



str. 4

Lidé podpořili nový
charitativní projekt



str. 12

Rozhovor: gerontoložka
Iva Holmerová



str. 18

Bohnice osvěží nová
naučná stezka



**MČ PRAHA 8 VÁM V ROCE 2021
PŘEJE PŘEDEVŠÍM HODNĚ ZDRAVÍ,
POHODY A SPOKOJENOSTI**

Inzerce

Karlínský
masopust

sobota 6.2.2021

18. ročník

13⁰⁰ přívod k Kavčových sadů14⁰⁰ program na Karlínském náměstí

Konání akce ovlivní aktuální epidemická
situace a s ní související opatření.

Sledujte aktuální informace.

www.karlinskespektrum.cz

Slovo starosty

Milí spoluobčané,

končí hodně smutný rok 2020, který úplně změnil a rozboural naše životní návyky, ekonomickou jistotu, přinesl strach o zdraví a živobytí. To všechno je příčinou oprávněné frustrace a společenského napětí.

Musíme však i v takové době jít dál. Nečekají nás lehké měsíce a roky se budeme ekonomicky vzpamatovávat. S vakcínou proti koronaviru by se nám však mělo ulevovat. Proto se i já nechám očkovat, jakmile to bude možné a dostupné. Jsem totiž přesvědčen, že to je v této chvíli vědeckého poznání o covidu jediná cesta, jak se zbavit všech protipandemických restrikcí, které ničí naši ekonomiku a společensky přijatelný život.

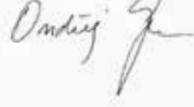
Zároveň nezávidím nikomu rozhodování o finančním zadlužení naší republiky. Ale přikláním se k tomu, že náš stát musí pokrýt ztráty těm, kteří v důsledku vládních zákazů a omezení podnikání stojí na hraně krachu. Věřím, že takové zadlužení se nám „vyplatí“ víc než vlna úpadků a s ní související vzednutí nezaměstnanosti, nesplácení hypoték a exekucí.

Rád bych zde upřímně poděkoval všem, kteří se s námi podíleli na pořízení dáreků v projektu paní místostarostky Ludkové www.srdceosmicky.cz. Sešlo se tolik užitečných věcí pro potřebné a za to jsem

z celého srdce moc a moc rád. Takovým úspěchem si nebyla asi jista ani autorka nápadu. O celé předvánoční akci si pak můžete přečíst na čtvrté straně.

Všem vám přeji mnohem lepší rok 2021, hodně štěstí a především pevné zdraví

Ondřej Gros
starosta MČ Praha 8



PERIODICKÝ TISK ÚZEMNÍHO SAMOSPRÁVNÉHO CELKU

Vydává: MČ Praha 8, IČ: 00063797

Náklad: 60 000 ks

Distribuce: Česká distribuční, a. s.

Adresa redakce: Zenklova 35/1 (Libeňský zámek), 180 48 Praha 8 – Libeň,
e-mail: osmicka@praha8.cz

Příjem inzerce: Lenka Jančíjková, e-mail: inzerce@praha8.cz, tel.: 222 805 112

Šéfredaktor: Tomáš Kňourek, e-mail: tomas.knourek@praha8.cz

Redakční rada: Tomáš Mrázek (předseda), Martin Štěrba (místopředseda),

Jiří Vítek, Jana Solomonová, Tomáš Pavlů, Tomáš Tatranský, Michal Kalina

Infocentrum MČ Praha 8: tel.: 222 805 505, 222 805 506

Tisk: Asagraph, s. r. o., v tiskárně Severotisk, s. r. o., Ústí nad Labem

Podávání novinových zásilek povolila Česká pošta, s. p., Odštěpný závod Praha,

č. j. nov. 5151/95 ze dne 24. 4. 1995.

Registrace: MK ČR E 12043

Za věcnou správnost textů odpovídají autoři, u inzerátů inzerenti.

Toto číslo bylo uzavřeno 9. prosince 2020, vyšlo 28. prosince 2020.

Redakční uzávěrka příštího, únorového čísla: 11. ledna 2021.

Zasláním příspěvku dává zaslátel souhlas s jeho zveřejněním v komunikačních médiích MČ Praha 8

a zaručuje, že zveřejnění není v rozporu s právy třetích osob.

K převzetí textů, fotografií a audiovizuálních materiálů, zveřejněných v komunikačních médiích MČ Praha 8,

a jejich následnému zveřejnění v jiných médiích je nutný souhlas vydavatele.

Titulní strana, FOTO: Vladimír Slabý



Náklad ověřuje:

ABC

Co najdete v čísle



5 VÝZKUM

Libeňském jadernému reaktoru je 30 let



21 KULTURA

Praha 8 hostí expozici snímků z Běhu se žlutou stužkou

6 DOPRAVA

Nové vodorovné značení zvýší počet parkovacích míst u polikliniky

8 ČTENÁŘI PÍŠÍ...

... a radnice jim odpovídá

10 FÓRUM ZASTUPITELŮ

Jaké vysvědčení dáváte koalici na Praze 8 po půlce volebního období?

15 SOCIÁLNÍ PÉČE

Nový charitativní předvánoční projekt se setkal s velkým ohlasem veřejnosti

24 SENIOŘI

Nabídka Center aktivizačních programů

29 VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY

Kde se legálně a zdarma zbavit odpadu

Vážení čtenáři,

v tomto čísle Osmičky otiskujeme několik pozvánek na akce, jejichž konání závisí na rozhodnutí státních orgánů o opatřeních souvisejících s šířením koronaviru. Prosíme, sledujte stránky www.praha8.cz, kde se dovíte aktuální informace, zda se akce koná, či nikoli. Děkuje.

Zpravodajství

CHARITA

„Srdce osmičky“. Seznamte se...

■ Nový předvánoční charitativní projekt „Srdce osmičky“ skončil. Zaznamenal mezi veřejností i institucemi značnou odezvu.



Projekt byl určen pro seniory, rodiny a klienty sociálních služeb v Praze 8. „Šlo o předvánoční akci, jejímž smyslem bylo nadělit radost druhým a společně ukázat, že Srdce osmičky bije silně a na správném místě“, vysvětlila místostarostka Vladimíra Ludková (ODS), která projekt připravila.

Poděkování

Za seniory bydlící v domě s pečovatelskou službou a klienty Domu sociálních služeb S. K. Neumanna děkujeme dětem a učitelům ZŠ Glowackého a ZŠ Bohumila Hrabala. Jejich ozdoby, přání a dekorace rozjasnily všem vánoční čas.

Vladimíra Ludková,
místostarostka Prahy 8

Jak to funguje? První adventní neděle na webových stránkách Srdce osmičky (www.srdceosmicky.cz) místostarostka představila přání seniorů, rodin a klientů sociálních služeb Prahy 8, která zaslaly osmičkové organizace. Výběr osob byl ponechán na samotných organizacích. Lidé, kteří v nich pracují, totiž nejlépe znají své klienty, vědí, kde může splnění přání motivovat do další snahy, kde může pouhý fakt, že někdo jiný o přání přemýšlel, napovědět, že dotyčný svému okolí není lhostejný.

Oslovené osoby si následně samy zvolily své přání. „Protože si vážím práce oslovených organizací, vyzvala jsem je, aby si i ony samy něco přály. Srdce Osmičky vzniklo ve snaze poukázat i na jiné cílové skupiny, než ty, které se tradičně těší

v předvánočním čase pozornosti veřejnosti. Nezanedbatelným faktem je pak touha prohloubit pospolitost nás, co v Praze 8 žijeme,“ sdělila Ludková.

Celkem se přání sešlo 117. „Díky dárčům se podařilo mnohem víc. Nejenže se všechna přání splnila, ale ozvalo se velké množství individuálních dárců, rodin s dětmi, rovněž firemních dárců a došlo k vzájemnému propojení samotných organizací, které si vzájemně vypomohly díky svému zaměření,“ uvedla místostarostka. Například Cerebrum z Karlína, které pod-

poruje osoby s poraněním a poškozením mozku a v rámci své práce nabízí fyzioterapeuty, plní dárek pro Centrum aktivizačních programů pro seniory, které chce v rámci nové služby terénní aktivizace nabídnout potřebným seniorům právě fyzioterapii.

S ohledem na citlivost životních příběhů nebylo ve většině případů možné osobní předání dárku. Proto bylo vhodné k dárku připojit také dopis pro obdarovaného a od srdce do něj napsat, proč si dárci vybral přání dotyčného člověka. (mš,tk)

Příběh šicího stroje

Máme obrovskou radost, že díky Srdci osmičky dostala vánoční dárek naše klientka Hanka. Během posledních měsíců našila zdarma 28 tisíc roušek, které posloužily, kde bylo nejvíce potřeba – v nemocnicích, domovech seniorů nebo jiných sociálních službách. Současně velmi oceňujeme, že se někdo rozhodl podpořit právě naši klientku, protože víme, že o lidech s trestní minulostí panuje u lidí řada předsudků. Hanka je živým důkazem toho, že se i tito lidé můžou zapojit znovu do společnosti a být prospěšní.



HANKA DOSTALA nový šicí stroj Guzzanti-GZ-119

Hana Kramlová,
vedoucí tréninkových míst pro klienty, RUBIKON Centrum, z.ú.

ZDRAVÍ

Kvalitu pitné vody sledujte online

■ Odběratelé Pražských vodovodů a kanalizací (PVK) mohou na stránkách www.pvk.cz nově nalézt „mapu kvality vody“. Po zadání adresy nebo zvolení příslušného místa kliknutím v mapě se zobrazí hodnoty základních ukazatelů dodávané pitné vody pro zvolenou oblast. Jedná se o charakteristické hodnoty ukazatelů, reprezentující kvalitu vody pro zvolené odběrné místo.

„Ze skupiny mikrobiologických a chemických ukazatelů, jež v pitné vodě analyzujeme a sledujeme, jsme vybrali ty ukazatele, na

kteří se nás naši zákazníci nejčastěji dotazují a které jsou pro ně z různých důvodů zajímavé,“ uvedla manažerka útvaru kontroly a kvality vody PVK Lenka Vavrušková. Na mapě je tak možné zjistit například tvrdost vody pro nastavení domácích spotřebičů, obsah chloru nebo dusičnanů.

A jak a kdy je kontrolována kvalita vody? Laboratoř ji sleduje nepřetržitě po celý kalendářní rok, a to od zdroje vody, přes úpravnu vody, distribuční síť, jednotlivé vodojemy až po kohoutek u spotřebitele. Probíhá plánovaná kontrola kvality vody napříč celou vodovodní sítí a také kontrola kvality po událostech, které by mohly kvali-

tu pitné vody ovlivnit, jedná se o havárie, manipulace v rámci údržby či po obnově vodovodní sítě. Může se také stát, že u vás doma zazvoní pracovník PVK a požádá o možnost odběru vzorků z vašeho kohoutku. Kvalita vody je také nepřetržitě sledována pomocí monitorovacích sond a online analyzátorů.

Ke krátkodobému zhoršení může docházet například po odstávce či manipulacích na vodovodní síti, případně při její delší stagnaci ve vodovodních rozvodech. V těchto případech je dobré nechat vodu dostatečně odtéct do konstantní teploty, tedy dokud není studená. (red)

VĚDA

Školní jaderný reaktor VR-1 slaví 30 let

■ V Libni, v areálu univerzity již 30 let provozuje Fakulta jaderná a fyzikálně inženýrská štěpný jaderný reaktor. Světově unikátní zařízení slouží hlavně k výuce studentů.

Již v době založení Fakulty jaderné a fyzikálně inženýrské se uvažovalo o vybudování vlastního reaktoru a v průběhu let se objevovaly různé návrhy větších či menších reaktorů. Příprava projektu reaktoru VR-1 začala v roce 1982 a v roce 1985 byla zahájena výroba komponent a samotná výstavba. Palivo IRT-2M bylo dovezeno v roce 1988. Na konci roku 1990 byla sestavena první aktivní zóna s palivem IRT-2M a 3. 12. v 16:25 CET dosáhl jaderný reaktor VR-1 svého prvního kritického stavu. Od té doby bylo kritického stavu dosaženo mnohokrát a praktickou výukou na reaktoru VR-1 si prošly stovky studentů.

Zařízení bylo navrženo pracovníky univerzity tak, aby poskytovalo ideální podmínky pro výuku studentů a trénink

jaderných profesionálů. Díky tomu a úsilí mnoha pedagogů je dnes školní reaktor VR-1 světově uznávaným vzdělávacím zařízením, které je dáváno za vzor.



LIBEŇSKÝ JADERNÝ REAKTOR

dosahuje výkonu až 500 W. FOTO: ČVUT



NA REAKTORU SE ŠKOLÍ i pracovníci českých a slovenských jaderných elektráren.

Hlavní činností na reaktoru VR-1 je výuka pro studenty z českých i zahraničních univerzit. Pravidelně jsou pořádány kurzy pro studenty ze Slovenska, USA, Velké Británie, Finska, Polska a dalších zemí. Zájem o kurzy na reaktoru není zdaleka jen z jaderných oborů. Výuku absolvovali například studenti humanitních oborů zaměřující se na proliferaci jaderných zbraní. Na reaktoru se školí i pracovníci českých a slovenských jaderných elektráren. V rámci spolupráce s IAEA jsou pořádány kurzy pro experty z různých zemí a k dispozici je i možnost on-line výuky. Na školní reaktor zavítají také studenti českých středních škol.

Dvě spojené reaktorové nádoby jsou umístěny na hale reaktoru. V jedné se nachází reaktor samotný, druhá slouží jako servisní nádoba. Aktivní zóna reaktoru (místo kde probíhá štěpná řetězová reakce) je na dně nádoby, několik metrů pod vodní hladinou. Výkon reaktoru je přibližně 100 až 500 W. Více informací naleznete na www.reaktor-vr1.cz.

K výročí reaktoru je v Národním technickém muzeu připravena výstava mapující jeho historii a současné využití. Výstava bude dostupná snad brzy, jak pominou protiepidemiologická opatření.

Ondřej Novák, ČVUT

KRÁTCE

OMEZENÁ PYROTECHNIKA

Pozor. Magistrát zakázal na vybraných místech používat na silvestra a Nový rok pyrotechniku. Není to možné v památkové rezervaci, přírodních parcích a chráněných územích, okolo vodních toků a na ostrovech, přehradách a hrázích, v okolí trojské zoo a u domovů pro seniory a dalších pobytových sociálních zařízení.

SPORTOVEC PRAHY 8 LETOS BEZ VÍTĚZŮ

Tradiční anketa Sportovec Prahy 8 zůstane za rok 2020 bez vítězů. Důvodem je dlouhodobé omezení sportu kvůli pandemii nemoci covid-19, opakované vyhlášení nouzového stavu a epidemiologická opatření vlády a ministerstva zdravotnictví. Řada sportů proto musela své závody, turnaje či zápasy rušit, mnohé dlouhodobě

soutěže zůstaly nedohrané, a to se nejspíš odrazilo i na malém množství nominačních lístků. Vyhlášovat výsledky ankety by proto bylo značně nespravedlivé, a tak jsme po dlouhém váhání přijali nesnadné rozhodnutí, že se letošní anketa vyhodnocovat nebude. Podobně jako Odbor kultury, sportu, mládeže a památkové péče ÚMČ Praha 8, který anketu pořádá, reagoval na značně okleštěnou sezonu například Český atletický svaz, který letos rovněž nejlepšího atleta nevyhlásil.

Vladimír Slabý, pověřený vedoucí OKSMPP

RADNICE ŠETŘÍ NA ENERGÍCH

Městská část Praha 8 a její příspěvkové organizace sníží v příštích dvou letech náklady na energie o osm milionů korun. Centralizovaný nákup plynu řešila Praha 8 v minulosti formou

e-aukce, elektřinu nakupovala letos pro své organizace poprvé. Do nákupu se spolu s městským úřadem zapojilo 31 základních a mateřských škol a zařízení sociálních a ošetrovatelských služeb, které dosud odebíraly elektřinu od různých dodavatelů.

EKOLOGICKÝ DOTAZNÍK

Chtěli jste někdy někomu říct co si myslíte o životním prostředí? Co vám na něm vadí? Stačí vyplnit dotazník na téma životní prostředí, pomůžete nejen svému okolí, ale celému světu. Informace z dotazníků se sečtou a na základě zjištěných dat budou vytvořeny grafy. Podle nich se pak může životní prostředí zlepšit. O projektu Osmička informoval žák ZŠ Glowackého Martin, který na něm pracuje. Stačí si jen naskenovat přiložený QR kód.



