Prahu 14 – Piráti, Praha 14 sobě, Zelení a hnutí NAŠE Čtrnáctka.

V SENÁTNÍCH VOLBÁCH USPĚL DAVID SMOLJAK



Zdroj: canva.com

Spolu s komunálními volbami se konaly také volby do Senátu Parlamentu České republiky. Ve volebním obvodu Praha 9, pod který spadá i Praha 14, postoupili do druhého kola David Smoljak a Dagmar Pecková. Ve druhém kole zvítězil David Smoljak, který v Praze 14 získal 76,95 % hlasů. **red**

Kurzy ČJ pro cizince

Výuka pro dospělé probíhá 2x týdně (90 minut), výuka pro děti jednou týdně (90 minut). Do kurzu se zájemci mohou hlásit na: kurzyceskehojazyka@email.cz nebo na tel. 704 811 044. Kurzy organizace Čtrnáctka centrum volného času pořádá v rámci projektu Integrace cizinců na MČ Praha 14 za finanční podpory Ministerstva vnitra ČR, MČ Praha 14 a UNHCR. **red**



Harmonogram svozu odpadů – prosinec

Přistavení BIO VOK ze systému HMP			
Nehvizdská/Zelenečská	ST	2. 12.	14:00–18:00
Jordánská/Svárovská	ST	2. 12.	15:00–19:00
Vodňanská/Skorkovská	ČT	3. 12.	13:00–17:00
Rožmberská/Podlišovská	ČT	3. 12.	14:00–18:00
Svépravická/Šestajovická	PÁ	4. 12.	15:00–19:00
Poříčanská/Klánovická	ST	9. 12.	14:00–18:00
Lipenské náměstí	ST	9. 12.	15:00–19:00
Kardašovská u obch. střediska	PÁ	11.12.	14:00–18:00
Slévačská 902/11	PÁ	11.12.	15:00–19:00





INZERCE



RV2601625/02



RV2601693/06

Čtrnáctka podle vás: Navrhněte projekt a rozhodněte o dění ve svém okolí

Máte nápad, který by mohl zlepšit veřejný prostor, životní prostředí nebo občanskou vybavenost na Praze 14? Zapojte se do v pořadí již 6. kola participativního rozpočtu Čtrnáctka podle vás a navrhněte projekt, který může městská část realizovat. Čas na podání návrhu mají zájemci do konce tohoto roku.

Výsledky hlasování z posledního cyklu participativního rozpočtu neumožnily výběr žádného z podaných projektů k realizaci. Zastupitelstvo Prahy 14 proto vedle 6. výzvy schválilo také nová, upřesňující pravidla. Nejvýznamnější změnou je úprava systému hlasování: každý hlasující může nově udělit pouze jeden hlas jednomu projektu. „Oslovili jsme navrhovatele projektů z pátého cyklu s nabídkou, aby své návrhy přihlásili do šesté výzvy. Vážíme si času a energie, které přípravě svých projektů věnovali. Chceme jim proto nové podání co nejvíce usnadnit a se vším potřebným jim pomoci," uvedl radní Prahy 14 Jan Liška, do jehož gesce participativní rozpočet spadá.

red



PRAVIDLA A HARMONOGRAM

KDO MŮŽE PODAT NÁVRH?

Projekt může navrhnout každý, kdo bydlí nebo pracuje na území Prahy 14 a je starší 15 let. Jedna osoba může podat maximálně jeden projekt. Pokud je navrhovateli méně než 18 let, potřebuje souhlas zákonného zástupce. Každý návrh musí zároveň podpořit alespoň trojice garantů. Ti musí být starší 18 let a mít trvalý pobyt na Praze 14.

JAKÝ PROJEKT LZE NAVRHNOUT?

Projekt musí být realizován na území Prahy 14, sloužit široké veřejnosti, být v souladu s právními předpisy, být technicky, majetkoprávně a finančně realizovatelný. Naopak nelze navrhovat projekty sloužící převážně soukromým zájmům, propagující politické nebo komerční aktivity nebo projekty zaměřené na provozní výdaje, mzdy či jednorázové kulturní, sportovní nebo společenské akce.

KOLIK PENĚZ JE K DISPOZICI?

Pro 6. výzvu participativního rozpočtu je vyčleněno celkem 6 milionů korun. Rozpočet jednoho projektu: minimálně 50 000 Kč, maximálně 2 500 000 Kč včetně DPH. Do rozpočtu je třeba zahrnout náklady na přípravu, realizaci i následnou údržbu projektu po dobu čtyř let.

JAK PODAT NÁVRH?

Návrhy se podávají výhradně elektronicky prostřednictvím systému PAROZ na adrese: projekty.praha14.cz. Součástí návrhu musí být zejména: název projektu, popis a přínos projektu, místo realizace, předpokládaný rozpočet, fotografie současného stavu, kontaktní údaje navrhovatele a garantů. Přiložit lze také vizualizace, náčrty nebo další podklady.

DŮLEŽITÉ TERMÍNY

- 1. října až 31. prosince 2026 – podávání návrhů projektů
- leden až duben 2027 – posuzování návrhů
- květen 2027 – zveřejnění a představení projektů veřejnosti
- 1. až 20. červen 2027 – veřejné hlasování
- červenec 2027 – vyhlášení výsledků
- říjen 2027 – zahájení realizace podpořených projektů

CO SE DĚJE PO PODÁNÍ NÁVRHU?

Po uzavření příjmu návrhů projdou projekty formální kontrolou a následně odborným posouzením. Městská část ověří jejich technickou, finanční, legislativní i majetkoprávní realizovatelnost. Pokud některé údaje chybí nebo je potřeba návrh upravit, bude navrhovatel vyzván k doplnění. Do veřejného hlasování postoupí pouze projekty, které splní všechny podmínky.

KDO MŮŽE HLASOVAT?

Hlasovat může každý, kdo bydlí, studuje nebo pracuje na Praze 14 a nejpozději v poslední den hlasování dovrší 15 let. Každý hlasující má k dispozici jeden kladný hlas.

JAK SE VYBÍRAJÍ VÍTĚZNÉ PROJEKTY?

Projekty budou seřazeny podle počtu získaných hlasů. K realizaci postupně postoupí ty nejúspěšnější až do vyčerpání celkové částky 6 milionů korun. Vybrané projekty následně zrealizuje městská část Praha 14 prostřednictvím svých odborů, a to do konce roku 2029.

POTŘEBUJETE PORADIT?

Městská část nabízí během přípravy návrhů bezplatné konzultace: Renata Srbová, e-mail: renata.srbova@praha14.cz, tel.: 225 295 495
Kompletní pravidla a podmínky, včetně celého textu výzvy pro 6. kolo participativního rozpočtu, zájemci naleznou na projekty.praha14.cz.

YOGA

přímo u metra
HLOUBĚTÍN

Protáhněte tělo,
zklidněte mysl,
načerpejte energii.

Lekce pro začátečníky i pokročilé.

Přijďte si nás *vyzkoušet.* Jsme jen kousek od vašeho domova.





REZERVUJTE SI SVOU
PRVNÍ LEKCI

WWW.YOGAHUB.CZ

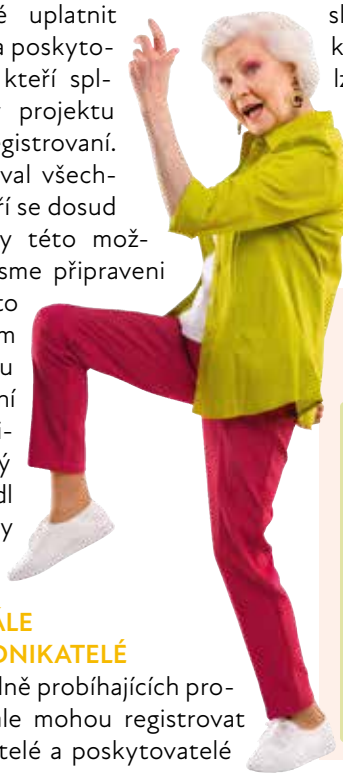
Kde nás najdete? 70 metrů od výstupu z metra, směr centrum.
Mochovská 478/40, Praha 14 – Hloubětín

RV2601041/04

Milion korun pro zdravější a aktivnější stáří. Registrujte se a využijte příspěvek

Praha 14 letos prostřednictvím systému Corrency podpořila obyvatele a podnikatele částkou tři miliony korun. Finance rozdělila do tří programových vln. Program zaměřený na volnočasové aktivity dětí a mládeže skončil v říjnu. Další dvě programové vlny byly spuštěny v září a potrvají do konce roku. Jedna je určena občanům starším 18 let na financování nákupů a služeb, druhá podporuje seniory.

Zatímco kapacita prvního z aktuálně probíhajících programů byla naplněna krátce po spuštění, v seniorském jsou stále volná místa. Jeho cílem je podpořit zdraví, prevenci a aktivní životní styl obyvatel starších 65 let. Registrovaní zájemci mohou získat příspěvek až 1000 korun na služby a zboží související se zdravím. Podpora funguje na principu spolufinancování, kdy polovinu ceny hradí občan a druhou polovinu městská část prostřednictvím correntů. Příspěvek je možné uplatnit u podnikatelů a poskytovatelů služeb, kteří splňují podmínky projektu a jsou do něj registrovaní. „Rád bych vyzval všechny seniory, kteří se dosud nepřihlásili, aby této možnosti využili. Jsme připraveni jim pomoci, a to na kontaktním místě úřadu v Polyfunkční budově u stanice metra Černý Most," uvedl starosta Prahy 14 Jiří Zajac.