DIABETOLOGICKÁ AMBULANCE

Poliklinika Čumpelíkova, 1. patro
Čumpelíkova 1764/2, Praha 8
www.diabetologiepraha8.cz
220 513 417 (út, st, pá)

PŘIJÍMÁME NOVÉ PACIENTY

placená inzerce

VEDENÍ ÚČETNICTVÍ A DANĚ



Bc. Sylva Plášková
Vám zajistí kompletní účetní, daňové a administrativní služby
plasy@seznam.cz
tel: 739053944

placená inzerce

Doprava

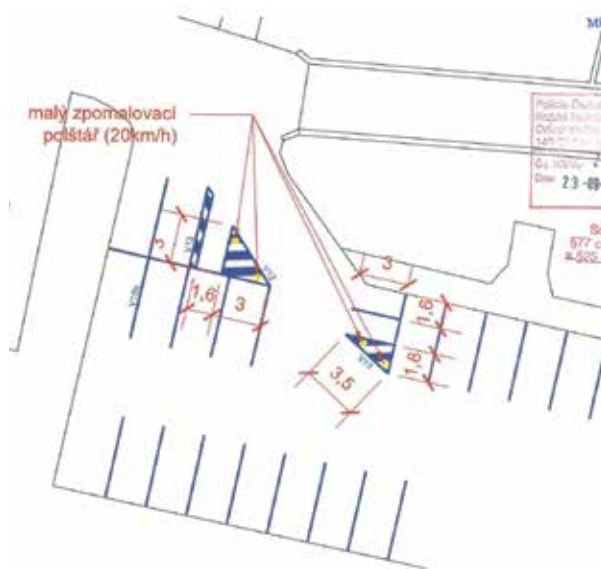
SÍDLIŠTĚ BOHNICE

U polikliniky vzniknou nová parkovací místa

■ Na parkovišti v ulici U Polikliniky v blízkosti domů v Pomořanské ulici se rozšíří počet míst. K nárůstu parkovací kapacity dojde díky doplnění dopravního značení.

„Neustále hledáme místa, kde bychom mohli obyvatelům Prahy 8 usnadnit parkování. Určitý potenciál nabízejí i existující parkoviště, kde kvůli absenci dopravního značení nedochází k efektivnímu využití prostoru,“ uvedl Tomáš Slabíhoudek (TOP 09 + STAN), radní pro dopravu.

K navýšení počtu parkovacích míst dojde díky novému vodorovnému značení na parkovišti. „Obsazenost parkoviště ‚bez čar‘ byla 67 až 71 aut, podle toho, jak se povedlo řidičům zaparkovat. Díky novému vodorovnému značení se jejich počet zvýší až o osm,“ doplnil předseda komise pro



NOVÉ VODOROVNÉ ZNAČENÍ pomůže zvýšit kapacitu parkoviště o osm míst.

dopravu Martin Jedlička (TOP09 + STAN).

K navýšení kapacity dochází hlavně v západní části parkoviště, tedy v místě blíže k bytům v Pomořanské ulici. Na východním konci parkoviště vznikne obratiště, což byl požadavek dopravní policie. Nové dopravní značení vytváří také tři stání pro motocykly, která vznikají v místech, která by jinak musela zůstat prázdná, protože auto se do nich dle norem nevejde.

Dopravní značení již stanovil odbor dopravy a k vyznačení dojde pravděpodobně po odvezení odběrového stanu na covid-19 na jaře 2021.

Podle radního Slabíhoudky se v současnosti v oblasti Bohnic analyzují některá další parkoviště a zvažuje se, zda by i na nich byla podobná úprava dopravního značení efektivní. V případě že ano, bude se dopravní značení navrhovat i u nich. (tk)

STŘÍŽKOV

Odbočení z Liberecké je jednodušší

Odbočení z Liberecké ulice do Kbelské a Veselské je nově více kapacitní. Jednoduchou, ale funkční změnu dopravního značení navrhla MČ Praha 8, vyznačil ji magistrát.

Jak nové dopravní značení funguje vysvětluje radní pro dopravu Tomáš Slabíhoudek (TOP 09 + STAN): „Na Liberecké ulici nebyli výpadovce na D8 byl zrušen dopravní stín a místo něj byl vyznačen odbočovací pruh, takže směrem doprava na Kbel-

skou a Veselskou odbočíte kromě pravého pruhu i prostředním pruhem. Ten umožňuje i jízdu rovně.“

Jednoduchá změna dopravního značení zvýší kapacitu odbočení a měla by se zlepšit plynulost v hustém odpoledním provozu, kdy auta složitě přejížděla z pruhu do pruhu. Vedle sjezdu z Činovecké na Kbelskou se jedná už o druhé takové řešení v této lokalitě.

(tk)



ŘIDIČI ZÍSKALI MOŽNOST odbočit i prostředním pruhem

Natoč si svou knihu

OSLOV KAMARÁDY A NATOČ UPOUÁTKU NA SVOU OBLÍBENOU KNihu!
NATOČ TŘEMINUTOVÝ TRAILER. CO NEJPESTŘEJŠÍ, CO NEJVITIPNĚJŠÍ!

VYHRAJ PRO SEBE
A PRO KAMARÁDY LUPENY
DO JUMP PARKU, MULTIPLEXU,
AQUAPARKU NEBO NA
LASER GAME!

POŠLI ODKAZ NA MICHAL.SVARC@PRAHA8.CZ.

UZÁVĚRKA
5. LEDNA 2021

PODMÍNKY SOUTĚŽE NA
WWW.PRAHA8.CZ/NATOCKNIHU

A HLAVNĚ VYHRÁT SKVĚLÉ CENY!

Ohlédnutí za adventem

Poděkování ředitelce KD Ládvi

Vážená paní Málková,

chci Vám poděkovat za nápad nechat vánočně ozdobit rostlou borovici u KD Ládvi. Vidím ji z okna, denně chodím okolo, a nikdy jsem si nevšimla, jaká je krásná. Je mi líto stromů, které každoročně padnou kvůli několika dnům či týdnům lidského potěšení. Naše borovice tu s námi žije možná víc než 40 let a bude tu i po svátcích. Věřím, že přečká další suché roky, stejně jako my přečkáme pandemii.

Ještě jednou děkuju a přeju Vám hezké Vánoce a hodně zdraví.

Ivana Kašparová



RADNICE PRAHY 8 nechala na začátku adventu rozsvítit ve veřejném prostoru pět vánočních stromů. Jeden z nich se objevil také v blízkosti OC Krakov na bohnickém sídlišti.



V OBŘADNÍ SÍNĚ LIBEŇSKÉHO ZÁMKU se konaly tradiční adventní koncerty. Na posledním z nich se představil houslový virtuos Jaroslav Svěcený, který na začátku prosince oslavil 60. narozeniny.



JEDNÍM Z NEJKRÁSNĚJI OZDOBENÝCH MÍST bývá prostor u Libeňského zámku. Nejinak tomu bylo i v letošním roce.

Čtenáři píší

Dobrý den,

bydlíme v Praze 8 už mnoho let a pravidelně dojíždím do zaměstnání autobusem k metru Kobylisy. Proto mohu srovnávat. Vždy na podzim spadane listí pravidelně likvidovala uklízení firma, kterého v ulici Horňácké a v okolí je vždy dost. Bohužel poslední dobou listí nikdo neuklízí a zůstává ležet celou zimu. Letos je to opět stejné, na zemi

mnoho listí, nyní i sněhem a deštěm přeměněno v bahnitou kaši, která je kluzká a tím i při chůzi nebezpečná. Kdy spadane listí bude odklizen nebo zase budeme čekat až do jara a příroda si s tím poradí?
Děkuji.

M. Hajný

Vážený pane Hajný, jste jeden z mnoha občanů, kteří si na tuto problematiku na

radnici stěžují. Lidé přirozeně nerozlišují mezi pozemky, které máme ve správě my jako MČ Praha 8 a uklízíme je, a těmi, kde úklid neprobíhá. Bohužel navíc dochází k tomu, že z neuklizených pozemků nepatřících MČ Praha 8 je listí opět při větrných klimatických podmínkách nafoukáno zpět na pozemky, kde již úklid ze strany radnice proběhl. Ve většině případů se jedná mimo jiné i komunikace pro pěší, které jsou takto znečištěny a stávají se až do jara částečně nebezpečnými z důvodu kluzkého povrchu s nánosy spadaneho a posléze i tlejícího listí. MČ Praha 8 je potom nucena vynakládat další prostředky na provedení opětovného úklidu. Před několika dny jsem proto dopisem vyzval ředitele Technické správy komunikací s žádostí o zajištění úklidu spadaneho listí

Vážení čtenáři,

v této rubrice publikujeme vaše vybrané dotazy, připomínky či návrhy včetně odpovědí. Nezveřejňujeme příspěvky anonymní, vulgární a zjevně nepravdivé. V případě pochybností rozhoduje redakční rada.

Vaše stručné náměty zasílejte na e-mail osmicka@praha8.cz či na adresu **Zenklova 35/1, Praha 8, 180 48**. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky krátit a upravovat.

na pozemcích svěřených do správy TSK a zvážení pravidelnosti podzimního úklidu listí, aby byla zajištěna efektivnost prováděných prací. Opět jsem apeloval na to, aby v budoucnu pravidelný podzimní úklid ulic proběhl až na přelomu listopadu a prosince tak, aby se při něm uklidilo i listí. Jsem přesvědčen, že tento postup by byl efektivnější.

S pozdravem

Ondřej Gros (ODS),
starosta MČ Praha 8



SPADANÉ LISTÍ by měl uklidit majitel pozemku

NAPSALI JSTE NÁM NEJEN NA WWW.PRAHA8.CZ

• **Dobrý den,** proč je ul. Střelnická zúžena do jednoho pruhu od ul. Davidkové směrem Prosek, 29xZ4 viz. 2-DIO-Pragis-Rekonstrukce kanalizačního sběrače Davidkova – 4. etapa, když zde neprobíhají žádné práce. Z jakého důvodu nelze z ul. Štěpničné značka B2+Z2 vyjet zpět na ul. Střelnickou. Pokud je to jen z důvodu zajištění objízdné trasy několika málo kloubových autobusů a tato situace navržena projektantem, je jako nejschůdnější možné řešení, tak se ptám, jak vysoká je četnost průjezdu kloubových autobusů oproti běžným osobním automobilům, které jsou nyní omezeny. Nebylo by řešení dohodnout průjezd menších autobusů, které pro vjezd do objízdné trasy nepotřebují uzavřený pruh cca 9m? Je možnost přehodnocení a změny dopravní situace? Děkuji.

(přímé spojení s nemocnicí Bulovka) nepřijatelné. Hlavní přepravní účel tvoří linka PID 348 pro přepravu osob mezi Neratovicem a Prahou a z důvodu velké poptávky na přepravní kapacitu linky není bohužel možné změnit typy vozidla na menší autobusy, které v této oblasti sice nemají již tak velký přepravní výkon, nicméně technicky a provozně je nemožné změnit typ vozidel ve stanici Ládví. Omlouváme se za komplikace, avšak jedná se o dočasné řešení z důvodu nutné výluky.

Děkujeme za pochopení.

Michal Plášil, odbor městské dopravy

• **Dobrý den,** již přes týden máme před domem K Haltýři 15, Praha 8, nevyvezené modré a žluté popelnice. Chci poprosit o častější vyprazdňování. Tímto způsobem jsou občani nuceni vyhazovat odpad do směsi. Děkuji.

Jiří Lopatka

Dobrý den, při návrhu dopravního opatření byla prověřována průjezdnost kloubového autobusu pro průjezd linky PID 348 a je opravdu zapotřebí zjednosměrnění ulice Štěpničná. Otázka ohledně četnosti počtu autobusů vzhledem k osobním automobilům je vcelku irelevantní, jelikož pokud autobus neprojde, tak ani nezáleží na poměru autobusů a osobních vozidel, ale pouze na tom, zda by nebylo možné zrušit spoje linky PID 348 v úseku Ládví - Bulovka, což by bylo z hlediska dopravní obsluhy

Vážený pane Lopatko, stanoviště je vyváženo, ale jeho kapacita nestačí, protože druhé stanoviště na konci ulice K Haltýři bylo zrušeno z důvodu nesouhlasného stanoviska vlastníka pozemku parc.č. 1119/1, k.ú. Troja s umístěním. S umístěním stanoviště na Velké skále je problém v tom, že kromě samotné komunikace jsou zde pozemky ve vlastnictví soukromých osob včetně těch parkovacích kójí, kde by například stanoviště na úkor dvou parkovacích míst mohlo být, ale

k tomu souhlas nikdo nedá. V kapacitních možnostech svozové společnosti by mělo být navýšení četnosti z 3x týdně na 4x týdně u klasických stanovišť a z četnosti 2x týdně na 3x týdně u podzemního stanoviště. Senzory u podzemního stanoviště ukazují, že není maximálně využíváno ani při současné frekvenci, tam je určité prostor.

Městská část není zřizovatelem, ani plátcem systému stanovišť tříděného odpadu. Jako úřad městské části přijímáme podněty a stížnosti občanů, provádíme vlastní kontrolní činnost, ale o každé navýšení/změnu stanoviště musíme podávat žádost a tu schvaluje magistrát hl. m. Prahy a bohužel minimálně do konce roku je jakékoli navýšení venkovních stanovišť omezeno.

Vhodným řešením pro oblast Velká skála by bylo zřízení tzv. domovních stanovišť tříděného odpadu, více info zde <https://www.praha8.cz/domovni-stanoviste-trideného-odpadu>. Od magistrátu hl. m. Prahy máme potvrzeno, že by pro sídliště Velká skála mohla být domovní stanoviště zavedena. Pokud máte zájem jako bytový dům, tak pošlete žádost, viz odkaz v přechodím mailu. Magistrát z mnoha důvodů preferuje zřízení domovních stanovišť. Naopak nová venkovní stanoviště se v nejbližší době přidávat nebudou.

S pozdravem

Tomáš Veselý, oddělení kontroly ovzduší, odpadů a správních činností



Osmička

MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 8

Vydává městská část Praha 8,
plnobarevný tisk, náklad 64 200 výtisků,
zdarma distribuován na všechna
doručovací místa v Praze 8,
formát 210 x 297 mm.

CENÍK INZERCE

 1/1 strany 188 x 264 mm 55 000 Kč	 1/2 strany 92 x 264 mm 27 500 Kč	 1/2 strany 188 x 130 mm 27 500 Kč	 1/3 strany 59 x 264 mm 18 500 Kč
 1/3 strany 188 x 86 mm 18 500 Kč	 1/4 strany 92 x 130 mm 14 000 Kč	 1/4 strany 188 x 63 mm 14 000 Kč	 1/8 strany 92 x 63 mm 7 000 Kč
 1/9 strany 61 x 86 mm 6 500 Kč	 1/16 strany 44 x 63 mm 3 500 Kč	 1/16 strany 92 x 30 mm 3 500 Kč	 1/32 strany 44 x 30 mm 2 000 Kč

Platí od 10. 1. 2019

**Cena 2. a 4. obálky (1/1 strany): 70 000 Kč,
cena 3. obálky (1/1 strany): 60 000 Kč.**

Řádková inzerce:

- 85 Kč za řádek o 30 znacích

Slevy (nevztahuje se na řádkovou inzerci):

- 3 a více opakování inzerátu: 10 %
- 6 a více opakování inzerátu: 20 %
- 9 a více opakování inzerátu: 35 %
- navíc agenturní provize: 15 %

Ceny jsou uvedeny bez DPH.

OSMIČKA – měsíčník městské části Praha 8, Zenklova 1/35, 180 48 Praha 8 – Libeň

e-mail: inzerce@praha8.cz • www.praha8.cz

Fórum zastupitelů

Jaké vysvědčení dáváte koalici na Praze 8 po půlce volebního období?



TENTO MĚSÍC SE PTÁ:
8ŽIJE

V této rubrice najdete názory zástupců stran zvolených do Zastupitelstva MČ Praha 8. Každý měsíc postupně jedna z nich vybere otázku, na kterou odpovídají i ostatní.



Ondřej Gros
starosta
MČ Praha 8

ODS

Hodnocení práce zastupitelů je hlavně na občanech

Uznávám, že otázka je od opozičních kolegů zvolena chytře, protože pro každého je těžké hodnotit sám sebe. Když napíšu, že si vedeme skvěle, oprávněně budu čelit výtkám, že zavanula samochvála. Pokud budu kritický, směřuje to ke konci koalice.

Tak tedy, s problémy (a že jich je!) se pereme, jak umíme, s nejlepším vědomím a svědomím. Situaci o hodně zhoršil i koronavirus, se kterým se celé lidstvo potýká již rok. Věřím však, že dokážeme obstát, nejen koalice vedoucí radnici, ale my všichni společně.

Zkusím se však vyjádřit spíše k opozici. Již po svém zvolení jsem proklamoval, že s opozicí nechci vést válku. Nechci a nechovám se k ní jako k protivníkovi, kterého je třeba potříti a znemožnit, ale jako k partnerům, se kterými někdy nenajdeme stejný názor. To je v demokracii normální, a bez toho by to ani demokracie nebyla.

Někdy si říkám, že máme část opozice, která v těžkých chvílích s námi umí zatahnout za jeden provaz, jak se ukázalo na jaře při první vlně koronaviru. Jindy mne mrzí, že jsme kritizováni nevěcně takřka za cokoliv. Radit si nikomu netroufám, možná by však stálo za pokus ubrat na emocích a zkusit skutečně diskutovat.

Domnívám se, že v poslední době převažuje spíše ten nevěcný, emotivní přístup, jako třeba v případě kluzišť, která jsme letos kvůli pandemii nepostavili. Věřím však v to, že náš postup byl správný, protože prázdné kluziště, na které nikdo nesmí, je zbytečným vyhazováním peněz.

Jsem v polovině volebního období. Jak jsme si kdo vedl, zhodnotí občané Prahy 8 v roce 2022. A já opravdu věřím, že budou hodnotit spravedlivě. Přeji úspěšný rok 2021 všem bez rozdílu.



Michal Novák
předseda
zastupitelského klubu

PIRÁTI

Ve zkratce jednou známkou – za čtyři!

Vládnoucí menšinová koalice ODS, TOP 09, STAN a Patriotů/ Trikolory za podpory ANO občas udělá krok správným směrem, ale až když je k tomu dotlačena opozicí nebo okolnostmi.

Dobrym příkladem může být třeba ustanovení výboru pro Novou Palmovku. K němu došlo až po našem několikaměsíčním naléhání a vyjednávání. Především zástupci ODS odolávali a vymýšleli jiné varianty, jak na oko probrat Novou Palmovku s celou politickou reprezentací, a vlastně ji rovnou prodat. Ustoupili až pod hrozbou úplného opozičního bojkotu. A že by se zřízený výbor z popudu předsedy pravidelně scházel a opravdu aktivně řešil, co dál s betonovým kostlivcem na Palmovce, se také říci nedá. Podobně koalice konečně souhlasila se zavedením softwaru CityVizor. Také až po opakovaných návrzích opozice a po návštěvě primátora Zdeňka Hřiba na schůzi zastupitelstva. Teprve v příštích měsících se uvidí, zda budou moci občané nahlédnout jejímu vedení tzv. "pod ruce".

Vadí nám, že rada u svých usnesení často nezveřejňuje tzv. důvodové zprávy. Bez nich je totiž zveřejňování rozhodnutí rady jen čistou byrokracií. Občané tak v některých případech vidí jen bezduché právní dokumenty bez argumentů.

Mediální "zviditelnění" Prahy 8 na jaře 2020 v souvislosti s teď už bývalým radním pro IT Slobodníkem a kauzou "Dezinfekce" na pozitivním hodnocení koalice samozřejmě také nepřidalo.

Co hůř, podle našeho názoru, se rada MČ Praha 8 vlastně ani moc nesnaží předstírat, že „vládne“ ve prospěch občanů. Komise a výbory jsou nadále uzavřené a občané stále nejsou zapojováni do rozhodování o budoucnosti Prahy 8. Zato se s nimi radní rádi potkají a vyfotí třeba u pěti vánočních stromů nebo při jiných mediálně zajímavých příležitostech. O placených reportážích za stovky tisíc korun na Praha TV ani nemluvě. Být vidět je totiž možná to hlavní, co někteří naši radní chtějí, a podle toho to také vypadá.



Tomáš Němeček
zastupitel
MČ Praha 8

8ŽIJE

Je slabá tam, kde měla být silná

Místo známek dávám v tomto případě přednost slovnímu hodnocení, aby koalice věděla, kde se může zlepšit.

Jestli něco bylo opravdu zklamáním, pak finance a hospodaření, což je – na celostátní úrovni – královská disciplína ODS i TOP 09. Na úrovni Prahy 8 bohužel nikoli. ODS si pod sebe vzala rozpočet i finanční výbor, měla příležitost předvést, co umí... ale kde je ten výsledek? Na účtu u České spořitelny měla Praha 8 uloženo 330 milionů, ODS ho po volbách vybilila a nechala zrušit. Mysleli jsme, že je stranou vyrovnaného rozpočtu, nikoli vybrakovaného. To je zklamání pro každého pravicevolice: zdejší ODS bohužel nominuje už léta letoucí stále stejné lidi bez nápadů a elánu, kteří nikdy úspěšně nepodnikali.

Čekali jsme, že TOP 09 se chopí různé správy obecního majetku. Náš klub si proto vyžádal aktuální přehled dluhů z nebytových prostor. Činí 29,8 milionu korun. Nad čím se nám ale protočily panenky, to byla nenápadná poznámka, která se u dlužníků Prahy 8 objevuje až příliš často: „bude navržen odpis“. Kde je péče řádného hospodáře?

Jsem zklamán ze školství, které jede samospádem. Člen rady, který tuto oblast dostal na starost, se jí nevěnuje a spoléhá na vedoucího odboru školství. Konkurzy na ředitelská místa jsou zde výjimkou, nikoli pravidlem. Náš klub prosazoval přilákání zajímavých alternativních škol: mohly tady být tři. Místo toho zde bude opět jen PORG.

Koalice je už v poločase unavená a personálně vyčerpaná. Ale chceme ji na vysvědčení motivovat, takže: „Zlepší docházku. Pracuj v hodinách lépe. Neboj se říct si o pomoc.“



Jana Solomonová
zastupitelka
MČ Praha 8

ANO Práci radnice zhodnotíme až po čtyřech letech

Hodnotit někoho v polovině jeho práce není jednoduché a v komunální politice to platí dvojnásob. Jedno volební období na čtyři roky je samo o sobě relativně krátkým časovým úsekem, za které není možné mnohé zamýšlené projekty stihnout, a to především s ohledem na často složitou administrativu nebo zákonné postupy v procesu a jejich schvalování.

Na druhé straně jsou dva roky obdobím, za které lze mnohé věci realizovat nebo pro realizaci alespoň připravit. Navíc současně s každým začínajícím volebním obdobím musí nastupující rada městské části převzít rozpracované projekty po radě předchozí. V tomto se současnému vedení Prahy 8 relativně daří. Mnohé projekty, například rekonstrukce budovy základní školy v Pernerově ulici, které byly rozpracovány, dotáhla současná rada do zdárného konce. Menší projekty již stihlo vedení radnice také realizovat.

Bohužel v tomto roce do všeho vstoupilo onemocnění covid-19, které v mnoha ohledech zpomalilo nejen běžný život, ale i přípravu projektů nebo jejich dokončení. Tento současný stav dovedlo vedení radnice využít a v některých problematikách se zlepšovat nebo přemýšlet, jak například úřad více přiblížit občanům, jak zlepšit komunikaci, služby ve zdravotnictví nebo v sociálních službách.

Nechme tedy hodnocení současného vedení městské části Praha 8 na dobu po skončení jejího mandátu. Pak, po čtyřech letech, budeme jistě schopni lépe zhodnotit odvedenou práci, která by měla přinést to nejlepší, a to především pro občany Prahy 8.



Hana Novotná
zastupitelka
MČ Praha 8

TOP 09 A STAN Děláme pro vás vše, co je v našich silách. Dávám nám 2+

Je obtížné hodnotit sami sebe, vysvědčení získáme od občanů v příštích volbách. Nicméně dovoluji si shrnout to, na čem pracujeme a co se chystáme do konce volebního období dokončit.

Zahájili jsme tvorbu územní studie Palmovky včetně dopravního řešení celého území. Prosažujeme jižní obchvat Libně, který ji ochrání před desetitisíci projíždějících vozidel. Na rozvoji pracujeme také v rámci projektu Palmovka teď a připravujeme vybudování nové komunitní scény Zastávka Libeň. Námí zřízené oddělení plánování a rozvoje se naplno věnuje územnímu plánování. Dokládá to v současné době 22 podaných podnětů na územní změnu například v oblastech Košínska i Pelc-Tyrolky. Ve sféře územního plánování se nám za poslední rok povedlo více, než se udělalo za posledních 20 let.

Jednou z našich priorit je doprava. Budujeme nová parkovací místa, doposud jich přibývalo na 250. Připravujeme nový povrch u několika významných cyklostezek a postavíme novou část trasy A2 podél Povltavské. Věnujeme se také bezpečnosti dopravy, zejména u škol připravujeme úpravy přechodů tak, aby byly bezpečnější.

Pokračujeme v rekonstrukcích školských objektů a navzdory koronavirové pandemii se nám podařilo úspěšně nastartovat unikátní systém letního provozu školek, kdy každý rodič, který o to projevil zájem, mohl mít v létě dítě ve školce až šest týdnů.

Opět se nám podařilo navýšit finanční prostředky rozdělované v grantech na podporu kultury, volnočasových činností a sportu. Obnovili jsme kvalitní farmářské trhy v Karlíně a nově přidali trhy v Bohnicích.

Staráme se též o udržování naší městské části v čistotě a opravujeme bytové prostory v našem majetku.



Petr Vilgus
zastupitel
MČ Praha 8

ZELENÍ Zelení: Naše osmička nevzkvétá

Nejsem podporovatel známkování, proto místo známky udělím slovní hodnocení:

Uběhly dva roky od voleb. Vládne nám pestrá menšinová koalice ODS-Svobodní-Trikolora-TOP-STAN s podporou ANO. Sledujete za tu dobu nějaké pozitivní novinky? Nové projekty nebo vize? Tvrdím, že osmička stagnuje.

Když byli zelení ve vedení radnice, děly se změny. Rozjela se revitalizace Palmovky, využití našla Karlínská kasárna, Invalidovna i dům Za Poříčskou branou 7. Proběhla rekonstrukce tramvajové trati mezi Invalidovnou a Urxovou, zažili jsme přerod ulice Zenklova z podoby z protektorátních časů do 21. století. Na mnoha místech se rozjel projekt Bezpečné cesty do škol, který přinášel bezpečí pro naše děti. Vznikl cyklopodjezd podél Rokytky v Čuprově. Začaly fungovat parkovací zóny, které chrání parkovací místa pro naše obyvatele, otevřela se debata o spojení Bohnic a Prahy 6 nebo tramvaje do Zdob. Začaly práce na vlakových zastávkách Karlín a U Kříže. Byla obnovena škola v Pernerově. Byla zahájena revitalizace náměstí na Krakově a připravovalo se nové Ládví. A zejména – radní se s občany setkávali, získávali požadavky z participací, anket a dalších forem zapojování občanů do rozhodování. Rozjela se místní Agenda 21, strategické plánování a férové vyjednávání o podmínkách výstavby s developery (+ proběhlo i pár souborů, třeba s CPI).

Co se děje teď? Vlastně nic. Předseda dopravní komise Jedlička se snaží v řadě dílčích změn. Vznikají některé strategické dokumenty v kanceláři radního Hřebíka. A tím to vlastně končí. Koalice, musíš přidat, jinak u občanů propadneš.



Jiří Vítek
místostarosta
MČ Praha 8

PATRIOTI S TRIKOLOROU Rozumná kritika je žádoucí, budeme tak společně lepší

Je nesmyslné známkovat svoji práci, tu oznámkuje vy, občané. Tato koalice pracuje v nejhroší možné době, tedy v situaci, kdy řeší pozůstatky projektu Nová Palmovka, skoro dvojnásobně nižšího rozpočtu a necelý rok pracuje v době koronaviru. Ten jsme jako Praha 8 zvládli ohledně materiální vybavenosti, odbornosti, péči o občany v domov seniorů tak dobře, že pomáháme i okolním městským částem.

Čeká nás bohužel další složité období, nižší výběr daní z důvodu uzavření mnoha provozoven bude znamenat nižší příjmy do rozpočtu. Máme historicky nejtransparentnější komise, výbory a v tabulce Hlídače státu pomoci K-indexu, který hodnotí transparentnost hospodaření tisícovky úřadů a veřejných firem máme za náš první rok zlepšení ze známky 5- na 3+. V Praze jsme tak největším skokanem ve zlepšení a transparentnosti a třináctým nejlepším skokanem ve zlepšení v celé republice z tisícovky institucí! Špina a lži se píšou a u některých čtou lépe, ale tohle jsou fakta.

To, co se podařilo v územním rozvoji, se tu nepodařilo desítky let. Vše se řeší komplexně, logicky, už se neschvaluji projekty na stole nekvalifikovaných osob, už to není o politice, ale o odbornosti. Krizové řízení pro mimořádné situace obce patří mezi nejspolehlivější a odborně nejvyšší odbory v Praze. Dovolím si zhodnotit krátce i práci kolegyně a kolegů. Už nevidíme metrové louky a zanedbanou údržbu zeleně, doprava dostala naprosto nový impuls a řeší se i třicet let zapomenuté věci.

Vždy je co zlepšovat. To skutečné vysvědčení dáte, vážení občané, za dva roky vy. To je jediná známka, kterou lze respektovat, a paradoxně tam se úspěch začíná počítat od čísla 5.

Krásné svátky sousedé, držte se.

Rozhovor

GERONTOLOŽKA A ČESTNÁ OBČANKA PRAHY 8 IVA HOLMEROVÁ:

Péče o lidi s demencí vyžaduje více než jen odbornost

■ Docentka Iva Holmerová platí za první dámu české gerontologie a péče o lidi s postiženími spojenými se stářím. Člověk v její pozici musí mít záběr odborný, mezioborový a zejména lidský. Lidskost, empatie a oddanost oborům geriatric, gerontologie a studia dlouhověkosti, kterým vtiskla jedinečný a osobitý punc, z ní činí výjimečnou lékařku, pedagožku a kolegyni. Také proto letos získala z rukou starosty Ondřeje Grose (ODS) ocenění Čestný občan Prahy 8.

Nabízí se otázka, jak jste se ke své praxi dostala, ale vy jste vlastně spojena s celým vývojem gerontologie. Můžete ho čtenářům přiblížit?

Sociální problematika ve stáří a péče o geriatrické pacienty jsou tématy, s nimiž jsem spojila veškerý svůj profesní a odborný život. Na rozvoji gerontologie a dlouhodobé péče a péče o seniory v České republice se podílím několik desetiletí, zejména pak o lidi s demencí. Zabývám se

Geriatrická péče musí být nejen odborná, ale především lidsky vstřícná a laskavá.

klinickou geriatrií, medicínou stáří a dalšími otázkami, souvisejícími se stářím, postavením seniorů a rodinných pečujících či službami pro seniory. Ve své klinické, vědecké i publicistické práci zdůrazňuji etické aspekty dlouhodobé péče, nutnost mezioborového přístupu a mezirezortní spolupráce. Bez této práce si už delší dobu nedovedu svůj život představit.

Velmi mi proto záleží na tom, aby se na aktivitu Gerontologického centra mohlo nahlížet jako na příklad dobré praxe v oblasti geriatric a gerontologie. Zaměřujeme se také na doléčení a rehabilitaci starších lidí a podporu kvalitního života lidí s demencí. Snažím se apelovat na důstojnost těchto jedinců termínem „lidé“ – nikoli pacienti – s demencí.

Ve svém oboru jste se stala i mezinárodně uznávanou. Jak k tomu došlo?

Po několikaletém členství mě v roce 2016 zvolil výbor společnosti Alzheimer Europe do svého čela. Tomu předcházelo založení České alzheimerovské společnosti (ČAS) v roce 1997,

geriatrického doléčovacího oddělení a kontaktních poradenských míst.

Zavedli jsme také takzvanou respitní péči v domácnosti pro pacienty s demencí (krátkodobá úlevová péče pro rodinné příslušníky a opatrovníky, kteří trvale pečují o vážně duševně nebo tělesně postiženou osobu – pozn. red.) či různých psychosociálních intervencí programy pro seniory s demencí. Je toho mnoho a všechna tato práce postupně vznikala za chodu při snaze o maximální vylepšení péče o lidi s demencí. Nesmíme

Nejen pomáhat lidem s demencí, ale i těm, kteří o ně pečují. Takže my se musíme umět postarat nejen o pacienty samotné, ale musíme umět poskytovat péči a podporu i jejich nejbližším příbuzným, aby o ně mohli pečovat co nejlépe spolu s námi.

Alzheimerova choroba je postupná ztráta takzvaných kognitivních funkcí spojených s myšlením, pamětí a tvorbou úsudku. Po ní zpravidla následuje demence, která už vede k závislosti nemocného na svém okolí. Postihuje nejprve krátkodobou paměť, později



IVA HOLMEROVÁ přebírá z rukou starosty Ondřeje Grose ocenění Čestná občanka Prahy 8.

která se stala členem zmíněné Alzheimer Europe a Alzheimer's Disease. V rámci ČAS a také Gerontologického centra jsme stáli za zrodem řady nových služeb pro seniory a lidi s demencí. Ať už se jedná o model zdravotně-sociálního zařízení, komunitního centra pro seniory, denního stacionáře pro lidi s demencí, osobní asistence, ale také moderní koncepte

nikdy zapomínat, že tyto lidé jsou nejen oslabení, ale lidé už často na sklonku života jsou citliví, a tak se k nim také musí přistupovat.

Co je vlastně Alzheimerova choroba? Oni netrpí jen její nositelé, ale i jejich nejbližší okolí...

To je přesně cílem České alzheimerovské společnosti.

mají postižení prohlubující se potíže s vyjadřováním, vyhodnocováním situací, časovou a prostorovou dezorientací, nedokončením myšlenek, a podobně.

Geriatrická péče tedy nutně musí mít společenské přesahy?

Samotnou gerontologii je jistě komplexní obor přesahující do

oblasti sociální péče, etiky, sociální antropologie i politiky, bez níž nelze prosadit významné legislativní změny týkající se stárnutí a péče o seniory. Z pozice zkušené gerontoložky mohu zodpovědně potvrdit, že starší senioři mohou mít specifické problémy, jakými je křehkost, syndrom demence a další geriatrické syndromy vyžadující celostní přístup.

Nedílnou součástí naší práce je apelovat na odborníky i zástupce legislativy, že geriatrická péče musí prolínat všemi segmenty zdravotní péče a péči o geriatrické pacienty musí zajišťovat tým odborníků. Nezbytnou podmínkou je spolupráce geriatrů s gerontopsychiatry, psychology, lékaři dlouhodobé péče a odbornými pracovníky nelékaři, specialisty na paliativní péči, klinickými farmaceuty, praktickými lékaři a dalšími lékařskými i nelékařskými odbornostmi. Geriatrická péče musí být nejen odborná, ale především lidsky vstřícná a laskavá.