HLÁSIT SE STÁLE MOHOU I PODNIKATELÉ

Do obou aktuálně probíhajících programů se nadále mohou registrovat místní podnikatelé a poskytovatelé služeb. Získají prostor oslovit nové zákazníky a zároveň rozšíří síť míst, kde lze correnty uplatnit.

Podrobné informace o projektu, podmínky, seznam zapojených podnikatelů a poskytovatelů služeb i registrační formuláře jsou k dispozici na webu corrency.praha14.cz. **red**

CORRENCY PRO SENIORY

ZÍSKEJTE PŘÍSPĚVEK NA PODPORU ZDRAVÍ A ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU

Jste senior starší 65 let s trvalým pobytem v Praze 14?

Využijte seniorský program na podporu zdraví a zdravého životního stylu. Můžete získat příspěvek na útratu ve výši až 1000 korun u registrovaných obchodníků a poskytovatelů služeb splňujících podmínky projektu (**registrace** a **možnost čerpání příspěvku od 1. 9. do 31. 12. 2026**).

INZERCE





S-Cross a Vitara nyní s bonusy v hodnotě **50 000 Kč zdarma**

Nemusíte čekat na lepší počasí ani hledat jinou cestu. Se Suzuki 4×4 vás déšť, sníh, kluzká vozovka ani rozbahněná cesta k chalupě nezastaví. Počítat můžete také s výjimečnou spolehlivostí vozů Suzuki, podloženou zkušenostmi majitelů i dlouhodobými statistikami a nyní podtrženou až 10letou zárukou.

Zimní sada s litými disky **ZDARMA** + **METALÍZA** Metalický lak **ZDARMA** + **PŘEZUTÍ** Přezujeme váš vůz **ZDARMA**

ZÁRUKA SUZUKI PRO až 10 let s předepsanou údržbou

SUZUKI

Vozy Suzuki: emise CO_2 (WLTP) 119–139 g/km, kombinovaná spotřeba 5,3–5,9 l/100 km. Fotografie jsou pouze ilustrativní. Bonusová akce se vztahuje na vozy zakoupené do 31. 12. 2026 a zároveň předané do 31. 1. 2027. Výrobce si vyhrazuje právo akci předčasně ukončit.

TERS AUTOSALON

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

RV2600216/04

Slavnost Všech svatých a Dušičky v křesťanské tradici

Začátek listopadu je tradičně spojený se dvěma svátky, které spolu nejen sousedí, ale také významově souvisí. Slavnost Všech svatých si věřící připomínají 1. listopadu a Dušičky, či přesněji Památku všech věrných zemřelých, pak listopadu druhého.

Oba svátky jsou vzájemně propojené, ten první je ovšem trochu ve stínu toho druhého. Na Svátek Všech svatých oslavujeme všechny, kdo zemřeli a dosáhli věčné blaženosti. To znamená nejen kanonizované svaté, kteří jsou uvedeni v oficiálních záznamech (dnes je jich kolem 6500), ale i všechny ostatní, kdo se dostali do nebe. Počítají se tam tedy i lidé, kteří žili v naší blízkosti, měli jsme je rádi, provázeli nás životem, pojilo nás přátelství či rodinné vazby. Druhého listopadu pak slavíme Dušičky. Dalo by se říci, že Dušičky a Vánoce jsou jedinými dvěma svátky či chvílemi v roce, které jsou vlastní jak věřícím, tak nevěřícím.



Slavíme je napříč naším společenstvím bez ohledu na názory, sociální status či politické přesvědčení. Důležitou součástí tohoto svátku jsou živé květiny, kterými zdobíme hroby. Nám křesťanům připomínají naši víru, že smrtí život nekončí a modlitbou pak můžeme pomoci těm, kdo věčného života ještě nedosáhli. Svíčky, které zapalujeme, symbolizují Ježíše Krista, který nám otevřel bránu do nebe a představuje světlo na naší cestě životem. Pamatujeme na duše, které se zatím do nebe nedostaly a čekají v očistci, my jim můžeme pomoci našimi modlitbami. Oba dva dny se slouží mše, na Svátek Všech svatých je velmi slavnostní, spojená s bílou barvou, živými květinami, zpěvy a zvukem varhan a radostnou atmosférou, zatímco mše dušičková bývá spíše vážná a k zamyšlení, laděná do černé či fialové. V našem středoevropském prostoru je svátek zemřelých prožíván v tichosti a nenápadnosti, na rozdíl od amerického Halloweenu či latinskoamerického Dia de los Muertos. Záleží na osobním nastavení každého člověka, já rozhodně nikoho nekárám za halloweenské masky. Zdůrazňuji však, že je škoda nechat si vzít rozměr tichosti, která nám dnes ve společnosti občas chybí. Je to podobné jako s Vánocemi a adventem, ke kterým v naší tradici patří adventní ztišení a následné vánoční slavení v kruhu blízkých naplněné tichou radostí spíše než kamion Coca Cola se Santou.

P. Mgr. Tomáš Gregůrek O.Cr.
z farnosti sv. Jiří v Hloubětíně

INZERCE



RV2601764/01



RV2601110/15

Plechárnu naplnil Den seniorů, Hloubětín ovládly dýně

Také v říjnu si obyvatelé Prahy 14 užili společné setkávání, zábavu i sousedskou atmosféru. Tradiční Den seniorů ve volnočasovém centru Plechárna potěšil vzpomínáním na život a tvorbu Karla Gotta či koncertem zpěvačky Jitky Zelenkové. Velký zájem vzbudilo také Dýňobraní s tvořivými dílničkami, vyřezáváním dýní pod vedením profesionálního lektora či opékáním buřtů. V soutěži o nejkrásnější vyřezanou dýni se „utkalo" více než 50 originálních výtvorů. Vítězům gratulujeme!

red, foto: Tomáš Turek



Vítězové soutěže o nejkrásnější vyřezávanou dýni



Vzpomínání na Karla Gotta na Dni seniorů



Na letošním Dýňobraní se o titul nejkrásnější vyřezávané dýně „utkalo" přes 50 výtvorů



Na Dni seniorů zazpívala zpěvačka Jitka Zelenková

Děkujeme za vaše podněty k cestám dětí do školy

V uplynulých týdnech proběhlo v základních školách na Praze 14 dotazníkové šetření zaměřené na způsob dopravy dětí do školy a jejich pohyb po městské části.

Cílem bylo lépe porozumět každodenním cestám školáků a získat podněty ke zlepšování bezpečnosti a podmínek pro jejich pohyb ve veřejném prostoru. Děkujeme všem rodičům, kteří si našli čas a do dotazníku se zapojili. Velmi si vážíme vaší ochoty podělit se o zkušenosti a názory. Bezpečné a příjemné prostředí pro rodiny s dětmi patří mezi naše dlouhodobé priority. Proto chceme znát zkušenosti a potřeby těch, kteří cesty do školy řeší každý den. Vaše odpovědi nám pomohou lépe poznat místa a situace, kterým je potřeba věnovat zvýšenou pozornost. Získané podněty nyní vyhodnotíme a výsledky využijeme jako jeden z podkladů pro přípravu konkrétních kroků a opatření ke zlepšení bezpečnosti a podmínek pro každodenní cesty dětí do školy.

Odbor strategického a územního plánování ÚMČ Praha 14

Z mistrovství ČR na mistrovství světa na Nový Zéland

Moravany u Brna ožily sportovním a fitness aerobikem. V říjnu se zde konalo prestižní mistrovství České republiky, ze kterého výprava Fit studia D přivezla sadu cenných kovů. Za těmito výsledky stojí obrovské množství dřiny, odříkání, litry potu a stoprocentní úsilí na každém tréninku. Srdce, které naši sportovci do závodů dali, nás naplňuje neskutečnou hrdostí. Jsme pyšní na úplně každého závodníka, který reprezentoval naše barvy.



Největšího úspěchu dosáhla Nela Novotná, která v kategorii junior ženy nenašla přemožitelku a stala se mistryní ČR pro rok 2026. A skvěle sehrané týmy Fit studia D vybojovaly i další fantastická umístění. Titul 1. vicemistryně ČR získaly: Vanesa Bosáková, Eliška Kučerová, Aňa Zinevych, Nikola Podoubská, Tereza Měřínská, Aneta Závěšická, Nela Novotná (kategorie Junior Grande Aerobic); Jana Hudáková, Bára Pertlová, Anna Matoušková, Daniela Soukupová, Kristýna Kučerová (kategorie Adult Petite Aerobic); Karolína Landová, Aneta Moravečková, Natálie Drahotová, Marika Podlucká, Veronika Šeráková, Lucie Káclová, Jana Hudáková, Tomáš Absolon (kategorie Adult Grande Aerobic). Titul 2. vicemistryně v kategorii Adult Tria si odnesly: Aneta Moravečková, Veronika Šeráková a Kristýna Kučerová. Upřímné poděkování patří našim skvělým trenérům. Bez jejich odborného vedení, trpělivosti a nekončící motivace by tyto úspěchy nebyly možné.