Takže péče o tyto lidi také vyžaduje adekvátní přístup. Vedle odbornosti i empatii, cit a trpělivost...

To je fakt, bez toho by to opravdu nešlo. Každý takovou situaci jistě známe ze svého nejbližšího okolí, kdy jsme byli svědky stárnutí někoho z nejbližších příbuzných. Ti lidé postupně ztrácejí životní sílu, pak i základní schopnosti. Lidé na takovou situaci nebývají vždy připraveni, a to zejména po psychické stránce. Přitom lidé se ztrácejícími paměťovými schopnostmi musejí dál cítit přízeň svých nejbližších.

Od okolních lidí si tato péče na základě mých celoživotních poznatků vyžaduje neutuchající činnost, laskavost a v neposlední řadě i smysl pro humor, které působí jako kopí mířící na štít heroické maskulinní medicíny a celospolečenského ageismu (*stereotypizování, až diskriminace starších lidí – pozn. red.*).

Jakých ocenění jste se za svou kariéru v životě ještě dočkala?

Za přínosy v oboru geriatrie a gerontologie jsem získala řadu ocenění. Patří mezi ně Cena za mimořádný přínos v oboru

doc. MUDr. Iva Holmerová, Ph.D.



Narodila se v roce 1955 v Kostelci nad Labem. Po studiích na gymnáziu v Brandýse nad Labem absolvovala v roce 1981 Fakultu všeobecného lékařství Univerzity Karlovy v Praze. Následně pracovala jako sekundářka v ústavech národního zdraví v Praze 9 a v Mělníku a Praze 8 a postupně se specializovala v praktickém lékařství, geriatrii, veřejném zdravotnictví a medicíně dlouhodobé péče. V roce 2002 obhájila na Lékařské fakultě v Plzni doktorskou disertační práci ze sociálního lékařství a získala titul Ph.D. v oboru sociální gerontologie.

V roce 1991 založila Gerontologické centrum v Praze 8 s denním stacionářem pro pacienty s demencí a stala se jeho ředitelkou. Šlo o první zařízení tohoto typu v České republice. Projekt Gerontologického centra je v současné době respektován jako jeden z modelů péče o seniory v tuzemsku.

gerontologie v kategorii klinické, udělená v rámci Gerontologických dnů Ostrava (2004), Cenu Makropulos model denního stacionáře pro seniory s demencí (MZ ČR 2008), Řád Vavřínu udělený Hospodářskou komorou České republiky (2012), Pamětní medaile České lékařské společnosti JEP (2015), Cena Aesculap Akademie za rozvoj vzdělávání ve zdravotnictví (2015), Cena Asociace poskytovatelů sociálních služeb (2017) či čestné občanství MČ Praha 8 (2020).

Pak jsou další řekněme drobnější úspěchy, které ale považuji za zásadní. Coby zástupce odborné společnosti jsem se významně zasadila například o to, aby geriatrie zůstala základem specializačním oborem postgraduální přípravy lékařů. Byla jsem také předsedkyní České gerontologické a geri-

atrické společnosti České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. V rámci Institutu postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví jsem působila také jako vedoucí Katedry

Naším cílem je nejen pomáhat lidem s demencí, ale i těm, kteří o ně pečují

oborů následně a dlouhodobé péče (2011–2014), Subkatedry paliativní medicíny (2013–2014) a Katedry medicíny dlouhodobé péče (2014–dosud). Od roku 1997 jsem členkou atestační komise pro obor gerontologie a geriatrie a od roku 2012 odbornou garantkou vzdělávání v oborech geriatrie a medicína

dlouhodobé péče České lékařské komory. Jsem zakladatelkou a garantkou každoročního kongresu Pražské gerontologické dny a organizátorkou řady dalších vzdělávacích aktivit. Je to hodně.

Aktivně se věnuji také publikační a osvětové činnosti a nedílnou součástí kariéry je rovněž vědecká činnost. Od roku 2003 působím i na Fakultě humanitních studií Univerzity Karlovy v Praze. V roce 2012 jsem se zde stala proděkanou pro zahraniční vztahy, od roku 2013 vedoucí Centra pro studium dlouhověkosti a dlouhodobé péče (CELLO), v jehož rámci se realizují výzkumné a expertní projekty z oblasti gerontologie a dlouhodobé péče. Od roku 2018 jsem garantkou doktorského studijního programu Studia dlouhověkosti.

Zdravotní a sociální péče

NOUZE

Pomoc rodinám ve finanční tísní. Vznikl přehledný manuál

■ Radnice Prahy 8 vydala „manuál“ pro sociálně slabé rodiny s dětmi. Odpoví na otázky například v oblastech ošetřovného, mimořádné okamžité pomoci, potíží s platbami za stravné, školní družinu či klubu nebo záležitostí týkajících se doučování. Návrh na vytvoření manuálu vznikl v Komisi pro školství a podpořili ho zastupitelé napříč politickým spektrem. Autorem myšlenky je zastupitel Tomáš Pavlů (Osmička sobě, KDU-ČSL a nezávislí).

1. MÁM ZÁJEM O OŠETŘOVNÉ NEBO O MIMOŘÁDNOU OKAMŽITOU POMOC

Doporučujeme sledovat aktuální informace na webu www.mpsv.cz, konkrétně: a) Ošetřovné – viz <https://www.mpsv.cz/web/cz/osetrovne> b) Mimořádná okamžitá pomoc – viz <https://www.mpsv.cz/mop>

2. MÁM PROBLÉM S PLATBOU V ZŠ ZA ŠKOLNÍ DRUŽINU NEBO ŠKOLNÍ KLUB

Pokud splňujete jeden z níže uvedených bodů, kontaktujte přímo ředitele školy a požádejte o snížení, resp. osvobození od úplaty. Popřípadě dohodněte s ředitelem školy splátkový kalendář, pokud je platba vyžadována za pololetí, resp. celý školní rok. Výťah z vyhlášky č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů: (3) Výši úplaty může ředitel snížit nebo od úplaty osvobodit, jestliže a) účastník nebo jeho zákonný zástupce je příjemcem opakujících se dávek pomoci v hmotné nouzi podle zákona

o pomoci v hmotné nouzi, b) účastníkovi nebo jeho zákonnému zástupci náleží zvýšení příspěvku na péči podle zákona o sociálních službách, nebo c) účastník svěřený do pěstounské péče má nárok na příspěvek na úhradu potřeb dítěte podle



zákona o státní sociální podpoře a tuto skutečnost prokáže řediteli.

3. MÁM PROBLÉM S PLATBOU V MŠ

Pokud splňujete jeden z níže uvedených bodů, kontaktujte přímo ředitele školy a požádejte o snížení, resp. osvobození od úplaty. Popřípadě dohodněte s ředitelem školy splátkový kalendář, pokud je platba vyžadována za pololetí, resp. celý školní rok. Výťah z vyhlášky č. 14/2005 Sb., o předškolním vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů: (6) Osvobozen od úplaty je a) zákonný zástupce dítěte, který pobírá opakující se dávku pomoci v hmotné nouzi 5), b) zákonný zástupce nezaopatřeného dítěte, pokud tomuto dítěti náleží zvýšení příspěvku na péči 6), c) rodič, kterému náleží zvýšení příspěvku na péči 6) z důvodu péče o nezaopatřené dítě, nebo d)

fyzická osoba, která o dítě osobně pečuje a z důvodu péče o toto dítě pobírá dávky pěstounské péče 7) pokud tuto skutečnost prokáže řediteli mateřské školy.

4. MÁM PROBLÉM S PLATBOU ZA STRAVNÉ V MŠ ČI ZŠ

Řada základních škol zřízených městskou částí Praha 8 dlouhodobě spolupracuje s nadací WOMEN FOR WOMEN – viz <https://www.obedypredeti.cz/o-projektu>, kdy na základě Darovací smlouvy s touto nada-

poskytují organizace Člověk v tísní, Nová škola, Centrum integrace cizinců, Okamžik (podpora nevidomých rodičů).

6. POMOC NABÍZÍ I OSMIČKA PRO RODINU

Tato příspěvková organizace Prahy 8 poskytuje emailovou a telefonickou podporu v následujících oblastech: pomoc rodičům s výchovně-vzdělávacími aktivitami; krizová intervence – obavy, strach, orientace v opatřeních; pedagogicko-psychologické konzultace – doučování školních dětí v domácím prostředí; metodické vedení dětí ve věku od narození po školní období; poskytnutí kontaktů na následnou odbornou péči; pomoc s trávením volného času (inspirace, informace, doporučení) – viz www.osmickaprordinu.cz

7. JAK MI MŮŽE POMOCI ODBOR SOCIÁLNÍCH VĚCÍ MČ PRAHA 8 A DALŠÍ SPOLUPRACUJÍCÍ ORGANIZACE?

Sociálně-právní ochrana dětí – pro OSPOD je důležité udržet vztahově zdravou rodinu (v poslední době čelíme značnému nárůstu domácího násilí v rodinách, sebepoškozování a jiných vážných problémů). Sociální poradenství ohledně poskytování sociálních dávek případně i asistence při jednání na Úřadu práce, Pražské zprávě sociálního zabezpečení apod. Poradenství při předlužení rodiny, ev. pomoc při jednání ohledně oddlužení, insolvence předání kontaktů na příslušné organizace. Pomoc při hledání zaměstnání a případná asistence při jednání u zaměstnavatele. Poradenství při podávání žádosti o byt na MHMP a v rámci projektu zabývaní navázání na neziskové organizace. Zprostředkování kontaktů na poradní sbor MHMP, integrační centrum Praha (zápůjčky počítačů, jazykovou výuku, předškolní výuku, kroužky) – zejména pro děti etnických skupin a cizinců.

(red)

GYMNÁZIUM ČAKOVICE,
PRAHA 9
DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

6. 1. 2021

4leté a 6leté studium
Zaměření studia
na cizí jazyky a informatiku

Den otevřených dveří budeme
přenášet i živě.
Více na www.gymcak.cz

MEZIGENERAČNÍ SOLIDARITA

Studenti píší dopisy seniorům

Studenti ze Střední školy DUKE Náhorní a z Gymnázia Ústavní z Prahy 8 a děti z Pohádkové školičky v Dolních Chabrech a z Třeboradic se účastní projektu „Mezičasy“, který organizuje Mezigenerační Akademie a spolek Počteníčko. Ti starší píší dopisy, děti malují obrázky. Společně pak jsou jejich díla určena domovům pro seniory a pacientům Psychiatrické nemocnice Bohnice. Cílem je, aby se lidé (nejen) v těchto časech necítili tak osamoceni.

Mezigenerační Akademie z.s.



Tříkrálová sbírka

Charita Česká republika plánuje a organizuje i příští rok od 1. do 14. ledna Tříkrálovou sbírku. Jde o největší charitativní sbírku v republice. Její výnos je určen na podporu sociálních služeb Charity a projektů lidem v nouzi. Vzhledem k pandemii koronaviru zůstane pravděpodobně řada tříkrálových koledníků a dárců doma. Pokud můžete, přispějte prosím do virtuální tříkrálové kasičky na: <https://www.trikralovasbirka.cz>, kde bude v budoucnu otevřena platební brána.



POMOC PRO RODINY V OBTÍŽNÉ SITUACI



Městská část Praha 8

Máte potíže a nevíte, kde hledat podporu? Kontaktujte nás!

- pomoc rodičům s výchovně vzdělávacími aktivitami
- krizová intervence - obavy, strach, orientace v opatřeních
- pedagogicko-psychologické konzultace - doučování školních dětí v domácím prostředí
- metodické vedení dětí ve věku od narození po školní období
- pomoci rodinám se stanovením denního režimu
- poskytnutí kontaktů na následnou odbornou péči
- pomoc s trávením volného času (inspirace, informace, doporučení)



TELEFONICKÁ PODPORA od 8 do 19 h linky pomoci:

Alena Dvořáková - 606 035 260 (12–19h)
 Andrea Lopašková - 702 171 705 (9–17h)
 Lamyaa Khechini - 702 171 468 (9–12h)
 (možnost konzultace v angličtině, francouzštině a italštině)

OSOBNÍ PODPORA (DLE DOMLUVY)

RC Osmička
 Libčická 333
 DK Ďáblík
 Taussigova 1172/1
 KD Krakov
 Těšínská 600


OSMIČKA pro rodinu
 Zábava, vzdělání, volný čas

EMAILOVÁ PODPORA

poradna@osmickaprorodinu.cz
www.osmickaprorodinu.cz

Školství

ZŠ BOHUMILA HRABALA

Výzva pedagogů: zpívejme proti koronánaladě

■ Pedagogové ZŠ Bohumila Hrabala nazpívali, natočili a sestříhali videoklip s názvem **Písnička ONLINE**. Originální text učitelé zapívali na melodii Justina Timberlaka. Svým hudebním klipem chtěli vyjádřit téma „jak jsme strávili karanténu“ a ukázat, že zpěv je skvělý lék proti „koronánaladě“. Svůj klip umístili na YouTube kanál ZŠ Bohumila Hrabala, kde za jeden den dosáhl přes 1,8 tisíce zhlédnutí.

Ve spolupráci s Prahou 8 vyzývají autoři hudebního klipu i ostatní pedagogické kolegy základních škol nejen v Praze, aby se nechali inspirovat a také vytvořili podobný hudební klip. Odkaz na výsledný hudební produkt je možné poslat do 6. ledna 2021 na e-mailovou adresu michal.svarc@praha8.cz. „Nezávislá porota, ve které zasedne mimo jiné i hvězda



KLIP PEDAGOGŮ si ihned získal značnou oblibu.

české popmusic, pedagog pražské konzervatoře nebo sbormistr, poté vybere ten nejvydařenější. Na vítěze čeká nehynoucí sláva a sladká odměna,“ uvedl

k soutěži radní Prahy 8 Michal Švarc (Patrioti), pod jehož záštitou se soutěž pořádá. K výzvě pedagogů ZŠ Bohumila Hrabala vznikl také hashtag #zpevem-

protikoronanaladenebo#singing-againststhecoronamood.

Hudební videoklip najdete na <https://youtu.be/jqvOoElTZPw>.

(tk)

ZŠ HOVORČOVICKÁ

Mezikulturní dialog lze vést i malováním

■ Co se mi líbí v Česku? Na tuto otázku se rozhodli odpovědět žáci z 1.B, kteří se zúčastnili výtvarné soutěže pro děti cizinců pořádané Organizací pro pomoc uprchlíkům. Pod vedením své učitelky Věry Huliciusové s nadšením vyrobili skvělá díla.

David Lysy vytvářel krajinu, protože jeho oblíbenou činností u nás v Čechách jsou procházky do přírody. Svým výtvozem i použitou technikou – malováním barevným pískem – zaujal porotu natolik, že získal druhé místo v kategorii mladších žáků,

určené pro děti z prvních až pátých ročníků.

Davidova spolužačka Sofia Mária Hrabčáková namalovala barevným pískem Karlův most. Důvod je jasný. Šikovná žačka miluje památky.

Oba naši úspěšní malíři se zúčastnili předávání cen výhercům i účastníkům soutěže, a až to epidemiologická situace dovolí, budou jejich milá díla k vidění na výstavě v prostorách Organizace pro pomoc uprchlíkům v Kovářské ulici v Praze 9.

Děkujeme dětem za zapojení do soutěže, za reprezentaci naší školy a přejeme, ať se jim ve škole i v Česku líbí nejen příroda a historické památky.

Tomáš Táborský, ředitel školy



DAVID LYSY A SOFIA MÁRIA HRABČÁKOVÁ představují svoje díla.

Inzerce



REZIDENCE ROSA BEZPEČNÝ DOMOV PRO SENIORY

- Jednotky 1+kk a 2+kk ihned k nastěhování
- Profesionální a milý přístup
- Všechny služby pod jednou střechou
- Komunitní centrum s rodinným centrem

KONTAKT

Rezidence RoSa
Střelničná 1680/8, 182 00, Praha 8 - Kobylisy

212 270 612

info@rezidencerosa.cz

www.rezidencerosa.cz



IV TÉTO NELEHKÉ DOBĚ JSME VÁM NABLÍZKU!



VRTULE MÁ OTEVŘENO

i když všude jinde je zavřeno

...mě online
výuka nebaví!

...nechápu
probranou látku
z online výuky!

Jsme tu pro vás
a můžeme vám
pomoci, když...

...nemám dobré
připojení a/nebo
notebook s webkou!

...je to už
k uzoufání!

» pomoc s řešením technického problému s online doučováním

V případě, že máte jakýkoliv technický problém s online doučováním, nabízíme pomoc i v tomto ohledu. Po předcházející domluvě, můžete využít prostor Nizkoprahového klubu Vrtule v dopoledních hodinách pro online výuku. Máme k zapůjčení notebooky se sluchátky a připojením na internet.

» individuální doučování

- » základní sociální služby
- » smysluplné trávení volného času
- » krizová pomoc

Heliport – zázemí Nizkoprahového klubu Vrtule, které se nachází na hřišti u ZŠ Hovorčovicská – **má aktuálně otevřeno v pondělí a ve středu 13.30–17.00 h.**

Pracovníky Nizkoprahového klubu Vrtule je možné kontaktovat hned několika způsoby:

- » zprávu na Facebookovou stránku facebook.com/klubvrtule
- » zprávu na Instagramový profil [@nizkoprah_vrtule](https://instagram.com/nizkoprah_vrtule)
- » mailem na vrtule@sdb.cz, nebo telefonem +420 731 604 196
- » nebo se zastavte v Heliportu, Maringotce, či v klubu Vrtule osobně



IV DRUHÉ VLNĚ ZOSTÁVÁME S VÁMI



Státní úřad pro
máloleté – středisko
volného času, o.p.s.