Domácí šampionát byl tou nejlepší generálkou na absolutní vrchol sezony. Už v listopadu čeká reprezentanty Fit studia D ta největší výzva – mistrovství světa na Novém Zélandu. Držte nám palce!

Michaela Mádrová, Fit studio D

Výstava studentů ČVUT v knihovně Černý Most

Osmnáct studentských návrhů na výstavě PRAGA! ukazuje, jak by po proměně mohly vypadat poslední velké „chrámy průmyslu“ kousek za hranicemi Prahy 14, ve Vysočanech.



Lze historické haly zachovat a zároveň do nich vložit funkce, které potřebuje rozvíjející se čtvrť – školu, sportoviště, kulturní a komunitní prostory, knihovnu či další občanskou vybavenost? Odpovědi nabízí výstava, kterou aktuálně hostí nová pobočka Městské knihovny v Praze na Černém Mostě. O tom, že podobné projekty realizovat lze, svědčí například proměněný sklad E nebo lofty v Kolbenově ulici. S podobným využitím území počítá Metropolitní plán i probíhající územní studie. Na místě bývalých továren vyrůstají nové byty a kanceláře, zatímco stopy průmyslové minulosti postupně mizí. K posledním výrazným památkám na slavnou éru meziválečné a poválečné industrializace patří haly 18 a 19 bývalé Pragovky. Právě jim se věnovali studenti magisterského ateliéru Šenberger – Pustějovský z Katedry architektury Fakulty stavební ČVUT. Výstava není pouze přehlídkou studentských vizí, ale i pozvánkou k debatě, jak historicky cenné stavby začlenit do budoucí podoby čtvrti. Výstavu si můžete prohlédnout kdykoli během otevírací doby knihovny až do 1. prosince.

Městská knihovna v Praze

Umění za rohem

Možná jste už při cestě Kučerovou ulicí zahlédli obrazy ve výloze a napadlo vás, co se skrývá za dveřmi s nápisem Dowden Studio. Odpověď je jednoduchá: docela hodně. A klidně můžete přijít dovnitř.



Kreativní prostor na Černém Mostě (Kučerova 807/15, otevřeno vždy ve čtvrtek a v pátek od 16 do 19 hodin) funguje už nějakou dobu. Učí se tu, maluje, pořádají se výtvarné workshopy a potkávají lidé, které spojuje chuť tvořit. Letos v září ale Dowden Studio zahájilo novou kapitolu a otevřelo své dveře také jako výstavní prostor.

První výstava dostala příznačný název HELLO, WORLD! | AHOJ, SVĚTE! Na stěnách se potkala díla několika současných umělců a na zahajovací vernisáži zase umělci, sousedé, přátelé i návštěvníci, kteří studio objevili poprvé.

A právě o objevování tu jde. Do Dowden Studia nemusíte přijít jako znalec současného umění. Nemusíte vědět, co byste si o obraze „měli" myslet, a rozhodně si nemusíte nic koupit. Můžete se zastavit cestou domů, přijít s dětmi nebo jen ze zvědavosti nakouknout z ulice. Třeba vás některý obraz zaujme a u jiného budete přemýšlet, proč se vám vlastně vůbec nelíbí. Možná vám něco připomene, vyvolá vzpomínku, pobaví vás nebo ve vás nechá otázku, na kterou nebudete mít hned odpověď. A možná se jen na chvíli zastavíte a budete se dívat.

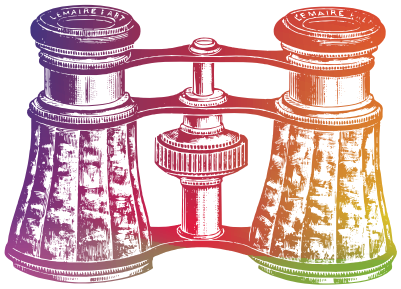
BEZPLATNÉ VÝSTAVY

Výstavy i vernisáže jsou přístupné veřejnosti zdarma a zdarma zůstanou i nadále. Plány přitom nekončí u obrazů. Do budoucna se počítá také s bezplatnými přednáškami a besedami, výstavami mladých a začínajících umělců a dalšími kulturními setkáními pro veřejnost. Cílem je, aby na Černém Mostě postupně vznikalo místo, kde se mohou potkávat umění, nápady a lidé.

Dowden Studio

KYJSKÉ KUKÁTKO

Divadelní festival pro rodiny s dětmi



13. – 15. listopadu 2026

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha — Kyje

Pátek 13. 11.
10,00 Bruncvík aneb Jak lev do Čech přišel / Divadlo Háčko – pro školy
19,00 **Alleluja, svatá Nituš!** / DS Jirásek, slavná opereta podle předlohy Mamzelle Nitouche, vhodné pro dospělé a rodiny s dětmi od 12 let, vstupné 150 Kč/ ZTP 100 Kč, předprodej GoOUT

Sobota 14. 11.
15,00 Divadlo pro batolata – **Pomerančová lodička** / FysioArt, od 10 měsíců do 3 let, po představení herna, vstupné 80 Kč, předprodej GoOUT
19,00 **Lakomá Barka** / Divadlo Háčko, pro rodiny s dětmi od 5 let, vstupné 80 Kč, předprodej GoOUT

Neděle 15. 11.
15,00 **Zlatovláska**, po představení herna / Divadlo Háčko, pro děti od 4 let, vstupné 80 Kč, předprodej GoOUT

Háčko Hloubětínský divadelní spolek

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14



pořádá pro děti

v sobotu 28. listopadu 2026
od 11:00 a od 14:00 hodin

MIKULÁŠSKOU NADÍLKU

v Kulturním domě v Kyjích, Šimanovská 47
Praha 9 – Kyje



Vstupné děti 50 ,– Kč
dospělí 100,– Kč



Předprodej vstupenek:
ve středu 18. 11. 2026, v pondělí 23. 11. 2026 a ve středu 25. 11. 2026
od 7:30 do 17:30 hodin v budově Úřadu městské části Praha 14,
Bratří Venclíků 1073, 3. patro, dveře č. 315.

VÁNOČNÍ ZDOBENÍ

Pojďme společně vyzdobit H55
a naladit se na kouzelný čas Vánoc.

22. 11. 2026

H55
Hloubětínská 1138/5,
Praha 9

od 15:00 do 18:00

Přijďte tvořit, zdobit a užít si s námi příjemnou předadventní atmosféru!

INZERCE

Petružálek a synové, s. r. o.

- Odvoz stavebního odpadu, sutě, zeminy
- Písky, štěrky, recyklát, tříděná zemina
- Zemní a výkopové práce



Praha 9 - Běchovice / Český Brod
603 242 142
info@sute-pisky.cz, www.sute-pisky.cz

RV2502289/10

Zuby Klánovice
Zuby Horní Počernice
MUDr. Renata Mészárosová, MBA

Přijímáme nové pacienty

Do nově otvírané moderní kliniky v Horních Počernicích
přijímáme nové pacienty. Zaměření: Rodinná stomatologie.

Informace: www.zuby-klanovice.cz a www.zuby-hornipocernice.cz
Registrace na e-mail: medicalservis@centrum.cz
SMS na tel: 773 610 186 / 739 989 137 / 777 832 799

RV2601270/03

MAHARLIKA
FILIPÍNSKÉ & THAJSKÉ MASÁŽE

Dopřejte si masáže,
které hýčkají vaše tělo i mysl.

DOTEK TRADICE, PÉČE & LUXUSU

Uveďte heslo "restart26" pro 10 % slevu
rezervace@maharlika.cz
+420 601 323 496
www.maharlika.cz
Anny Čížkové 1162/1
Praha 14 - Hloubětín

RV2601748/01

Stop Zevling opět propojil sport, kulturu a komunity

Letošní dvacátý ročník festivalu Stop Zevling se uskutečnil 12. září a přilákal více než 1 500 návštěvníků. Festival opět nabídl den plný sportu, hudby, zábavy a příjemné atmosféry. Na své si přišli milovníci skateboardingu, módy, gastronomie i hudby.



Součástí festivalu byla také Longevity zóna v Plechárně, zaměřená na zdravý pohyb, regeneraci a péči o tělo. Návštěvníci se zde mohli potkat s Tomášem Kučerou, Lucií Komárkovou nebo několikanásobným držitelem Guinnessova rekordu Joskou Šálkem, známým svými plankovými výkony.

PESTRÁ GASTRO ZÓNA

V gastro zóně si lidé mohli sami nazdobit pizzu nebo ochutnat tradiční i netradiční burgery. Fashion zóna nabídla české custom značky a aktivity od hraní Amigy přes vyšívání čepic až po oblečení pro nejmenší.

Program pokračoval také v parku U Čeňku, kde byly připraveny workshopy pro děti, výtvarné dílny, nafukovací atrakce a další aktivity zcela zdarma.

Vrchol dne patřil hlavní stage. Program gradoval vystoupením Oriona, následovala elektronická show Papalescu2 a večer zakončilo vystoupení 58G. Dvacátý ročník tak opět spojil sport, kulturu, komunitu a zábavu napříč generacemi.

Velké díky patří především hlavním partnerům festivalu: městské části Praha 14, DaZ, Spinoco, Coca-Cola, Hinton, KVS stavební, OSA, Westfield, SPIS, Canna, Kovařík a Steiner.