Městská část Praha 8 zve na výstavu k
250 letům od dostavby Libeňského zámku

Lámecké rokoko

2. prosince 2020 - 5. února 2021

Libeňský zámek

**po dobu omezení úřadu veřejnosti
k vidění na www.vg8.cz**

Konání výstavy se bude řídit
aktuálními krizovými opatřeními vlády a
mimořádnými opatřeními ministerstva
zdravotnictví. Z akce bude pořízena foto
a videodokumentace, která může být
zveřejněna.

Městská část
Praha 8

**po dobu omezení úřadu veřejnosti
k vidění na www.vg8.cz**

17/12/2020 - 4/2/2021

PO, ST: 8:00 - 18:00
ÚT, ČT: 8:00 - 15:30
PÁ: 8:00 - 15:00
SO, NE, SVÁTKY: zavřeno

**NEJKRÁSNEJŠÍ
ZÁBĚRY
PRAHY 8**

vstup zdarma

BUDOVA ÚŘADU MČ PRAHA 8
TAKZVANÝ "BÍLÝ DŮM"
U METEORU 6, PRAHA 8 - LIBEŇ

Konání výstavy se bude řídit aktuálními krizovými opatřeními vlády a mimořádnými opatřeními ministerstva zdravotnictví. Z akce bude pořízena foto a videodokumentace, která může být zveřejněna.

Městská část
Praha 8

Kultura

TURISTIKA

V Bohnicích vzniká naučná stezka plná příběhů

■ „Nejen lidé, ale i předměty vyprávějí příběhy. Chceme je zachytit a zaznamenat, předat dál.“ To je hlavní myšlenka, která provází realizátory naučné stezky na každém jejím kroku, dodává jim sílu a pomáhá překonávat překážky na cestě k cíli.

Cílem budování naučné stezky je ukázat místním i přespolním, že Bohnice nejsou jen sídliště a léčebna. Tvůrci stezky si předsevzali, že na 24 panelech představí místní tisíciletou historii, jeden z nejstarších románských kostelů, továrnu na dynamit postavenou již tři roky po jeho objevení, rané středověkou tvrz ukrytou pod zemí, chtějí popsat historii zdejších spolků, sportů, školství, přírodní bohatství... Zkrátka, že Bohnice, Čimice i Troja skrývají spoustu příběhů, které čekají, až je někdo bude vyprávět. A díky nim si můžeme uvědomit, kam až sahají naše kořeny.

KDO ZA TÍM STOJÍ?

Do práce se už před několika lety pustila skupinka nadšenců ze spolku Bohnice žijí. V roce 2015 připravili první starobohnický den, v dalších letech na něj navázali cyklem „Dějinám na stopě“ – jednou s archeologem v terénu, jindy se vyučovalo tkaní na karetkách. Vznikající sbírka historických fotografií dovolila časem vydávat i kalendáře z dob dávno minulých – ten na rok 2021 je už třetí. Chtějí

zachovat historickou podobu návsi a podnikají kroky v souvislosti s plánovanou výstavbou. A mezi tím vším se vynořila otázka – „Kdy už to vezmeme pořádně od začátku?“

A CO Z TOHO BUDE?

Při přípravě panelů je důležité vycházet nejen z archivních materiálů, ale i ze vzpomínek místních pamětníků. Jen co to situace dovolí, připravíme setkání místních, necháme je vyprávět. Povídání chceme zaznamenat, zpracovat dle pravidel orální historie a zveřejnit na webových stránkách, kde obohatí informace z venkovních panelů. Pomocí QR kódů propojíme i lidi stojící u panelů s webem, kde si poslechnou konkrétní příběhy starousedlíků. Na panely se totiž



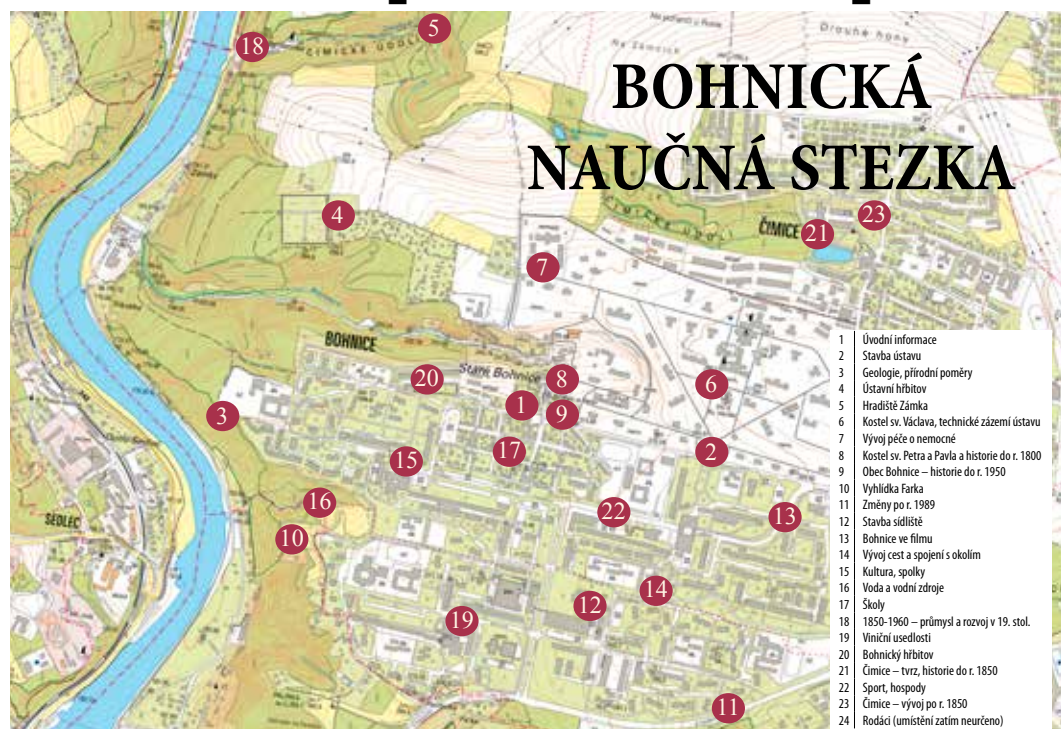
PRVNÍ INFORMAČNÍ PANEL vznikl v roce 2017 pod statkem Vraných.

vejde informací vskutku pomálu, rádi bychom je pojali jako bránu do minulosti – na webových stránkách už je prostor zveřejnit, co jsme objevili v archívech. A že jsou to docela poklady!

PRO KOHO TO VŠECHNO?

Naučná stezka je určena hlavně dospělým, dětem se občas objeví skřítek Bohníček a na chvíli je zabaví, aby dospělí měli čas se trochu začíst. (Vezměte dětem papír a obyčejnou tužku, určitě

Téma a umístění panelů naučné stezky Bohnice



BOHNICKÁ NAUČNÁ STEZKA

- 1 Úvodní informace
- 2 Stavba ústavu
- 3 Geologie, přírodní poměry
- 4 Ústavní hřbitov
- 5 Hradiště Zámka
- 6 Kostel sv. Václava, technické zázemí ústavu
- 7 Vývoj péče o nemocné
- 8 Kostel sv. Petra a Pavla a historie do r. 1800
- 9 Obec Bohnice – historie do r. 1950
- 10 Vyhlička Farka
- 11 Změny po r. 1989
- 12 Stavba sídliště
- 13 Bohnice ve filmu
- 14 Vývoj cest a spojení s okolím
- 15 Kultura, spolky
- 16 Voda a vodní zdroje
- 17 Školy
- 18 1850–1960 – průmysl a rozvoj v 19. stol.
- 19 Vinici usídlení
- 20 Bohnický hřbitov
- 21 Čimice – tvrz, historie do r. 1850
- 22 Sport, hospody
- 23 Čimice – vývoj po r. 1850
- 24 Rodáci (umístění zatím neurčeno)

Číslo 1 – realizováno. Čísla 12, 14, 19, 21, 22 a 23 – zabudováno, zatím bez textu

INSTALATÉR TOPENÁŘ

veškeré opravy a instalace
čištění odpadů, kanalizace

NEPŘETRŽITĚ

Tel: 603 421 968
283 881 375

Rothenberg s.r.o.
Na Slovance 38, Praha 8

je budou potřebovat :) Starší generace zavzpomíná, mladší se dozví, že i děda chodil jako kluk hrát fotbal, třeba na stejný plácek jako vnouček dnes. Naším přáním je, aby různé generace objevily nová společná témata. A aby nově příchozí ocenili, jak historicky bohatá je lokalita, kam právě přišli.

CO BUDE DÁL?

Setkávání s pamětníky je zatím na bázi občasně pravidelných povídání tam, kde se lidi vždycky scházeli na pár slov – v hospůdce. Jen co se podaří tým trochu rozšířit, rádi bychom si povídali i s dalšími starousedlíky a došli třeba i do místního domova důchodců. A zapojit děti z místních škol – to už se neobejde bez nadšenců mezi učiteli. Věříme, že to půjde... A plánů máme ještě více...

KDO TO VŠECHNO PLATÍ?

S MČ Praha 8 na projektu spolupracujeme už od roku 2016.

Tenkrát jsme získali grant na první panel, který od roku 2017 stojí v uličce pod statkem Vraných. V participativním rozpočtu jsme díky podpoře veřejnosti v dalším roce získali příslib 240 tisíc korun, bohužel ale nebyla většina podpory realizována. Ale povedlo se vyrobit šest panelů a ty byly díky odboru kultury v září umístěny do terénu. V listopadu jsme získali peníze z grantu České spořitelny a nadace Via, aktuálně soutěžíme v programu „ČSOB pomáhá regionům“. Ale to ještě na zaplacení všech faktur stačit nebude.

Pokud chcete projekt podpořit, můžete až do 6. ledna 2021 přispět na účet 1017777101/0300, VS: 20201102.

KOHO A CO BYCHOM UVÍTALI?

Fotografy. Kdo by neměl rád fotky s pohyblivým středem,

kteří ukazují stejné místo tenkrát a dnes, i pro fotografy s dronem bychom měli tip.

Badatele. Diplomanty či bakaláře, kteří v rámci svého studia mohou pátrat po osudech konkrétních rodin, statků...



NOVÁ CEDULE v Čimicích.

Sdílné pamětníky, co by se chtěli podělit o rodinné příběhy či fotografie...

Nadšence. Pátrače a zpracovatele konkrétních témat...

Fotografie bývalých hostinců. Bylo jich tu šest, zatím máme dobové fotky dvou.

Technicky zdatné jedince – zpracování zvuku a elektronických podkladů dá dost práce...

Češtináře – korektory na úpravu textů.

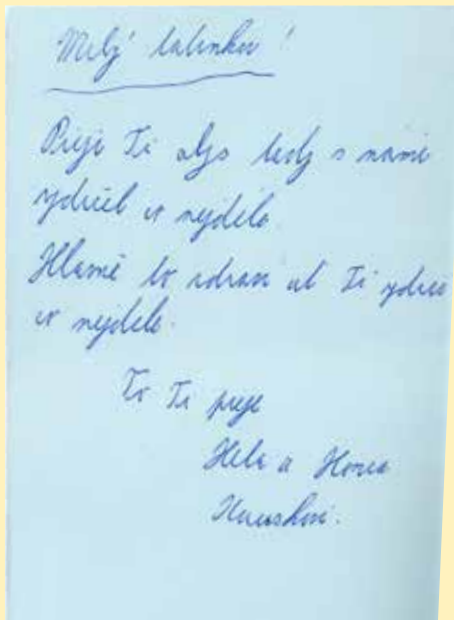
CO MŮŽEME NABÍDNOUT?

Nadšení pro věc a tipy, kde pátrat. Již celkem bohatou a uspořádanou knihovničku zdrojů, včetně několika kronik, historické mapy, množství bakalářských a diplomových prací, výstřižků, článků.

Bližší informace najdete na www.bohniceziji.cz či www.starebohnice.cz. E-mail: blankarosi@seznam.cz.

Za tým tvůrců Blanka Rošická

Děti předaly přání andělům



Každou adventní neděli měly především děti možnost přijít k adventnímu stromu na Ládví a předat svá přání obřím andělům. Mohly je namalovat, napsat nebo předat ústně. Jak jsme v minulém čísle slíbili, publikujeme nejkrásnější z nich. Najdete je i na FB stránkách KD Ládví a ve vitrínách před jeho budovou.

(red)



Kultura

VÝZVA

Máte historické snímky? Prosíme, poskytněte

■ Rok 2020 je za námi, a jak se předvíдалo, šlo opravdu o rok plný změn. Především kvůli pandemii, která nás naučila jak to dělat jinak, jsme vám v dubnu 2020 představili první online výstavu Rostislava Osičky, po ní následovalo ohlédnutí za historickými Usedlostmi Prahy 8, podzimní Salon výtvarníků a další výstavy, které neměly šanci seznámit se s diváky.

Doufáme, že v roce 2021 uvidíte více výstav offline než online a opět pro vás chystáme práce výtvarníků spjatých s Prahou 8. Těšit se můžete na přírodní motivy Evy Göndörövé, krajinomalby Jana Hofmanna, výstavu ke 100 letům kobyliského skautingu, dále pak fotografické a další historické výstavy k zajímavým událostem souvisejícím s Prahou 8.

Právě při jejich přípravě bychom rádi spolupracovali s našimi pamětníky, kterým budeme vděční za pomoc. Momentálně hledáme zmínky, nebo dokonce fotografie povodňové karlínské značky z roku 1890, která se měla nacházet na pešuňku dráhy naproti Invalidovně (dnes karlínské pole). Dále budeme rádi za jakékoliv historické fotografie

z období před rokem 1950, které znázorňují život a místa na území dnešní Prahy 8.

Pokud se chcete zapojit do kultury „na osmičce“, volejte na telefonní číslo 222 805 112, můžete využít e-mail: vystavy@praha8.cz nebo



HISTORICKÁ MAPA PRAHY – část Karlína a Libně, AV ČR.

pište se zpáteční adresou na HISTORIE PRAHY 8, ÚMČ Prahy 8 – OKSMPP, Zenklova 1/35, 180 48 Praha 8 – Libeň.

Těšíme se na vaše historické fotografie a ty nejlepší odměníme dárky.

(lj)



SNÍMEK dnešního neexistujícího karlínského přístavu, MHMP.

HISTORIE VODÁRENSTVÍ

Věž Mazanka připomíná maják

■ Jednou z dominant Libně je vodárenská věž vystavěná nad usedlostí Mazanka v letech 1903 až 1904 stavitelem Františkem Schläfferem. Projekt technologie zpracovala městská vodárenská společnost. Vodárna byla vybudována v romantickém pojetí a připomíná námořní maják.

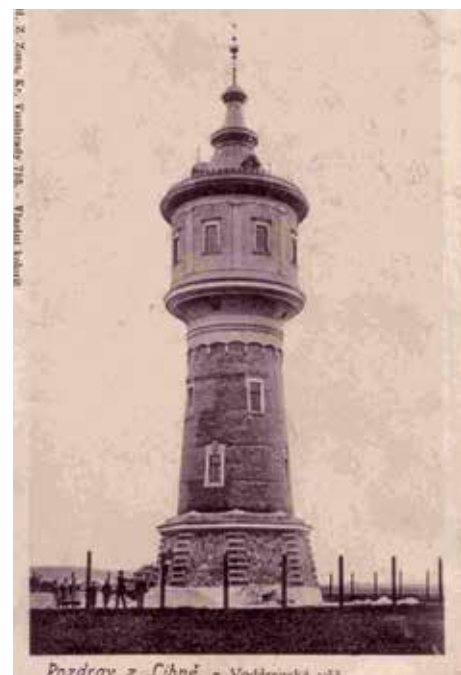
Čtyřpodlažní vodní věž vysoká 42 metrů, nejmenší z pražských věžových vodáren, byla uvedena do provozu 17. prosince 1904. Z přízemního osmibokého soklu vyrůstá komolý kužel ze spárovaných režných cihel, nesoucí válcovou baň se stanovou střechou s vikýřem a zakončenou věžičkou. Horní část s vodní nádrží je vyzděna z lehčených tvárnic do ocelové konstrukce.

Vodárna byla napájena káranskou vodou z pražského vodovodu čerpací stanicí na Bulovce a zásobovala Libeň a okolí.

Vodárenská věž Mazanka byla „ze železného plechu s vnitřní troubou o průměru 0,80 m, má maximální hloubku 5,7 m, kubaturu vody 178,49 m³ a kótu hladiny 314. Opatřena jest elektrickým ukazovákem vody v ceně 571,82 Kč a má výtlačný i rozvodný řad. Před věží spojen jest výtlačný řad s rozvodným potrubím opatřeným šoupátkem, aby v případě čištění vodojemu zásobování nemuselo býti přerušeno.“

Vodojem byl z provozu vyrazen v šedesátých letech minulého století, v roce 1988 se převedl na místní samosprávu. Areál vodárny poté doplňoval železobetonový plot s průhlednou výplní mezi pilířky z roku 1938, s původními kovanými vraty. Zajímavostí je, že od roku 1970 sloužila jeho válcovitá vodní nádrž jako vycvikové středisko potápěčů. Nyní je v soukromém vlastnictví a je přestavěn na luxusní byty.