Organizátoři akce







RV2601008/04

Za MY pro Prahu 14 děkujeme za podporu ve volbách! A co teď?

Doba každodenní kampaně, schránek přeplněných volebními letáky a sociálních sítí plných více či méně splnitelných slibů je za námi. Proběhly volby a voliči rozdali karty, se kterými jednotlivé politické subjekty na Praze 14 musí následující čtyři roky hrát.

V prvé řadě bychom všem našim voličům chtěli poděkovat za podporu nejen ve volbách, ale též za pozitivní slova jak v rámci předvolební kampaně, tak i po volbách. Vaše podpora je důvodem, proč do toho celého jdeme. MY pro Prahu 14 máme vizi, která v sobě zahrnuje rozvoj městské části tak, aby se tu dobře žilo, a jsme připraveni pro Prahu 14 udělat první poslední, a to nehledě na to, zda budeme působit v koalici, nebo v opozici. Ač jsme věřili v lepší výsledek, v kontextu veškerých okolností je nutné brát situaci tak, jak je. V tomto ohledu jsme dokázali získat v poměru k výdajům na kampaň s přehledem „nejlevnější mandáty“. Ostatně to je způsobeno tím, že za námi nestojí žádné vlivové skupiny, které by si nás jakkoliv zavazovaly.

Jsme přesvědčeni, že život jednotlivce je z velmi podstatné části ovlivněn právě místem, kde žije. Pokud však téměř tři pětiny lidí k volbám nepřijdou, ukazuje to na určitou ztrátu důvěry veřejnosti v systém a v to, že je možné s místem, kde člověk žije, něco udělat. Toto chceme v rámci MY pro Prahu 14 změnit, když chceme vrátit důvěru v to, že Čtrnáctku jde posouvat a zlepšovat.

V době psaní tohoto článku není jasné, jak to s Prahou 14 po volbách bude, kdo bude vládnout a kdo jej bude kontrolovat. Nicméně situace se jeví prozatím tak, že změna na Praze 14 nenastane a minimálně prozatím Praha 14 bude i nadále přešlapovat na místě.

Petr Zeman
JUDr. Bc. Jaroslav Verner
Mgr. Zuzana Habartová
Ing. Petr Hukal, DiS., Ph.D.

Děkujeme za důvěru, Praho 14

Milí obyvatelé Prahy 14,

děkujeme všem, kteří přišli ke komunálním volbám a rozhodli se ovlivnit budoucnost Prahy 14. Zvláštní poděkování patří vám, kteří jste dali svůj hlas Starostům a nezávislým. Díky vaší podpoře jsme získali sedm mandátů a stali se druhým nejúspěšnějším volebním uskupením v naší městské části. Máme z tohoto výsledku velkou radost a přijímáme ho s pokorou i vědomím odpovědnosti, kterou nám svěřujete.

Za každým hlasem vidíme člověka, který do nás vložil svou důvěru a očekávání. Děkujeme také za všechna setkání, povzbuzení i otevřené rozhovory o tom, co vás těší a co by se mělo změnit. Právě vaše zkušenosti a podněty dávají naší práci smysl a směr.

Poděkování patří i našim kandidátům, dobrovolníkům a jejich rodinám. Věnovali kampani svůj čas, energii a často i volné večery a víkendy. Bez nich bychom takového výsledku nedosáhli.

Nyní nás čeká práce na tom, aby se důvěra proměnila v konkrétní výsledky. Do povolebních jednání vstupujeme s programem promyšleného rozvoje, bezpečnějších ulic, klidnější dopravy a příjemnějšího prostředí pro život. Chceme hledat shodu a spolupracovat na řešeních, která budou sloužit celé Praze 14.

Budeme rádi, když s námi zůstanete v kontaktu i po volbách. Napište nám na praha14@stan.cz, co vás trápí, co vám v okolí chybí nebo s čím bychom vám mohli pomoci. Jsme tu pro vás.

Za zastupitelský klub STAN Praha 14
Ing. Jan Liška

Děkujeme, že i vám na Čtrnáctce záleží

NAŠE Čtrnáctka získala v komunálních volbách 12,18 % hlasů a čtyři mandáty v jednatřicetičlenném zastupitelstvu. To je polepšení o dva a čtvrt procentního bodu a celý jeden mandát navíc. Hned několik politických subjektů letos spojilo síly na společných kandidátkách. My jsme se rozhodli kandidovat samostatně. Vážíme si každého hlasu, který jste nám dali, i výsledku, kterého jsme dosáhli. A vážíme si ho o to víc, že účast v letošních komunálních volbách byla v Praze 14 o téměř 3% vyšší, než tomu bylo v roce 2022.

Hnutí NAŠE Čtrnáctka není pobočkou žádné celostátní strany, nepůsobí nikde jinde a naše rozhodování vychází z toho, co potřebuje Praha 14 a její obyvatelé. Lokální politika se totiž neodehrává jen na jednáních zastupitelstva. Je především o konkrétních místech, kde žijeme, o bezpečných ulicích, kvalitních školách, dopravě, zeleni a veřejném prostoru. O tom, zda dokážeme naslouchat lidem, reagovat na jejich podněty a dotahovat věci do konce.

Čtyři mandáty znamenají, že hlas lokálního nezávislého hnutí bude dále slyšet. Jsme zastoupením, které se rozhoduje podle toho, co je dobré pro Prahu 14 a její obyvatele, nikoli podle pokynů z celostátní politiky. Budeme podporovat smysluplné projekty, přicházet s vlastními návrhy a důsledně upozorňovat na problémy, které si zaslouží řešení. Naším měřítkem bude vždy konkrétní přínos pro život na Čtrnáctce.

Ještě jednou děkujeme za vaše hlasy, podněty i podporu. To, že jste si vybrali právě samostatné lokální hnutí, je pro nás velkým závazkem. Praha 14 je náš domov a budeme dál usilovat o to, aby byla bezpečným, dobře fungujícím a příjemným místem pro život.

Soňa Tománková, NAŠE Čtrnáctka

Místa, kde se ze sousedů stávají přátelé

Sídliště mají tisíce obyvatel, a tak se může zdát, že se zde lidé jen míjejí. Být to tak ale nemusí. Věřím, že i mezi panelovými a bytovými domy mohou vznikat skutečně živá sousedství, kde se lidé znají, potkávají a rádi spolu tráví čas. Stačí mít v okolí místo, které pravidelné setkání umožňuje.

Právě takovou roli plní například Plechárna na Černém Mostě nebo centrum H55 v Hloubětíně. Nabízejí prostor pro kulturu, zájmové kroužky, společné aktivity i obyčejné posezení s kamarády. Scházejí se zde děti, rodiče, senioři i lidé, kteří chtějí přijít s vlastním nápadem nebo uspořádat něco pro své sousedy. Díky nim získávají naše čtvrti živější a přátelštější atmosféru.

Podobné zázemí nyní vzniká také na Hutích. Nové Komunitní centrum Splavná nabídne prostory pro sousedská setkání, přednášky, kroužky i kulturní a společenské akce. Na jeho výstavbu se nám podařilo získat podporu hlavního města a já věřím, že se z něj brzy stane přirozené centrum místního života, které bude odpovídat potřebám a představám zdejších obyvatel.

Budova sama o sobě komunitu nevytvoří. Tu tvoří lidé, jejich nápady, energie a ochota zapojit se. Přeji si, aby se Komunitní centrum Splavná stalo místem, kam lidé nebudou chodit jen za programem, ale také za svými sousedy a přáteli.

Mgr. Mária Ševčíková, ANO 2011

Děkujeme za důvěru, pokračujeme dál

Milí sousedé, volby jsou za námi, a proto nám dovolte, abychom poděkovali všem, kteří nám dali svůj hlas a projevili nám důvěru. Velmi si jí vážíme a přijímáme ji s velkou odpovědností. Poděkování patří také všem, kteří přišli k volbám a rozhodli se podpořit jiné strany. I vás bychom rádi přesvědčili, že naše práce má smysl a přináší konkrétní výsledky. Nyní je před námi období, ve kterém chceme naplňovat náš volební program a proměňovat naše plány ve skutečnost. Nabízíme poctivou každodenní práci. Navážeme na projekty, které se podařilo připravit v minulém volebním období, a zároveň budeme pracovat na nových. Mezi naše hlavní priority patří školství, výstavba družstevního bydlení a také kvalitní a bezpečný veřejný prostor. Stejně důležitá je pro nás spolupráce s vámi, obyvateli Prahy 14. I nadále jsme otevřeni vašim podnětům, postřehům a nápadům. Věříme totiž, že právě vzájemná komunikace je základem dobrého fungování naší městské části. Praha 14 je pro nás místem, na kterém nám záleží. Chceme, aby se zde dobře žilo nejen dnes, ale i v budoucnu. A uděláme pro to maximum.

Mgr. Irena Kolmanová,
ODS SPOLU s TOP 09 a Sousedy pro Prahu 14

INZERCE



Předškoláci objevují kouzlo keramiky



V keramickém tvoření pro předškoláky dostávají děti příležitost poznávat krásný svět práce s keramickou hlínou a objevovat, co všechno se dá z tohoto přírodního materiálu vytvořit.

Na začátku se seznamují především se samotnou hlínou, její strukturou a vlastnostmi. Zkoušejí ji mačkat, válet, trhat, spojovat, vykrajovat a tvarovat. Práce podporuje jemnou motoriku, koordinaci ruky a oka, obratnost prstů a správný úchop. Velký význam má i rozvoj fantazie a tvořivosti. Děti mohou své nápady proměnit ve skutečný objekt, rozhodovat o jeho tvaru a podobě. Učí se plánovat, soustředit na jednotlivé kroky a dokončit započatou činnost. Při společném tvoření si zároveň procvičují prostorové vnímání, představivost, pozornost a schopnost řešit jednoduché problémy. Učí se, že některé činnosti vyžadují čas a trpělivost a výsledek nevzniká okamžitě. Keramika přináší dětem také radost z vlastního tvoření a pocit úspěchu. Každý výrobek je originální, odráží fantazii i osobitý způsob vyjádření. Hlína se tak v rukou našich předškoláků mění v malá umělecká díla – a každé tvoření je novým dobrodružstvím plným objevování, radosti a fantazie.

MŠ Obláček

MŠ Hostavice, školka v pohybu



V Mateřské škole Hostavice je pohyb přirozenou součástí každého dne. Od roku 2024 držíme certifikaci Školka v pohybu, kterou každoročně obnovujeme. Zároveň celý tým pravidelně prochází školením Zdravé štístko.

Naším cílem je probouzet v dětech přirozenou radost z pohybu a vytvářet pozitivní vztah ke sportu již od útlého věku. Cvičíme v tělocvičně i herně, spoustu času trávíme pohybem venku. Pohyb zapojujeme také do her, tematických programů a vzdělávacích činností. Děti tak rozvíjejí nejen obratnost, rovnováhu a koordinaci, ale i odvahu, samostatnost a schopnost spolupracovat. Nejde nám o rekordy ani medaile. Chceme, aby děti poznaly, že pohyb přináší radost a dobrý pocit ze sebe sama. Každý malý pokrok je pro nás velkým vítězstvím. A když se děti smějí, zkouší nové věci a s nadšením se ženou ven, víme, že naše úsilí má smysl. Za zážitky vyrážíme i na lyžařský kurz, školku v přírodě, účastníme se sportovních akcí. Na podzim jsme se již zapojili do Vítání cykloobčánků a celorepublikové výzvy Pěšky do školy. Na další akce se těšíme, plánujeme například cyklo/in-line týden.

MŠ Hostavice

Pusť svůj strach

Na 10. října připadá Světový den duševního zdraví a naše škola se připojila k výzvě Asociace klinických a poradenských psychologů a psychoterapeutů. Vytiskli jsme dobře zpracovaný pracovní sešit pro děti – Strachovník, se kterým pak učitelky s dětmi pracovaly během dopoledních aktivit. V pátek jsme pak týden zakončili symbolickým „pouštěním strachu“. U nás se fantazii meze nekladou, a tak děti mohly své strachy nakreslit, poté roztrhat a vhodit do symbolické nádoby na strachy. A protože strachy nemají jen děti, ale občas i my dospěláci, u vchodu mohli svůj strach rozpustit i rodiče dětí, pokud k tomu našli odvahu. Svůj strach mohli zaznamenat na lísteček a zahodit či roztrhat, stejně jako děti. Strach není ostuda ani slabost. Někdy nás chrání, jindy může být až ochromující. Důležité je vědět, co mi pomáhá a komu mohu říct, když je toho na mě moc. A to je to, co jsme chtěli dětem i dospělým předat.

Helena Zychová,
ředitelka MŠ Zelenečská



Úspěch divadelního souboru Gymnázia Chodovická

Slavnostní vyhlášení výsledků 3. ročníku soutěže dětských amatérských divadelních souborů Eduard, kterou pořádá Hudební divadlo Karlín, proběhlo na prknech Malé scény HDK. Náš divadelní soubor pod vedením MgA. Olgy Francové Velické se opět umístil mezi nejlepšími. Za svůj autorský muzikál Prospěšná strašidla získal 3. místo. Moc gratulujeme!

Vedení Gymnázia Chodovická

Barevný podzim v naší školce



S létem jsme se rozloučili společně s rodiči tradičním dlabáním dýní. Slavnost se konala na školní zahradě a letos byl první podzimní den chladný, sluníčko se na nás nesmálo. Dobrá nálada ovšem nechyběla. Rodiče měli s sebou své malé ratolesti a svou dýni a společně vydlabali množství nejrůznějších motivů, kreativita rozhodně nechyběla. Děti se zabavily na stanovištích s úkoly. Nechybělo ani tradiční malování na obličej, dýňový fotokoutek a malé občerstvení. Podzim jsme tedy společně patřičně přivítali. Kromě pravidelných vycházek a aktivního pozorování přírody navštěvujeme také Městskou knihovnu v Praze a domov pro seniory. V listopadu nás čeká tradiční Svatý Martin s lampionovým průvodem a potom už přijde čas adventní. Obchody nás bohužel zahrnují vánočním zbožím už od září, ale my si s dětmi prozatím užíváme krásné barevné podzimní dny.

MŠ Paculova

Slavnostní imatrikulace



Slavnostní imatrikulace žáků 1. ročníků středních škol ARCUS se uskutečnila v Galerii 14. Do středoškolského studia byli slavnostně uvedeni žáci primy Soukromého gymnázia Arcus, následovali žáci 1. ročníků Střední školy Arcus oborů cestovní ruch a multimediální tvorba. Moc děkujeme rodičům a dalším blízkým za jejich hojnou účast na této akci. Novým žákům našich středních škol přejeme hodně úspěchů a spokojenosti ve studiu.

Soukromé školy Arcus

INZERCE



MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14 VÁS ZVE NA

ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMKU 2026

30. 11. 2026

16:00 -18:00

RAJSKÁ ZAHRADA



PROGRAM

POHÁDKA KTERAK MALÝ ONDRA POMOHL ČERTOVI DO PEKLA A ZACHRÁNIL TAK VÁNOCE (DIVADLO PADAM)

ZIMNÍ NADĚLENÍ – HUDEBNĚ-TANEČNÍ POŘAD PRO DĚTI (GÁBINA A KATKA)

POŽEHNÁNÍ PANEM FARÁŘEM EDWARDEM WALCZYKEM

PRSKAVKOVÝ LIDSKÝ ŘETĚZ A ROZSVÍCENÍ STROMEČKU

DOPROVODNÝ PROGRAM

9:00 - 13:00
ZDOBENÍ STROMEČKU OZDOBAMI DĚTÍ Z MÍSTNÍCH MATEŘSKÝCH ŠKOL

14:00 - 18:00
VÁNOČNÍ MAŠINKA PRO DĚTI

16:00 - 18:00
VÁNOČNÍ DÍLNIČKY PRO DĚTI

STÁNKY S OBČERSTVENÍM A DROBNÝMI DÁRKY

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14



RV2600123/07

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14

H55

Mikuláš



5. 12. 2026

16:00 - 19:00 hod.

H55

Hloubětínská 1138/5
198 00 Praha 14

16:00 - 18:45
Mikulášská dílnička

17:00 Pohádka
Mikulášské patálie
Vstupné na pohádku: 80 Kč
OMEZENÁ KAPACITA !

17:30 Mikulášská nadílka
pro všechny děti zdarma

KD KYJE

VÁNOČNÍ PUNČ

13. 12. 2026 15:00 - 18:00



POHÁDKA

Hudební pořad Kde se vzaly Vánocee

ANDĚLSKÁ POŠTOVNA

přímá linka vánočních přání k Ježíškovi

ZDOBENÍ PERNÍČKŮ

VÁNOČNÍ DÍLNIČKY

ZPÍVÁNÍ KOLED

VENKU MOŽNOST OPÉKÁNÍ BUŘTŮ A ZAPÁLENÍ PRSKAVEK

Kdo bude mít hlad, může si dát něco ze svátečního menu,
které připraví restaurace Šimanda.

Vstupné: zdarma

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14

ŠIMANDA L.P. 2010
PENZION & RESTAURACE

11–12 LISTOPAD–PROSINEC 2026

Kalendář akcí PRAHA 14

LISTOPAD

5 ČT **16:00**

DATA STÁTU PRO KAŽDÉHO - WORKSHOP

Zajímá vás, jak stát a jeho úřady nakládají s penězi daňových poplatníků? Na praktickém workshopu se naučíte vyhledávat a číst veřejná data, kontrolovat hospodaření úřadů a zjistíte, jaké informace musí stát zveřejňovat. Ukážeme si také, jak o informace úřad požádat. Vlastní notebook či tablet výhodou. Partner Hlídač státu.