Zdroj: Po stopách pražského vodárenství, Milpo Media 2015



VODÁRENSKÁ VĚŽ pochází ze začátku 20. století.

FOTO: fototuristika.cz

LIBEŇ

Rubikon pořádá netradiční venkovní výstavu

■ **Yellow Ribbon Run** neboli Běh se žlutou stužkou spoluorganizují Vězeňská služba ČR, Probační a mediační služba a nezisková organizace RUBIKON Centrum, která sídlí právě v Praze 8.

Cílem projektu je bořit předsudky, dát lidem s trestní minulostí a jejich rodinám druhou šanci na slušný život, přispět tak k prevenci kriminality, snížení recidivy a větší bezpečnosti ve společnosti. V roce 2019 běželo štafetový závod na 600 běžců, další ročník se vzhledem k epidemické situaci konal virtuálně v termínu od 5. do 15. prosince. I přesto se zapojilo více než 300 běžců, kteří běželi samostatně nebo v malých skupinách a svůj výkon zdokumentovali fotkou či videem. Vzhledem k tomu, že letos chyběla tradiční akce Yellow Ribbon s doprovodným programem a datum běhu bylo nutné třikrát odložit, považují organizátoři počet účastníků za velký úspěch.

Navzdory nepříznivé době si 5. ročník zaslouží důstojnou oslavu. Příležitostí k tomu je výstava fotografií Jana Jirkovského s názvem „Yellow Ribbon Run aneb Žlutá stužka v pohybu“. Expozice informuje veřejnost o projektu Yellow Ribbon, představuje osobnosti, které ho podporují, vypráví příběhy běžců a přibližuje jejich motivace, proč se do běhu zapojili. V prosinci byla instalována ve veřejném prostoru OC Quadrio na Národní třídě, v sousedství mechanické Hlavy Franze Kafky, a nyní putuje do Prahy 8.

„Propadl jsem kouzlu pouliční fotografie, která tvoří největší část mé tvorby. Věnuji se reportáží a sociálnímu dokumentu.



AMBASADOREM PROJEKTU je i letos herec a muzikant Petr Čtvrtníček.

K focení lidí s trestní minulostí jsem se dostal v období nouzového stavu přes neziskovou organizaci RUBIKON Centrum. Brzy nato jsem měl příležitost vydat se do Věznice Kuřim, fotit kapelu

Wsedě, běžce Yellow Ribbon Run a život ve věznici,“ říká autor výstavy Jan Jirkovský.

Výstava se uskuteční u ÚMČ Prahy 8, tzv. Bílého domu od 6. do 29. ledna 2021. (red)

Legendární Miroslav Paleček slavil výročí

■ Sedmdesáté páté narozeniny oslavil v polovině listopadu zpěvák a skladatel Miroslav Paleček. K jeho jubileu mu za radnici Prahy 8 na Libeňském zámku popřál mnoho zdraví a životních sil radní Michal Švarc (Patrioti s Trikolorou).



Autor a interpret dnes již zlidovělých písní „Čínský restaurant“, „Hele lidi“, „Slušovická romance“ či „Prodávácí limonád“ žije převážnou část svého života v Troji v Praze 8. Často zpívá na akcích pro seniory v KD Krakov a Ládví či v divadle K. Hackera. Příští rok se chystá osmičkovým posluchačům představit své nově vydané CD „Písně domova“, které vzniklo na motivy básní Jaroslava Seiferta.

(red)

DISKOGRRAFIE MIROSLAVA PALEČKA

1968	soukromá LP z prvních společných 6 písní – náklad 4 ks		
1969–1985	11 SP	SUPRAPHON, PANTON	
1971	Paleček a Janík	SUPRAPHON	LP
1979	Povídky Š+G 1	SUPRAPHON	LP
1981	Povídky Š+G 3	SUPRAPHON	LP
1983	Kukátko P+J	PANTON	LP
1991	Paleček a Janík 18x	PRIMUS	LP
1992	Na československém rozvodu 1 P+J	CARMEN	LP, CD, MC
1992	Na československém rozvodu 2 P+J	CARMEN	LP, CD, MC
1993	The best of P+J – Hele lidi	SUPRAPHON	CD, MC
1994	Czech made P+J	MONITOR	CD, MC
1994	Písníčky jako z prdu kuličky P+J	PRIMUS	CD, MC
1995	Kukátko a něco navíc P+J	MONITOR	CD, MC
1998	Paleček a Janík 1969–71 + 12x bonus	SONY MUSIC	CD, MC
2000	Tenisová akademie Jahelka & Paleček	VENKOW	CD, MC
2002	Poslední tažení – live P+J	OGAR	CD
2005	Každý je nějaký Miroslav Paleček	PULP FICTION	CD
2007	Paleček a Janík - Hele lidi / 40 společných let/	SUPRAPHON	2CD
2015	Ježkárny – Miroslav Paleček	SUPRAPHON	CD
2020	Písně domova /Pocta Jaroslavu Seifertovi/	SUPRAPHON	CD

Kultura

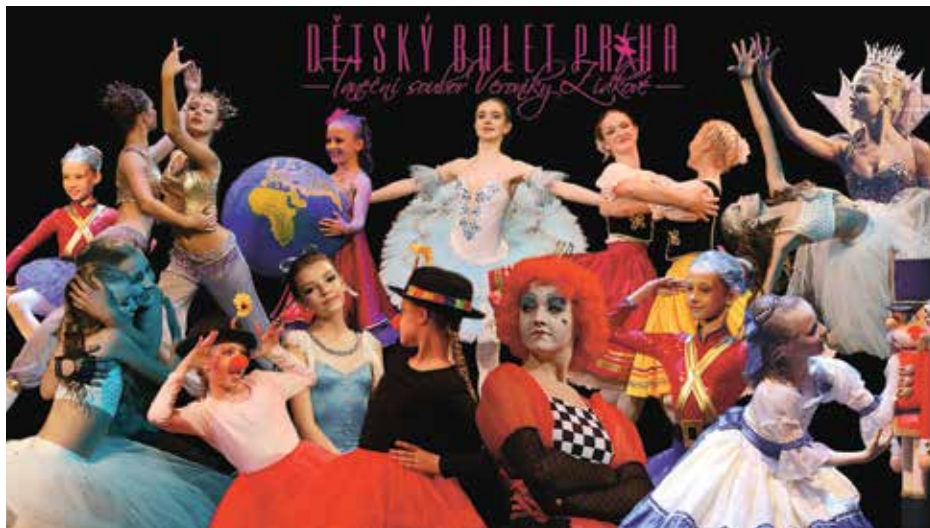
DĚTSKÝ BALET PRAHA

Rodiče, co přihlásit potomky do Kobylis na tanec?

■ Dětský balet Praha (DBP) hledá nové šikovné děti a vyhlašuje velký nábor pro 2. školní pololetí. Proč zvolit pro děti tanec? Je skvělou volnočasovou aktivitou pro děti a kombinuje hned několik benefitů.

Tanec rozvíjí zábavnou formou hudební sluch a rytmus, zlepšuje fyzickou kondici, podporuje posílení svalů, zvyšuje flexibilitu a správné držení těla. Pohyb navíc všeobecně posiluje imunitní systém. Tvorba skupinových choreografií učí děti vzájemné spolupráci a kolektivnímu myšlení. Dále například také zodpovědnosti, trpělivosti, samostatnosti, pracovitosti, zvedá sebevědomí. Dítě získává vlastnosti, které se mu budou hodit do celého života. Děti si v DBP často nacházejí dlouhodobé kamarády a jsou součástí skvělé party i mimo školu. Kombinace hudby, přátel a pohybu pomáhá dětem s dobrou náladou. Pokud se rozhodnete svou dceru nebo svého syna přihlásit k taneční výuce, vrátí se vám to v mnoha ohledech.

Co dětem DBP vlastně nabízí? Není to škola nebo kroužek, je to dětský taneční soubor, který propojuje umění i sport. Všechny děti v tomto souboru se seznamují nejen s baletem, ale učí se také modernímu a lidovému tanci, musí se věnovat herecké přípravě a též dochází na tréninky gymnastiky. Patronem je významný umělec a tanečník Vlastimil Harapes. DBP získal mnohá ocenění a v roce 2019 získal dokonce hlavní cenu pro nejšikovnější děti v ČR – Zlatý oříšek



SOUBOR LONI ZÍSKAL CENU Zlatý oříšek pro nejšikovnější děti.

– udělovanou Českou televizí. Děti v tomto souboru mají možnost poznat spolupráci se známými umělci, divadly, TV a reklamou. Děti tančí pro radost, vystupují pravidelně v mnoha projektech a nádherných představeních.

Jak se vede souboru v době pandemie covid-19? Po celou dobu se soubor nevzdává, trénuje na představení a zaměřuje se i na zvýšení úrovně taneční techniky. Všechny taneční předměty probíhají dle rozvrhu on-line nebo prezenčně dle aktuálních možností a nařízení. Úroveň výkonů dětí

díky nepřerušným tréninkům neklesla a naopak prostřednictvím pravidelných domácích videoúkolů je připravena celá řada nových choreografií pro chystaná představení ve Vinohradském divadle a také na další divadelní scény.

Soubor sídlí v ulici Na Pěšinách 9 v Kobylisích nyní hledá šikovné děti ve věku od čtyř do šestnácti let. Pro více informací stačí nahlédnout na www.detskybaletpraha.cz, mnohá videa a fotografie naleznete na stránkách Facebooku Dětského baletu Praha. (vz)

KOBYLISY

Na sídlišti funguje nový automat na umění

■ Z Invalidovny, kde působí Studio ALTA, se před několika dny na dáblické sídliště přesunul automat na umění. Tentokrát je umístěn ve veřejném prostoru, v podloubí nově vznikajícího společenského prostoru ŮL, který plánuje oživit bývalou družstevní prodejnu Včela. Urbanisticky cenné sídliště tak získá další zajímavý bod ve veřejném prostoru, a to jen pár metrů od zastávky Sídliště Dáblice.

Projekt Artmat se zaměřuje na prezentaci výtvarných umělců prostřednictvím prodeje mini uměleckých děl v cigaretových automa-

tech. Na zájemce o mini umění v krabičkách již tradičně čeká zajímavý výběr talentů české výtvarné scény v limitované počtu kusů.

Představí se například projekt fotografky Terezy Bonaventurové Paralelní Praha, který se zaměřuje právě na nezprofanovanou architekturu mimo pražské centrum, nebo Feromonová seznamka Dante Daniela Hartla. Různé přístupy k současné ilustraci přináší tvorba skupiny Nýbrž, série Alexandry Štoplové nebo Juliany Chomové. Cena krabičky je 50 korun, přičemž větší série budou rozděleny do více krabiček a bude třeba je posbírat.



(tk) **AUTOMAT NAJDETE** v areálu bývalé prodejny Včela.

PAMÁTKY

Kobylická střelnice prochází obnovou

■ Památník odboje proti německé okupaci na Kobylické střelnici se letos dočkal významných úprav a rekonstrukcí. Místo poprav 539 vlastenců v roce 1942 se stalo svědkem zbabělé pomsty za uskutečnění úspěšné akce Anthropoid – likvidace takzvaného pražského kata, zastupujícího říšského protektora Reinharda Heydricha.

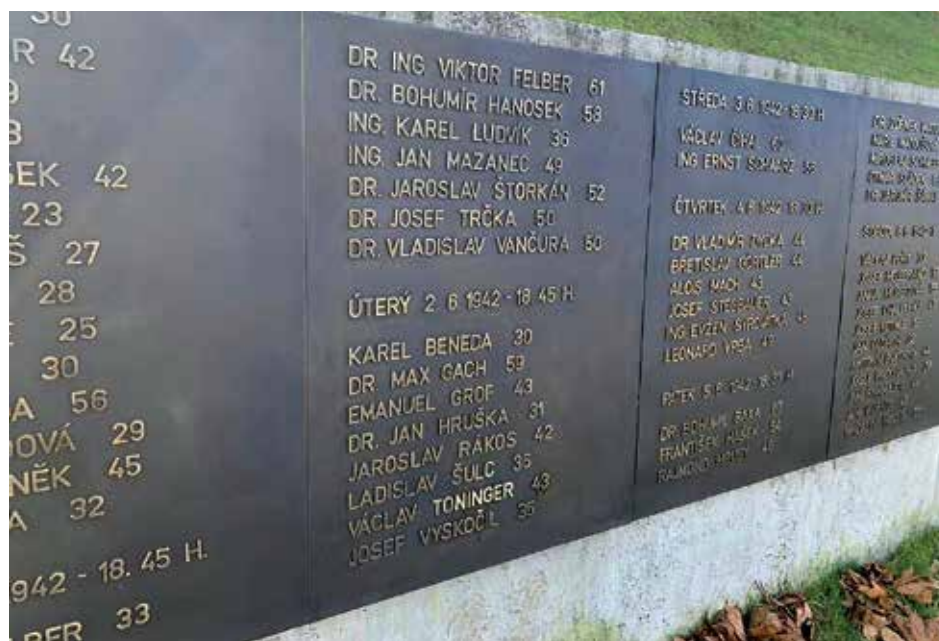
„Naše národní sebeurčení by nemělo šanci nebýt obětí těch, kteří neváhali v boji za naši samostatnost položit životy své i blízkých. Mnozí zde popravení, jako například předseda vlády Alois Eliáš nebo generálmajor Josef

Mašín, umírali pod kulkami německých katanů s výkřikem: Ať žije Československá republika!“, uvedl k významu památky místostarosta Jiří Vítek (Patrioti).

Podle radního Michala Švarce (Patrioti) tehdy došlo k faktické likvidaci elity českého národa. „Stav památníku a jeho odkaz budoucím generacím je pro nás zásadním úkolem. Rádi bychom toto poměrně zapomenuté místo a jeho příběh dostali do povědomí obyvatel nejen pražských, ale i celorepublikových“, řekl Švarc, který řídil rekonstrukční práce na Památníku. Radnice Prahy 8 letos nechala zrenovovat mozaiku na místě bývalého dočasného vězení před exekucemi, podkladovou desku pod sochou



DOMINANTNÍ KŘÍŽ s trnovou korunou získal nový nátěr i konzervaci.



NA DESKÁCH SE JMÉNY POPRAVENÝCH byly chyby

plačící ženy v místě poprav a informační desku s návštěvním řádem. Konzervace a nátěru se dočkal kříž s trnovou korunou, zásadní rekonstrukci prodělaly i desky se jmény popravených. U nich se navíc opravily některé chyby ve jménech obětí. Příští rok Kobylickou střelnici ještě čeká instalace stožáru s vlajkou. „K výročí 28. října jsme nechali vyrobit a naistalovat informační desku s příběhem střelnice a neznámějších popravených. Přijďte se seznámit s osudy a vzdát hold těm, kteří padli v boji za naši svobodu. Památník je přístupný celoročně,“ pozval občany Prahy 8 radní Švarc.

(red)

LEDEN PROGRAM

DIVADLO POD PALMOVKOU

SO 09	19.00	PUSŤTE DONNU K MATURITĚ!
PO 11	19.00	ŽITKOVSKÉ BOHYNĚ
ST 13	19.00	FUK!
ST 13	19.30	TRIPTICHON_DI_VOCE Cabaret Calambour, host divadla
ČT 14	19.00	BEZRUKÝ FRANTÍK
PÁ 15	19.00	294 STATEČNÝCH
PO 18	19.00	ŽITKOVSKÉ BOHYNĚ

PP

ST 20	19.00	ZAMILOVANÝ SHAKESPEARE
ČT 21	19.00	BEZRUKÝ FRANTÍK
PÁ 22	19.00	PUSŤTE DONNU K MATURITĚ!
SO 23	19.00	EDITH A MARLENE
PO 25	19.00	294 STATEČNÝCH
ÚT 26	19.00	KRÁLOVA ŘEČ
ST 27	19.00	FUK!

Pokladna je otevřena každý pracovní den od 11 do 18 hodin a vždy hodinu před představením.

Více informací najdete na WWW.PODPALMOVKOU.CZ

ST 27	19.30	KVIDOULE IV. Cabaret Calambour, host divadla
ČT 28	19.30	1000 VĚCÍ, CO MĚ SEROU ANEB TVOJE BÁBA JE KOMEDIE
PÁ 29	10.00	VIŠŇOVÝ SAD Věřejná generálka
SO 30	19.00	VIŠŇOVÝ SAD Premiéra

Zdravotní a sociální péče – CAP

**Program
Leden
2021**

**CENTRUM
AKTIVIZAČNÍCH
PROGRAMŮ
CAP Burešova**

**Sociální a ošetrovatelské služby Praha 8
Centrum aktivizačních programů**
Praha 8, Burešova 1151/12 ▶ tel.: 283 881 848
▶ email: cap@sospraha8.cz

www.sospraha8.cz

ZÁJEMCI O PROGRAMOVOU NABÍDKU SE MOHOU HLÁSIT V KANCELÁŘI CAP OSOBNĚ NEBO TELEFONICKY.

POHYBOVÉ AKTIVITY

Pondělí

- ▶ 9:30–12:00 ▶ Nordic Walking pro méně zdatné – L. Čipera
Informace na webu: klus-osmicka.webnode.cz
- ▶ 10:00–11:00 ▶ Cvičení na židlích – I. Kostečková
- ▶ 11:30–12:45 ▶ Jóga – E. Bihelerová

Úterý

- ▶ 8:00–8:50 ▶ Čchi-kung – M. Vilimová
- ▶ 9:10–10:00 ▶ Čchi-kung – M. Vilimová

Středa

- ▶ 9:30–11:00 ▶ Zdravotní cvičení, terapie tancem – J. Matějková
- ▶ 11:00–13:00 ▶ Kurzy společenského tance – Ing. Sokol, E. Dlouhá

Čtvrtek

- ▶ Pravidelné turistické výlety – RNDr. Štulc. Informace v kanceláři CAP
- ▶ 9:30–12:00 ▶ Nordic Walking pro zdatné – L. Čipera.
Informace na webu: klus-osmicka.webnode.cz

Pátek

- ▶ 10:00–11:00 ▶ Cvičení na židlích – I. Kostečková

HLEDÁME DOBROVOLNÍKY – SENIORY,

kteří chtějí nezištně pomáhat druhým lidem. Jedná se o pomoc seniorům, kterým zdravotní stav neumožňuje navštěvovat CAP. Rádi bychom jim zajistili kontakt s vrstevníky formou doprovodu na procházku, povídání, hraní her či předčítání v domácím prostředí. Zájemci volejte na tel: 283 881 848 (CAP Burešova), nebo tel: 283 024 118 (CAP Mazurská).

Do 31. prosince 2020 máme ZAVŘENO.

**Přejeme Vám klidné prožití vánočních svátků
a hodně zdraví, štěstí a spokojenosti v roce 2021.**

TRÉNINK PAMĚTI, PŘEDNÁŠKY A DALŠÍ AKTIVITY

Pondělí

- ▶ 14:00–16:00 ▶ Právní poradenství pro objednané

Úterý

- ▶ 9:30–11:00 ▶ Dramaticko-recitační kroužek – Z. Poková

Středa

- ▶ 13:00–16:00 ▶ Šachový kroužek

ARTETERAPIE, VÝTVARNICTVÍ, RUČNÍ PRÁCE

Pondělí a pátek

- ▶ 9:00–12:00 ▶ Arteterapie – R. Svobodová

POČÍTAČOVÉ KURZY A VOLNÝ PŘÍSTUP NA INTERNET

Pondělí

- ▶ 8:00–12:00; 13:00–15:30 ▶ přístup na internet

Úterý

- ▶ 8:00–9:30; 13:00–14:30 ▶ přístup na internet
- ▶ 10:00–11:00 ▶ Školička PC konzultace – Ing. Pázler

Středa

- ▶ 8:00–12:00 ▶ přístup na internet
- ▶ 13:30–15:30 ▶ Školička PC – RNDr. Tomková

Čtvrtek

- ▶ 9:00–11:00 ▶ Školička PC konzultační metodou – Mgr. Černý. Objednání v kanceláři CAP nutné
- ▶ 13:00–15:00 ▶ Školička PC

a internetu pro mírně pokročilé – P. Smitková

Pátek

- ▶ 8:00–12:00 ▶ přístup na internet

JAZYKOVÉ KURZY

Pondělí

- ▶ 8:00–9:00 ▶ AJ pro zač. – F. Urban
- ▶ 11:00–11:50 ▶ AJ Language Titbits – PhDr. Sukopová
- ▶ 13:00–13:50 AJ ▶ Repeating English – zač. a mírně pokr., V. Machulková

Úterý

- ▶ 8:00–8:50 ▶ AJ pro zač. – F. Urban
- ▶ 9:00–9:50 ▶ AJ pro mírně pokr. – Ing. Vondráček
- ▶ 10:00–11:30 ▶ NJ pro mírně pokr. – J. Kříž
- ▶ 10:10–11:00 ▶ AJ pro středně pokr. – Ing. Vondráček
- ▶ 11:10–12:00 ▶ AJ pro mírně pokr. – Ing. Vondráček
- ▶ 13:00–14:30 ▶ IJ pro začátečníky – J. Kříž

- ▶ 13:30–15:00 ▶ Esperanto – V. Markant

Středa

- ▶ 8:30–9:20 ▶ AJ pro mírně pokr. – Ing. Soukupová
- ▶ 9:00–11:00 ▶ ŠJ pro radost – Mgr. Michalčová
- ▶ 9:50–10:45 ▶ AJ pro pokr. – M. Mizerová
- ▶ 11:10–12:00 ▶ NJ pro pokr. – JUDr. Pudil
- ▶ 11:15–12:30 ▶ AJ pro pokr. – Z. Mejstřík
- ▶ 14:30–16:00 ▶ NJ konver. pro pokroč. – T. Zelinka

Čtvrtek

- ▶ 9:30–10:45 ▶ IJ pro mírně pokr. – J. Kříž
- ▶ 10:00–10:50 ▶ AJ konverzace pro pokr. – Ing. Kolářová
- ▶ 11:00–11:50 ▶ AJ pro středně pokr. – Ing. Soukupová
- ▶ 11:10–12:00 ▶ AJ pro středně pokr. – Ing. Kolářová
- ▶ 11:10–12:00 ▶ AJ Bible stories – Ing. Vondráček

Pátek

- ▶ 9:00–10:30 ▶ AJ American English – Mgr. Vašíčková

UPOZORNĚNÍ:
V průběhu měsíce mohou nastat náhlé změny programu v souvislosti s výskytem koronaviru.



Milí diváci, vzhledem k protikoronavirovým opatřením vlády je Divadlo Karla Hackera uzavřeno.

V případě uvolnění opatření najdete lednový program na www.divadlokch.cz.

**Program
Leden
2021**

CENTRUM AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ CAP Mazurská

Sociální a ošetrovatelské služby Praha 8
Centrum aktivizačních programů pro seniory
Praha 8, Mazurská 484/2 ▶ tel.: 283 024 118
▶ email: cap@sospraha8.cz

www.sospraha8.cz

ZÁJEMCI O PROGRAMOVOU NABÍDKU SE MOHOU HLÁSIT V KANCELÁŘI CAP OSOBNĚ NEBO TELEFONICKY.

POHYBOVÉ AKTIVITY

Pondělí

- ▶ 8:00–8:45 ▶ čchi-kung – (M. Dobrovská)
- ▶ 9:10–10:00 ▶ čchi-kung – (RNDr. J. Pospíšilová)
- ▶ 10:20–11:20 ▶ jóga – (J. Borská)
- ▶ 12:50–15:15 ▶ stolní tenis

Úterý

- ▶ 8:00–8:45 ▶ spinální cvičení: páteř – (M. Dobrovská)
- ▶ 9:10–10:00 ▶ zdravotní cvičení – (J. Hrubá)
- ▶ 9:00–12:00 ▶ nordic walking (sraz před CAP – S. Činátlová)
- ▶ 10:20–11:00 ▶ zdravotní cvičení na židlích – (Mgr. Z. Vévoda)
- ▶ 11:20–12:40 ▶ jóga – (E. Bihelerová)
- ▶ 13:00–15:00 ▶ stolní tenis – pokročilí

Středa

- ▶ 8:00–8:45 ▶ zdravotní cvičení – (D. Kovaříková)
- ▶ 9:10–9:50 ▶ zdrav. cvičení s pomůckami – (Mgr. Z. Vévoda)
- ▶ 10:20–11:20 ▶ zdravotní cvičení v CAP – (V. Formánková)
- ▶ 11:45–13:00 ▶ jóga – (J. Borská)
- ▶ 13:30–15:00 ▶ stolní tenis

Čtvrtek

- ▶ 8:10–9:10 ▶ čchi-kung – (M. Vilímová)
- ▶ 9:30–10:50 ▶ cvičení a terapie tancem – (J. Matějková)
- ▶ 12:40–13:40 ▶ relaxační cvičení – (E. Parma)
- ▶ 14:00–14:45 ▶ cvičení – veselé židle – (M. Dobrovská)

Pátek

- ▶ 8:00–9:15 ▶ stolní tenis

- ▶ 10:40–11:40 ▶ orientální tance – (H. Kurková)
- ▶ 11:55–12:55 ▶ zdravotní cvičení – (Z. Josková)
- ▶ 13:15–14:00 ▶ zdrav. cvičení na židlích – (Mgr. Z. Vévoda)

TRÉNINK PAMĚTI, PŘEDNÁŠKY A DALŠÍ AKTIVITY

Středa 6. a 20. 1.

- ▶ 13:30–15:00 ▶ Bingo – společenská hra

Středa 13. a 27. 1.

- ▶ 10:00–11:00 ▶ trénink paměti na PC – (Mgr. Z. Vévoda)
- ▶ 13:30–15:00 ▶ klubové setkání

POČÍTAČOVÉ KURZY A VOLNÝ PŘÍSTUP NA INTERNET

Pondělí

- ▶ 8:00–9:00 ▶ přístup na internet
- ▶ 12:30–15:00 ▶ přístup na internet

Úterý

- ▶ 8:45–9:35 ▶ Školička PC – mírně pokročilí – (Ing. B. Šmilauer)
- ▶ 13:00–14:30 ▶ přístup na internet

Středa

- ▶ 8:00–9:00 ▶ přístup na internet
- ▶ 13:00–15:00 ▶ přístup na internet

Středa 6. a 20. 1.

- ▶ 9:00–9:50 ▶ Školička PC – mírně pokr. – (Ing. V. Košťál)
- ▶ 10:00–11:00 ▶ Školička PC začátečníci – (Ing. V. Košťál)

Pátek

- ▶ 8:00–9:00 ▶ přístup na internet
- ▶ 12:00–14:00 ▶ přístup na internet

Pátek 8. a 22. 1.

- ▶ 9:00–9:50 ▶ Školička PC – (J. Votrubová)
- ▶ 10:00–10:50 ▶ Školička PC – (J. Votrubová)

JAZYKOVÉ KURZY

Pondělí

- ▶ 9:00–10:00 ▶ AJ – pokročilí – (Mgr. M. Rexová)

Úterý

- ▶ 8:30–9:40 ▶ NJ konverzace – pokročilí – (L. Ulč)
- ▶ 11:30–12:30 ▶ – AJ mírně pokročilí – (E. Hyklová)

UPOZORNĚNÍ:
V průběhu měsíce mohou nastat náhlé změny programu v souvislosti s výskytem koronaviru.

- ▶ 13:00–14:00 ▶ – IJ mírně pokročilí – (E. Hyklová)

Středa

- ▶ 8:15–9:30 ▶ AJ – pokročilí – (Mgr. E. Emmerová)
- ▶ 10:00–10:50 ▶ FJ – mírně pokročilí – (M. Randyšová)
- ▶ 11:00–12:00 ▶ FJ – konverzace – (M. Randyšová)

Čtvrtek

- ▶ 8:30–9:30 ▶ AJ – mírně pokročilí – (Ing. H. Soukupová)
- ▶ 13:50–14:45 ▶ AJ – pokročilí – (E. Parma)

NOVÉ BYDLENÍ PRO SENIORY OTEVŘENO OD 1. 1. 2021

Rezidence Jasmín je nový bytový komplex, který přirozeně propojuje ubytování a péči o seniory. Klienti si mohou dle svých přání a potřeb vybrat mezi pronájmem bytu v rámci rezidenčního bydlení, nebo lůžkem s komplexní péčí o seniory a nemocné v domově se zvláštním režimem ALZHEIMER HOME.

Rádi bychom Vás pozvali na prohlídku bytů. Pro rezervaci času prohlídky nás prosím kontaktujte telefonicky nebo e-mailem.

REZIDENCE
JASMÍN

Více informací na
www.rezidencejasmin.cz

☎ +420 602 725 547

☎ +420 725 499 999

✉ info@rezidencejasmin.cz

Rezidence Jasmín

ulice Řešovská

181 00 Praha 8 – Bohnice

KLUBY SENIORŮ

Info: www.sospraha8.cz

Tel: 283 842 214

SOS Praha 8
Sociální a ošetrovatelské služby Praha 8

Adresa	Provozní doba	Od – do	Vedoucí
DPS Křižíkova 50	úterý a čtvrtek	14:00–17:00	Alena Tesařová
DPS Bulovka 10	pondělí a čtvrtek	13:00–16:00	Alena Šoutová
DPS Burešova 12 při CAP	pondělí a středa	13:30–16:00	Dagmar Čtvrtečková
Taussigova 1172 – klub je trvale uzavřen			

Zveme vás k pravidelnému setkávání s vrstevníky v příjemném domácím prostředí našich klubů, kde je možné si při kávě popovídat, zahrát společenské hry, zazpívat si a účastnit se pravidelně pořádaných kulturních programů, dílniček a přednášek na různá témata.

Inzerce

ŘEMESLNÍCI

► **ZEDNÍK, MALÍŘ, REKONSTRUKCE** i drobné opravy. Tel.: 604 676 694, josef.bazant72@seznam.cz

► **INSTALATÉR – TOPENÁŘ – NEPŘETRŽITĚ.** Opravy a montáž vodovodních baterií, WC, umyvadel, van, el. ohřivačů, připojení praček, myček, vodoměrů, kohoutů včetně dodání. Tel.: 603 421 968, 283 881 375. E-mail: rothenberg@centrum.cz

► **ČIŠTĚNÍ ODPADNÍHO POTRUBÍ A KANALIZACE,** veškeré instalatérské práce, topenářské práce. Nepřetržitě! Rekonstrukce koupelen a bytových jader. Tel.: 603 421 968, 283 881 375

► **REKONSTRUKCE BYTŮ A KOUPELEN NA KLÍČ,** spolehlivost a 10% sleva, demkiv@seznam.cz, tel.: 778 000 698

► **ELEKTRIKÁŘ – opravy, rekonstrukce, revize, zásuvky, světla, www.elektrikarben.cz** Tel.: 604 516 344

► **REVIZE ELEKTRO.** Revize elektroinstalací, spotřebičů a hromosvodů. Tel.: 732 935 215

► **OPRAVA ŽALUZIÍ – VÝMĚNA VODÍČÍCH LANEK – NOVÉ ŽALUZIE – SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN – VERTIKÁLNÍ ŽALUZIE NA LODŽIE – SÍTĚ PROTI HMYZU** Tel.: 733 720 950, pavel.janci@email.cz

► **REKONSTRUKCE BYTŮ,** bytových jader, malování, www.malreko.cz, tel.: 603 410 942

► **FA. J. MACHÁČ – VÝMĚNY BATERIÍ, VAN, KLOZETŮ A KUCH. DESEK.** Instalace sprchových koutů a boxů-seniorů sleva! Pokládka dlažby, obkladů, PVC, koberců. Štukování, malování, lepení podhledů. Sekání trávy a vyklízení. T.: 777 325 466, janmachac66@seznam.cz

► **MALÍŘ, LAKÝRNÍK,** tel.: 605 015 145

► **RIZIKOVÉ KÁCENÍ,** řez stromů. Zahrady. Tel.: 606 662 223, 723 899 561

► **ŽALUZIE – ROLETY – MARKÝZY,** pergoly, baldachýny, plisé, sítě proti hmyzu, shr. dveře, garnýže, čalounění dveří + těsnění. Zdeněk Petříček, tel.: 606 350 270, www.zaluzie-rolety-praha8.cz

► **ELEKTRIKÁŘ – nové rozvody.** Zjištění závad a opravy. Výměna rozvaděčů. Tel.: 608278778. POLACEK.L@seznam.cz

► **ELEKTRIKÁŘ SE ŽL – spokojenost zaručena.** Tel.: 608 440 551

► **MALOVÁNÍ, LAKOVÁNÍ A ZEDNICKÉ PRÁCE,** štukování, stěrky a sádrokarton. Sezonní sleva 10 %. Volejte na tel.: 603 432 476.

► **MALÍŘSKÉ A LAKÝRNICKÉ PRÁCE,** čištění koberců a čalouněného nábytku. Tel.: 723 339 160, 777 316 680

► **MALOVÁNÍ BYTU ČI DOMU** rychle, kvalitně a čistě, tel.: 736 734 947

► **INSTALATÉR ŠVÁRA.** Tel.: 728 324 916

► **PLYNAŘ – INSTALATÉR – TOPENÁŘ – montáž a oprava rozvodů, plynospotřebičů a plynové revize.** Vladimír Tymeš, tel.: 603 937 032

► **Provádíme sádrokartonářské práce** (stropy, příčky, předstěny, půdní vestavby, akustické odhlučnění, bytová jádra). Dále provádíme zednické a malířské práce. Tel.: 605 075 095. Milos.Verner@email.cz

► **ELEKTRIKÁŘ VESELÝ.** Tel.: 602 881 859

► **ZEDNICKÉ, obkladačské a malířské práce.** Tel.: 602 386 895, e-mail: radek.zaloudek@seznam.cz

► **MALÍŘ – LAKÝRNÍK. ŠTUKOVÁNÍ A TAPETÁŘSKÉ PRÁCE.** Tel.: 725 173 593, www.malir-zenisek.cz

SLUŽBY

► **KOTEL-KARMY-VAFKY-SPORÁKY,** kvalitní a rychlý servis. PLYNEL.CZ, Jiří Kudela. TEL.: 776 120 919, info@plynel.cz

► **HODINOVÝ MANŽEL.** Údržba domácností, drobné opravy a úpravy v bytech a domech, pokládka podlahových krytin, truhlářská výroba, sádrokarton, malování, obkladačské práce a jiné. Tel.: 773 168 170

► **Povánoční sleva 10 % na čištění koberců a sedaček** profi strojem Kärcher, tel.: 732 212 200

► **!ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!** Vyklízení sklepů, bytů, pozůstalostí atd. Naložíme a odvezeme cokoli za rozumnou cenu. Stěhování. Tel.: 773 484 056

► **POTŘEBUJETE VYKLIDIT A NEVÍTE JAK NA TO?** Vyklízíme a odvážíme z těchto míst: půdy, byty, sklepy, dvorky, zahrádky atd. Levně, tel.: 702 410 965. 7 dní v týdnu.