Městská knihovna v Praze – pobočka Hloubětín, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.mlp.cz

VSTUPNÉ: zdarma

16:30

WHATSAPP: ZPRÁVY, FOTKY A HOVORY

*Probereme psaní a čtení zpráv, sdílení fotografií, hlasové i videohovory a základní nastavení soukromí. Cílem je porozumět fungování aplikace a naučit se ji bezpečně používat. Zájemci pozor! Je třeba si rezervovat místo na pobočce Hloubětín nebo na e-mailu: **kohlovak@mlp.***

Městská knihovna v Praze – pobočka Hloubětín, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.mlp.cz

VSTUPNÉ: zdarma

7 SO **8:30**

TURNAJ VE STOLNÍM TENISU

Turnaj ve stolním tenisu pro amatérské hráče a hráčky. Pro aktivně hrající hráče je omezení do odpovídající výkonnostní úrovně EloST 1700, hráčky bez omezení. Muži: prezence 8:30 až 8:50, začátek turnaje v 9:00. Ženy: prezence 12:30 až 12:50, začátek turnaje ve 13:00. Vstup pouze v sálové obuvi.

sportovní hala plaveckého areálu Hloubětín, Hloubětínská 80, Praha 9, www.praha14.cz

Startovné: 50 Kč / osoba

15:00

SVATOMARTINSKÉ SLAVNOSTI

Programem vás provede Richard Samko, těšit se můžete na pohádku O líném Kubovi, legendu o sv. Martinovi, působivou fire show a večerní svatomartinskou taneční zábavu. Chybět nebude ani svatomartinské menu restaurace Šimanda. Po celou dobu akce si užijete projížďky na koni, dětské dílničky, mašinku, flašinet, stánky s občerstvením a drobnými dárky.

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: zdarma

9 PO **17:00 - 18:30**

PROCHÁZKA ITALSKÝMI BENÁTKAMI II PŘEDNÁŠKA: OSTROVY V LAGUNĚ

Při druhé návštěvě italských Benátek si povíme o třech nejznámějších ostrovech Murano, Burano a Torcello, také o ostrově San Michele a ostrově Lido i o laguně samotné. Nezapomeneme ani na benátské gondoly a na závěr navštívíme jeden slavný, vyhlášený benátský bar.

Městská knihovna v Praze – pobočka Černý Most, Bobkova 534/47, Praha 9, www.mlp.cz

VSTUPNÉ: zdarma

10 ÚT **17:00 - 18:00**

AUTORSKÉ ČTENÍ S DENISOU SOBOLOVOU

Jste na svojí cestě za snem? Za svým snem šla také autorka své prvotiny Deník idiotky aneb moje cesta k herectví, která svým deníkem mapuje šest let jednoho životního příběhu o hledání svého místa ve světě.

Městská knihovna v Praze – pobočka Černý Most, Bobkova 534/47, Praha 9, www.mlp.cz

VSTUPNÉ: zdarma

11 ST **8:30 - 12:30**

KLUB SENIORŮ PRAHY 14: POKRAČUJÍCÍ SEMINÁŘ JAK NA CHYTRÝ TELEFON/TABLET

První z pokračujících seminářů pro zájemce, kteří buď prošli základním seminářem nebo umějí své zařízení běžně používat a mají založený účet u Google nebo Apple. Seminář nabízí prohloubení znalostí ve vybraných tématech, např. práce s fotkami, komunikační nástroje, nastavení, správa a údržba zařízení. Omezený počet míst, rezervace nutná, přednost mají absolventi jarních (základních) seminářů.

Své přihlášky zasílejte na email: **klubsenioru@praha14.cz.**

sál H55, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: zdarma

11 ST **18:30**

KONCERT KOMORNÍ HUDBY

Vystoupí Pražské dechové trio a Ladislav Horák (akordeon). Zazní skladby P. Peuerla, F. X Duška, F. X. Thuriho a dalších.

Galerie 14, nám. Plk. Vlčka 685, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: zdarma

12 ČT **18:30**

SETKÁNÍ KULTUR 2026: BULHARSKO MEZI TRADICÍ A SOUČASNOSTÍ

Kavárna Maňána zve na poznávání země z hlediska kultury, folklóru, každodenního života a zajímavých míst. Součástí večera bude i ochutnávka z regionální gastronomie. Pořádá Centrum Slunečnice o.p.s. Projekt je realizován za finanční podpory hl. m. Prahy.

Cafe Maňána, Maňákova 745/13, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: zdarma

13 PÁ **19:00**

FLORIMOND HERVÉ / HENRY MEILHAC A ARTHUR MILHAUD: ALLELUJA, SVATÁ NITUŠ!

V rámci festivalu Kyjské kukátko. Režie: Alexandr Gregar j.h. 120 minut včetně přestávky, vhodné pro diváky ve věku od 12 let. Slavná opereta Mamzelle Nitouche je vtipnou parodií o klášterní chovance a učiteli hudby, která zábavně propojuje světy kláštera, divadla a kasáren.

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: 150 Kč, pro studenty a seniory od 65 let 100 Kč (Předpodej GoOUT)

14 SO **15:00**

DIVADLO PRO BATOLATA: POMERANČOVÁ LODIČKA

V rámci festivalu Kyjské kukátko. Režie: Hana Strejčková. Interaktivní divadelní představení pro děti od 10 měsíců do 3 let. Na představení navazuje v pomerančem provoněném divadle společná herna (30 - 40 minut).

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: 80 Kč (vstupenku zakoupit pro dítě i doprovod)

19:00

SOBOTNÍ POHÁDKA: LAKOMÁ BARKA

V rámci festivalu Kyjské kukátko. Režie: Pavlína Jurková, vhodné pro rodiny s dětmi od 4 let. Pohádka Jana Wericha v podání Hloubětínského divadelního spolku Háčko vypráví o závisti a lakotě jedné staré Barky.

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: 80 Kč

15 NE **15:00**

NEDĚLNÍ POHÁDKA: ZLATOVLÁSKA

V rámci festivalu Kyjské kukátko. Režie: Pavlína Jurková, vhodné pro rodiny s dětmi od 4 let. Klasická česká pohádka, které dal kouzelnou veršovanou podobu básník Josef Kainar, v podání Hloubětínského divadelního spolku Háčko.

KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: 80 Kč

16 PO **13:00 - 17:00**

KLUB SENIORŮ PRAHY 14: POKRAČUJÍCÍ SEMINÁŘ JAK NA CHYTRÝ TELEFON/TABLET

Druhý z pokračujících seminářů pro zájemce, kteří buď prošli základním seminářem nebo umějí své zařízení běžně používat a mají založený účet u Google nebo Apple. Seminář nabízí prohloubení znalostí ve vybraných tématech, např. práce s fotkami, komunikační nástroje, aplikace a jejich instalace, nastavení, správa a údržba zařízení. Omezený počet míst, rezervace nutná, přednost mají absolventi jarních (základních) seminářů.

Své přihlášky zasílejte na email: **klubsenioru@praha14.cz.**

Městská knihovna v Praze – pobočka Černý Most, Klubovna A, Bobkova 534/47, Praha 9, www.praha14.cz

VSTUPNÉ: zdarma

21 SO **11:00 - 18:00**

KOREJSKÝ DEN

Kulturní program věnovaný korejské kultuře. Návštěvníci se mohou těšit na prezentaci korejských tradic, kultury, gastronomie a dalších aktivit.

Plechárna, Bryksova 1002/20, Praha 9, www.plecharnacm.cz

VSTUPNÉ: zdarma

Akce psané kurzívou jsou placenou inzercí, respektive akce třetích stran.

11–12 LISTOPAD–PROSINEC 2026

Kalendář akcí PRAHA 14

22 NE 15:00 - 18:00
VÁNOČNÍ ZDOBENÍ H55
Pojďme společně vyzdobit H55 a naladit se na kouzelný čas Vánoc. Přijďte tvořit, zdobit a užít si s námi příjemnou předadventní atmosféru.
H55, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

28 SO 11:00 a 14:00
MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA
Srdečně zveme děti a jejich rodiče na Mikulášskou nadílku, která se koná ve dvou stejných představeních od 11:00 a 14:00 hodin. Po zhlédnutí pohádky přinesou Mikuláš, anděl a čert dětem nadílku. Předprodej vstupenek bude **18. 11.**, **23. 11.** a **25. 11.** od 7:30 do 17:30 hodin v budově ÚMČ Praha 14, Bří Venclíků 1073, 3. patro, č. dveří 315
KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: dospělí 100 Kč, děti 50 Kč

14:00 - 19:00
WINTER OPENING
Slavnostní zahájení zimní sezóny v kryté skate hale Plechárny.
Plechárna (skate hala), Bryksova 1002/20, Praha 9, www.plecharnacm.cz
VSTUPNÉ: zdarma

29 NE 15:00 - 19:00
KNÍRATÉ ODPOLEDNE
Přijďte podpořit Movember na Praze 14! Kampaň upozorňuje na důležitost prevence a včasné diagnostiky rakoviny prostaty a varlat. Čekají vás například přednášky o mužském zdraví, soutěže, výživové poradenství, dílničky pro děti i další doprovodný program. Symbolem akce je knír.
H55, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

30 PO 16:00 - 18:00
ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMKU
Přijďte si užít kouzelnou předvánoční atmosféru plnou pohádek, hudby a zábavy pro děti i dospělé. Těšit se můžete na divadelní pohádku, hudebně-taneční pořad, vánoční dílničky, mašinku pro děti i stánky s občerstvením a dárky. Slavnostní program vyvrcholí požehnáním panem farářem Edwardem Walczykem, prskavkovým lidským řetězem a společným rozsvícením vánočního stromečku.
Akce se uskuteční před stanicí metra Rajská zahrada
www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

PROSINEC

3 ČT 12:00 - 15:00
VÁNOČNÍ SETKÁNÍ S PÉTANQUE
Srdečně zveme všechny, kteří si chtějí užít předvánoční čas plný zábavy a her. Přijďte si užít příjemné chvíle, potkat nové přátele a zasoutěžit si v zábavných disciplínách.
Plechárna, Bryksova 1002/20, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

5 SO 16:00 - 19:00
MIKULÁŠ V H55
Nenechte si ujít tradiční mikulášské odpoledne plné vánoční atmosféry, zábavy a překvapení! Děti se mohou těšit na vánoční dílničku, pohádku Mikulášské patálie a setkání s Mikulášem, andělem i čertem. Celý program završí mikulášská nadílka pro všechny děti zdarma.
H55, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ na pohádku: 80 Kč – omezená kapacita

15:00 - 19:00
PEKLO NA PLECHU
Srdečně vás zveme na kouzelné mikulášské odpoledne plné zábavy pro děti i celé rodiny! Těšit se můžete na soutěž o nejlepší kostým, pekelné vymalovánky, malování na obličej a mikulášskou nadílku zdarma.
Plechárna, Bryksova 1002/20, Praha 9, www.plecharnacm.cz
VSTUPNÉ: zdarma

9 ST 18:30
KONCERT V GALERII 14
Koncert souboru BIG BAND TRUMPETS.
Zazní skladby D. Ellingtona, C. Portera, H. Manciniho a dalších.
Galerie 14, nám. Plk. Vlčka 685, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

13 NE 15:00 - 18:00
VÁNOČNÍ PUNČ
Na oblíbené předvánoční akci se můžete těšit na hudební pořad pro děti Kde se vzaly Vánoce, andělskou poštovnu, zdobení perníčků, kreativní dílničky, prskavky, venkovní opékání buřtů, vánoční menu restaurace Šimanda i na skvělý vánoční punč pro děti i dospělé.
KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9, www.praha14.cz
VSTUPNÉ: zdarma

OPAKUJÍCÍ SE AKCE

DIGITÁLNÍ PORADNA PRO SENIORY
úterý 24. 11. od 11:00 do 12:00
Městská knihovna v Praze – pobočka Rajská zahrada, Generála Janouška 1060/2, Praha 9, www.mlp.cz
*Zveme vás na Digitální poradnu, která se koná každé poslední úterý v měsíci. Nevíte si rady se svým chytrým telefonem nebo tabletem? Ukážeme vám, jak vaše zařízení správně ovládat a jak se bezpečně pohybovat na internetu. Digitální poradna nabízí individuální pomoc s konkrétními problémy, které s chytrým telefonem či tabletem máte. Prosím, připravte si otázky, které spolu probereme. Zájemci pozor! Je třeba si rezervovat místo na tel. čísle **770 130 287**, na e-mailu: **rajskazahrada@mlp.cz**, případně osobně na pobočce.*
VSTUPNÉ: zdarma

DIGITÁLNÍ PORADNA PRO SENIORY
každý první čtvrtek v měsíci 5. 11., 3. 12. od 14:00 do 16:00
Městská knihovna v Praze – pobočka Hloubětín, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.mlp.cz
Nevíte si rady se svým chytrým telefonem nebo tabletem? Nebo se chcete dozvědět, co je teď populární na internetu, a udržet tak krok se svým vnoučetem? Ukážeme vám, jak správně ovládat tablet nebo chytrý telefon a jak se bezpečně pohybovat na internetu.
Ve spolupráci se SDRUK a Nadací Vodafon.
VSTUPNÉ: zdarma

KLUB SENIORŮ KYJE
středy od 13:00
KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9
Pravidelné schůzky klubu.

POVÍDÁNÍ O LÉTÁNÍ
každý třetí čtvrtek v měsíci 19. 11. a 17. 12. od 16:00
Městská knihovna v Praze – pobočka Hloubětín, Hloubětínská 1138/5, Praha 9, www.mlp.cz
Zajímá vás létání, letecká historie nebo letecké modelářství? Přijďte na pravidelný Den povídání o létání, který ve spolupráci s Českým svazem letectví nabídne prostor pro všechny letecké nadšence. Po celou otevírací dobu knihovny bude návštěvníkům k dispozici zástupce Českého svazu letectví s digitální leteckou knihovnou ČSL (Ing. Ivo Pujman), připravený odpovídat na otázky a povídat si o všem, co souvisí s létáním a letectvím. Součástí programu bude také přednáška na vybrané letecké téma doplněná o filmové materiály z archivu Českého svazu letectví.
VSTUPNÉ: zdarma

KREATIVITA PRO DĚTI
středy 4. 11. a 2. 12. od 16:00 do 18:00
Městská knihovna v Praze – pobočka Rajská zahrada, Generála Janouška 1060/2, Praha 9, www.mlp.cz
Přijďte si s dětmi užít podzimní odpoledne tvoření v knihovně. Společně si vyrobíme malou podzimní dekoraci nebo jinou drobnost pro radost. Vše potřebné k tvoření bude připraveno na místě.
VSTUPNÉ: zdarma

Akce psané kurzívou jsou placenou inzercí, respektive akce třetích stran.

BYDLENÍ

- Hledám pronájem bytu pro 2 os. Potřebujeme: dlouhodobě, dobré mhd, nábytek nerozhoduje, ale dobrý stav ano. RK nevolat. 605 845 088
- Koupím byt 2+1, 3+1 nebo 2+kk, 3+kk v Praze 9 blízko MHD v lokalitě Černý Most, Hloubětín, Kyje nebo Hostavice. Pouze od přímého majitele. Tel.: 604 617 788
- Přímý zájemce koupí byt pro své děti. Seniora mohu nechat v bytě na dožití. Na velikosti a stavu bytu nezáleží. Vyplatím dluhy i dědictví. Praha a okolí. Tel.: 608 661 664
- S manželkou koupíme byt přímo od majitele, za tržní cenu a v jakémkoliv stavu. Nabízíme seriózní a lidské jednání, vše podle Vašeho tempa. Nebojte se nám zavolat. František, tel. 774 254 921

SLUŽBY

- !! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU !! Vyklízíme sklepy, byty, pozůstalosti, zahrady atd. Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. Volejte 773 484 056
- Instalatér – Topenář Tomáš Ježek. Tel.: 605 707 393. Výměny bojlerů, WC, umyvadel, radiátorů.... Opravy a instalace, rekonstrukce, havarijní služba. Rozvody vody, kanalizace a topení
- Stěhovací a vyklízecí práce provádíme již 11 let. Máme zkušenosti, svaly, vybavení a kvalitní vozový park. Svátky a víkendy bez příplatků. Km po Praze zdarma. 702 111 999 www.stehovanivrana.cz
- MALÍŘSKÉ PRÁCE, ŠTUKOVÁNÍ. TEL. 606 227 390, jsaifrt@seznam.cz, www.malirjaromir.cz
- OPRAVA ŽALUZIÍ – VÝMĚNA VODÍCÍCH LANEK – NOVÉ ŽALUZIE – SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN A DVEŘÍ – SÍTĚ PROTI HMYZU. T: 733 720 950, pavel.janci@email.cz
- SERVIS A OPRAVY OKEN. Provádíme seřízení a promazání oken, opravy a výměny kování, skel a těsnění. Prodej žaluzií a stínící techniky. www.servis-plastovych-oken.eu, Tel: 602 610 949
- Provádím zednické a malířské práce, obklady, dlažby a další práce dle domluvy. Více na tel: 721 757 399
- J. MACHÁČ. VÝMĚNY BATERIÍ, VAN, KLOZETŮ, KUCH. DESEK. INSTALACE SPRCH. KOUTŮ A BOXŮ. OBKLADY, DLAŽBY, KOBERCE, PVC. MALOVÁNÍ, ŠTUKOVÁNÍ, LEPENÍ PODHLEDŮ. SEKÁNÍ TRÁVY, VYKLÍZENÍ. 777 325 466
- Mytí oken, čištění koberců, sedaček a matrací. 20 let praxe. Tel.: 604 609 641
- Výuka českého jazyka pro žáky základní školy/ studenty střední školy, příprava na přijímací zkoušky / maturitu. Tel.: 777 278 891

OSTATNÍ

- KOUPÍM KNIHY, ČASOPISY, DROBNOU GRAFIKU, POHLEDNICE I CELÉ KNIŽNÍ POZŮSTALOSTI NABÍDNĚTE. TEL. 603 247 819 EMAIL: CENTRUMS.T@POST.CZ
- Koupím známky, mince, vyznamenání, odznaky, bankovky, staré pohledy, LP. Jednotlivě, sbírky i celé pozůstalosti. Přijedu, ocením, zaplatím v hotovosti. znamky-mince@seznam.cz, t.: 603 938 271
- Sběratel koupí LP gramofonové desky a CD disky. Přijedu. 721 442 860



RV2502269/21



RV2601723/01



RV2601795/02



RV2601664/01



RV2601348/03

V tajence najdete dokončení citátu německého spisovatele a satirika Karla Ludwiga Börna: „Jsou tisíce chorob, TAJENKA.“

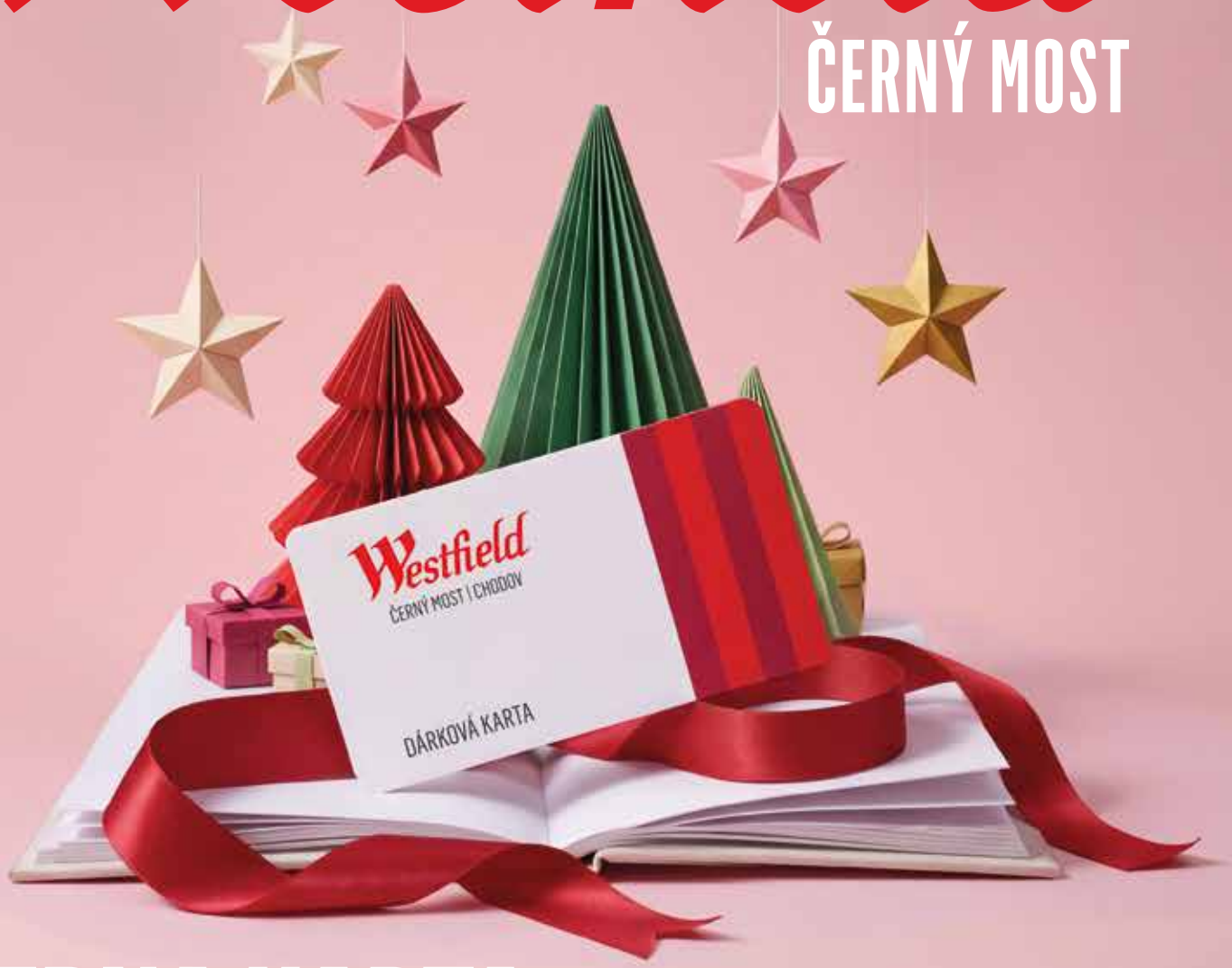
	PLANETKA	VZORY		ŠTRYCH	MUŽSKÉ JMÉNO (2.8.)		FR. TISKOVÁ AGENTURA	POHÁDKOVÝ PRINC	KOSTRA		ANGL. PRAŽENÁ KUKUŘICE	SLOVEN. POLNÍ MÍRA	KOROZE	ŽENSKÉ JMÉNO (14.10.)		OŽIVENÍ NEHYBNÉHO PŘEDMĚTU	PĚSTITEL
OZNAČENÍ NOREM NOVÉHO ZÉLANDU			OZNAČENÍ LETADEL GUATEMALY			ROZHL. A TEL. SPOL. FILIPÍN / KÓD KENI				VZDUŠINA BLÍZKÁ STAVU ZKAPALNĚNÍ					NĚMECKÁ ŘEKA / ALODIUM		
NÁZEV ČESKÉHO PÍSMENE			BATOH / ŘÍMSKÁ 6							DOBROMYSL / SPZ EINBECK (NĚMECKO)							
HESLO							AUTOMOBIL AMERICKÝ VOJENSKÝ / ČÁST STROJE					SINUS / AUTRALSKÝ PŠTROS					
ÚŘEDNÍ VÝNOS						TĚŽKÝ NÁSTROJ PRO ZATLOUKÁNÍ / FLORIANOVA SBÍRKA (1970)						ZNAČKA LIMONÁDY				
POLSKÁ VOJ. ODBOJOVÁ ORGANIZACE ZA 2.SV. VÁLKY (ZKR)			CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO	TAJENKA 1 / KÓD LETECKÉ SPOLEČNOSTI EKVÁDORU									TRADIČNÍ ČEČENSKÝ ZÁKON / UMĚLÉ VODNÍ CESTY				
	OTEVŘÍT / SPZ OLOMOUCE									KŘUP / CAP				ON (NĚM.)	SPZ CASERTA (ITÁLIE) / SIRNÍK BARNATÝ		
SLÚVKO OHRAZENÍ					SÍDLO HORNÍ VOLTY / SPZ BRINDISI (ITÁLIE)			MILENEC	ZN. MANGANU / MPZ TUNISKA			VZBOUŘENEC / SEMLETÉ OBILÍ					
KÓD KAJMANSKÝCH OSTROVŮ				SPZ BRATISLAVA OKRES / PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY			ČÁST PÍŠŤALY VARHAN / NÁBĚH				DÉMONICKÁ POSTAVA VE SLOVANSKÉ MYTHOLOGII / KÓD TIMORU					DOBRODINEC	SPŘÁDATI
	MYTICKÝ PŘEDEK	SEDIMENTY	CITOSLOVCE CHRČENÍ / INIC. NÁROŽNÉHO			ROMÁN B. ALDISSE / PARK								OZNAČENÍ NOREM ŠVÉDSKA / BLUMA			
HLOUPÍ (PEJOR.)					OPUŠTĚN / ZEMĚMĚŘIČ				JE MOŽNO	TEP / ANGL. PŘILEHLÝ					NÁZEV HLÁSKY		
CELOSVĚTOVÁ ORGANISACE V NEW YORKU				ŠTĚPNÍ PŘEŽVÝKAVEC / SÍDLO V JIŽNÍ KOREI							BLÁTO / NÁVODY				ZN. KOBALTU		
ZN. TANTALU			TAJENKA 2												INIC. HEREČKY VEJMĚLKOVÉ / ČÁST MIKROSKOPU		
INIC. SPISOVATELE ZOLY			DÁNSKÝ DRAMATIK / UKAZOVACÍ ZÁJMENO					CITOSLOVCE ÚDIVU / PARALÝZA				ŽENSKÉ JMÉNO / ZNAČKA AUTOBATERIÍ					
DOMÁCKY METODĚJ						SPZ KOBLENZ (NĚMECKO)			ŽENSKÉ JMÉNO / RUSKÝ CAR				TRNITÝ STROM / NEMLUVIT PRAVDU				
	HINDUISTICKÝ BŮH / NA JAKÉ MÍSTO					ŘEKA NA NOVÉ GUINEI	JÍZDNÍ KOLO / JUGOSLÁVSKÁ ŘEKA							SÍDLA SLUCHU / BRAZIL. FOTBALISTA			
ČÁST ČLUNU, PLAVIDLA				AŽ / OZNAČENÍ LETADEL SLOVENSKA							NEDOKONALE SPÁLENÉ DŘEVO					OZNAČENÍ LETADEL KOSTARIKY	JEŽIŠ V KORÁNU
JAPON. MYS NA OSTROVĚ HONŠŪ					FRANCOUZSKÝ FILOZOF						DEBET						
NEZHOUBNÝ NÁDOR VZNIKLÝ Z BUNĚK SVALU					ROSTLINNÝ ORNAMENT						HLAVONOŽEC						

Tři vylosovaní luštitelé získají dárkové balení předmětů od MČ Praha 14. Správné řešení tajenky se svou adresou a telefonním číslem posílejte do 15. listopadu 2026 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 (2026/10) zní: „Nikdy nemyslím na budoucnost, PŘIJDE I TAK DOST BRZY.“ Vylosovaní výherci jsou: Magda Zicháčková, Praha 14; Jiří Kašík, Praha 9; Věra Kratochvilová, 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, výhry MČ nezasílá. Před vyzvednutím prosím kontaktujte pověřené pracovnice na e-mailech: veronika.berna@praha14.cz, nebo: lucie.hlavackova@praha14.cz.

Westfield
ČERNÝ MOST



JEDNA KARTA STOVKY MOŽNOSTÍ

DÁREK, KTERÝ SE TREFÍ NA ČERŇÁKU I NA CHODOVĚ

OBJEDNÁVEJTE ZDE

RV2501874/10

Obrázek generovám AI