► **SERVIS PC pro Prahu 8 a 9 aj.** Tel.: 604 552 758 i u vás doma.

► **LIKVIDACE POZŮSTALOSTÍ – vyklidíme Váš dům, byt a jiné.** Pracujeme levně, rychle, kvalitně – i o víkend. Ceny dohodou. Roman. Tel.: 775 520 155

► **VYKLIDÍME VÁŠ BYT, PŮDU, SKLEP, DŮM.** Volejte tel.: 608 884 148. Ceny dohodou.

► **VÝROBA, OPRAVY, MONTÁŽ ŽALUZIÍ, ROLET,** sítí do oken, spouštěcích garnýží. Prodej drobného železářského zboží. U Pazderek 146, P 8, tel.: 774 858 102

► **PRODEJ MOLITANŮ,** koženek, potah. látek. Matrace na míru. Čalounictví. Na Veselí 2, za rohem domu, Praha 4 - Pankrác. Tel.: 241 402 270, www.molitany.cz

► **Hodinový manžel – elektro,** voda a další práce. 40 let praxe na rek. bytů. Tel.: 602 366 135

► **Trápí vás počítač? V roce 2021 počítejte s námi!** Provádíme čištění, opravy, instalace, konzultace, obnovu dat i výkup zařízení. Volejte 731 732 737. Těšíme se na vás. Váš itcan.cz

REALITY POPTÁVKA

► **HLEDÁM BYT KE KOUPI 1+1 – 3+1 v Praze 8 a 9.** Tel.: 778 085 837

► **Koupím byt nebo menší domek v Praze a blízkém okolí.** Na vystěhování nespěchám, lze i na dožítí. Platba ihned. Vyplatím dluhy i exekuce. Tel.: 608 661 664

► **VÝKUP BYTŮ PRAHA. MOŽNOST BYT NADÁLE UŽÍVAT.** Vykupujeme byty i s dluhy nebo v exekuci. Platba ihned v hotovosti. Tel.: 739 665 455

► **KOUPÍM BYT, ROD., ČINŽOVNÍ DŮM, VILU,** pozemek jakkoli velký i spoluvlast. podíl s právní vadou, exekucí, nežádoucím nájemníkem. Formality vyřídím. I na dožítí. Tel.: 603 420 013.

► **Koupím byt v Praze 8, přímo od majitele.** Tel.: 604 617 788

► **Koupím chatu, chalupu do 50 km od Prahy v dobrém i špatném stavu.** Děkuji za nabídku, tel.: 720 031 400

REALITY SLUŽBY

► **MARTIN KRATOCHVÍL – REALITNÍ MAKLEŘ NA DOPORUČENÍ pro Prahu 8.** Osobní přístup. 20 let zkušeností na trhu. NEJVÝHODNĚJŠÍ CENY při prodeji a pronájmu vaší nemovitosti. Zdarma tržní odhad a poradenství. Spolehlivost. www.martinkratochvil.cz. Tel.: 777 150 350

REALITY PRONÁJEM

► **Pronajmu zař. 2+kk s lodžii, 54 m², výhled na Prahu, zdarma parking, sauna, fitness a víř. vana.** P8 u metra Ládví. Tel.: 737 679 671

► **Hledám menší byt do 15 tisíc nebo větší do 20 tisíc** Jen pro 2 osoby - pár. Ideálně dlouhodobě, lodžie výhodou ale nemusí být. Centrum do 30 minut. RK nevolat. Děkuji. Tel.: 605 845 088

NÁKUP – PRODEJ

► **AUTO DO 30 000 Kč koupím.** Tel.: 602 889 740

► **ANTIKVARIÁT KUPÍ KNIHY, OBRAZY, GRAFIKU, BANKOVKY mince, čtyřlístky, mapy a pohledy.** Tel.: 773 542 797

► **KNIHY A KNIŽNÍ POZŮSTALOSTI,** koupím, odvezu. Tel.: 286 891 400

► **Koupím staré šperky i poškozené zlaté mince, stříbrné předměty, staré zbraně, hodinky atd. INTERANTIK Praha 9, Pod Pekárnami 3, T.: 605 829 440 po 10 h. Děkuje se za telefon předem!**

► **Prodám dr. byt 1 KK 45 m² v 1 podl. Poznaňská P8 !RK NEVOLAT!** Tel.: 602 947 308

► **Levně nové pletací, háčkovací i vyšivací přize. Barevné i melír** Zn. 732 750 806

KRÁSA

► **Pedikúra klasická mokrá metoda, ošetření kuřích ok, zarostlých nehtů, nehtové spony, Poznaňská 438/27 Bohnice,** tel.: 777 272 303

► **PEDIKÚRA (I MOBILNÍ), REFLEXNÍ masáže nohou.** Tel.: 774 877 972

► **Nabízím kadeřnické služby levně, vhodné pro důchodce, zajdu i k vám domů,** tel.: 724 909 592

► **Masáže Marika Tomanová: reflexní, hlubkové a relaxační masáže, práce s meridiány, dárkové poukazy. Podlipného 14.** Tel.: 705 114 184, www.masazetomanova.cz

VÝUKA – KURZY

► **DOMÁCÍ PŘÍJÍMACÍ ZKOUŠKY NANEČISTO.** Opravený test odesíláme do 24 hodin s podrobným vysvětlením. MA/200 Kč, ČJ/200 Kč, MA+ČJ/300 Kč, tel.: 737 112 013

► **VÝUKA MATEMATIKY – přijímačky pro žáky 5, 7, 9 tříd.** Soukromé hodiny. T.: 606 670 724

NABÍDKA PRÁCE

► **Hledáme kolegy pro montáže žaluzií, rolet, sítí proti hmyzu.** Volná pracovní doba, odměna dle počtu zakázek, rozsah práce dohodou. Vhodné i jako přivýdělek. Jednoduché montáže, zapracujeme. Kontakt písemně na gato@gato.cz, telefon: 777 038 000

► **Pro zdravotnické zařízení v Čimicích hledáme zdravotní sestru na 6,5 h denně, bez víkendů a nočních služeb. Vhodné i pro aktivního důchodce. V létě možné čerpat neplacené volno. Více na tel.: 603 222 123.**



OSMIČKA pro rodinu

Zábava, vzdělání, volný čas

ON-LINE Osmička pro rodinu

Od ledna nabízíme rodičům i dětem rozmanité semináře, dílny i odborné přednášky v on-line verzi.

Každé pondělí: výtvarná dílnička s tetou Andrejkou od 10 h.
Začínáme 4. 1. 2021

Každé úterý: chvílka s Montessori s tetou Ivetkou od 10 h.
Začínáme 5. 1. 2021

Každou středu: chvílka cvičení s tetou Ivetkou od 10 h.
Začínáme 6. 1. 2021

Čtvrtek 7. 1. 2021: webinář Hravé učení pro děti od 5 do 7 let od 18 h.

Naše úžasné Dámské kluby začínají 13. 1. 2021 od 18 h a bude se na vás těšit Andrejka a její dílna.

Zároveň také nabízíme individuální On-line psychologické poradenství dle dohody. Začátkem února plánujeme znovu semináře pro rodiče na rozvoj digitálních kompetencí u dětí.

Pro více informací sledujte náš facebook a www.osmickaprorodinu.cz

*Těšíme se na vás
Tým Osmičky pro rodinu*

||BI|| PSYCHIATRICKÁ
NEMOCNICE
BOHNICE

CHCETE SE ZAPOJIT
DO DOBROVOLNICKÉHO PROGRAMU
V PSYCHIATRICKÉ NEMOCNICI BOHNICE?

PŘIJÍMÁME NOVÉ DOBROVOLNÍKY



Více informací zde:
<https://bohnice.cz/lecba/dobrovolnictvi/>



Městská část
Praha 8

Všechny informace o Praze 8 najdete na:



- www.praha8.cz
- www.facebook.com/mcpraha8
- www.mesicnikosmicka.cz

PRAHA8

**zde může být
vaše reklama**

LAVICKYZOSMICKY.CZ
Tel.: 284 007 681

Společenská rubrika

V případě vašeho zájmu o uveřejnění v této rubrice nás, prosím, kontaktujte na tel.: 222 805 170, e-mail: osmicka@praha8.cz

NOVĚ NAROZENÉ DĚTI

Duben 2020

Holeček Jonáš

Srpen 2020

▼ Kaplanová Nikola



Kotoučková Anna

Tuláček Marek

Září 2020

▼ Kubrichtová Stella



▼ Kučera Matyáš



Pánek Adam

Petrová Adéla

Říjen 2020

Maráková Veronika

▼ Blažková Linda



Listopad 2020

▼ Hošek Josef



Mikeš Atila Nataniel

Štefková Karolína

Všem dětem přejeme krásné a šťastné dětství a jejich rodičům blahopřejeme.

Vážení spoluobčané,

- v případě vašeho zájmu o uveřejnění v této rubrice nás, prosím, kontaktujte na telefonních číslech 222 805 170 nebo 601 306 107, popřípadě na e-mailové adrese: osmicka@praha8.cz.
- Fotografie a text zveřejňujeme jak v tištěné podobě časopisu Osmička, tak v elektronické verzi umístěné na webových stránkách www.mesicnikosmicka.cz.
- Prosíme vás, abyste zasílali fotografie pouze u dětí do tří měsíců věku v době uveřejnění. Dále zveřejňujeme jméno a příjmení u dětí do šesti měsíců věku, ostatní pouze pokud je volné místo.

JUBILEA

Prosinec 2020

Dne 4. 12. oslavila paní **Jiřina Matějková** krásné 94. narozeniny. Gratulujeme a přeje-
me hodně štěstí, zdraví, lásky
a pohody do dalších let.



Leden 2021

Dne 1. 1. 2021 oslaví 87 let
pan **Ctibor Vrbický**, dne 17. 1.
2021 oslaví 87 let paní **Hana Vrbická**. Všechno nejlepší,

hodně zdraví a spokojenosti do dalších let přejí synové
Pavel a Petr s rodinou, neteř
Hanka s rodinou.

Ke gratulantům se připojuje i MČ Praha 8:

„Gratulace jsou pro mě nejen příjemným setkáním, ale rovněž možností dotázat se na potřeby seniorů, poskytnout poradenství ve věci dostupných sociálních služeb a případně nalézt podporu a pomoc,“ říká místostarostka Vladimíra Ludková (ODS), která spolu s dalšími zastupiteli za městskou část často chodí seniorům blahopřát.

Dům dětí a mládeže Praha 8

Spirála

Letní tábory 2021

Kompletní nabídku všech táborů a přihlašování zveřejníme na našem webu začátkem ledna.

Přejeme vám hodně úsměvů a radosti v novém roce 2021 nejen se Spirálou!



Přemyslská 1102/15, 182 00 Praha 8, tel.: 284 681 050,
e-mail: info@ddmp Praha 8.cz, www.spiralapraha8.cz

Servis

VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY

Lokalita	Datum	Čas
Zhořelecká – parkoviště u Alberta	4. 1.	14:00–18:00
K Mlýnu x Chorušická	5. 1.	14:00–18:00
Na Truhlárce (parkoviště)	6. 1.	13:00–17:00
Drahorádova	6. 1.	13:00–17:00
Nad Popelářkou x Nad Strání	6. 1.	14:00–18:00
Dolejšková x U Slovanky	7. 1.	13:00–17:00
Kubikova (u DD)	7. 1.	13:00–17:00
Mazurská (u trafostanice)	7. 1.	14:00–18:00
Nad Rokoskou x Na Úbočí	8. 1.	13:00–17:00
Havránková x Šimůnkova	8. 1.	13:00–17:00
Přemyslská x Služská	8. 1.	14:00–18:00
Štěpničná (parkoviště)	9. 1.	08:00–12:00
V Zámčích (u domu 51 / 64)	9. 1.	08:00–12:00
Ratibořská x Radomská (parkoviště)	9. 1.	09:00–13:00
Křivenická x Čimická	11. 1.	13:00–17:00
Třeboradická x Košťálkova	11. 1.	14:00–18:00
K Hlávě x Velká skála	12. 1.	13:00–17:00
Na Truhlárce x Valčíkova	12. 1.	14:00–18:00
Pernerova x Kubova	13. 1.	13:00–17:00
Kubišova x S. K. Neumanna	13. 1.	13:00–17:00
Frýdlantská (u garáží)	13. 1.	14:00–18:00
Mazurská (u trafostanice)	14. 1.	13:00–17:00
Pernerova x Peckova	14. 1.	13:00–17:00

Lokalita	Datum	Čas
Havlinova x Pohnertova	14. 1.	14:00–18:00
Písečná x Na Šutce	15. 1.	13:00–17:00
Modřínová x Javorová	15. 1.	13:00–17:00
Lindavská	15. 1.	14:00–18:00
Braunerova x Konšelská	16. 1.	08:00–12:00
Roudnická (za Beštákovou)	16. 1.	08:00–12:00
U Pekařky	16. 1.	09:00–13:00
Na Žertvách x Vacínova	16. 1.	09:00–13:00
Hnězdenská x Olštýnská	18. 1.	14:00–18:00
Forťova x Do Údolí	19. 1.	14:00–18:00
Pivovarnická (proti domu č. 7)	20. 1.	13:00–17:00
Hlivická 42310	20. 1.	13:00–17:00
Tanvaldská 1	20. 1.	14:00–18:00
Na Vartě	1. 1.	13:00–17:00
Pod Vodárenskou věží x Nad Mazankou	1. 1.	13:00–17:00
Janečkova	1. 1.	14:00–18:00
Mlazická	22. 1.	13:00–17:00
Trojská x Nad Trojou	22. 1.	13:00–17:00
Kašparovo náměstí – u školy	22. 1.	14:00–18:00
Burešova	23. 1.	08:00–12:00
Pod Vodárenskou věží (východní konec)	23. 1.	08:00–12:00
Kubišova x Gabčíkova	23. 1.	09:00–13:00
Chaberská x Líbeznická	25. 1.	14:00–18:00
Třebeňská x Sebužinská (parkoviště)	26. 1.	13:00–17:00
Na Přesypu x Pod Přesypem	26. 1.	13:00–17:00
Doláková x Hackerova x Kusého	26. 1.	14:00–18:00
Podhajska pole	27. 1.	13:00–17:00
Libišská (parkoviště)	27. 1.	13:00–17:00
Petra Bezruče x U Pískovny	28. 1.	13:00–17:00
Uzavřená	28. 1.	13:00–17:00
Gabčíkova (mezi ul. Kubišovou a Valčíkovou)	29. 1.	13:00–17:00
Gdaňská x Toruňská	29. 1.	13:00–17:00
Řešovská x Zelenohorská	29. 1.	14:00–18:00
Pekařova x Jestřebická	30. 1.	08:00–12:00
Klecanská x Na Ládví	30. 1.	08:00–12:00
Kurkova (parkoviště)	30. 1.	09:00–13:00

Dejte BIOodpadu druhou šanci

Už máte svou BIOpopelnici? Stačí vyhodit například natě či slupky z kuchyně ne do běžné, ale právě do BIOpopelnice. A 2. šance je tu! Rostlinný odpad se změní v užitečný kompost. Snížíte obrovské množství smíšeného městského odpadu a prospějete parkům, sadům a zahradám, které nám zlepšují ovzduší.

Odbor ochrany prostředí
Magistrát hl. m. Prahy
bioodpad.praha.eu

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

Tradiční české řeznictví NOVÁK maso - uzeniny s.r.o. přijme do prodejny v Kralupech nad Vltavou (v objektu Penny marketu):

• ŘEZNÍKA/ŘEZNICI

NABÍZÍME:

- práci ve stabilní české společnosti
- zajímavé finanční ohodnocení
- elektronické stravenky
- příspěvek a penzijní připojištění
- odměnu za práci o víkendech a o svátcích
- slevové poukázky na nákup zboží
- multisport kartu a lázně
- zvyšování mzdy na základě odpracovaných roků
- odměna za výročí narozenin
- zaškolení na prodejně

Staňte se členy našeho týmu.
Pošlete nám svůj životopis nebo nás pro více informací kontaktujte e-mailem na prace@novak-mu.cz nebo telefonicky +420 725 263 697.

Gastronomie

ŠÉFKUCHAŘŮV DENÍK

Tradičně netradiční silvestrovská večeře

■ Blíží se konec roku, Silvestr a co si budeme povídat čas přejídání a slavení. Přitom přelom roku se před mnoha staletími vůbec neslavil. Křesťanský rok má totiž touto dobou už své oslavy za sebou, protože jeho nový rok začíná první adventní nedělí. Novodobý Silvestr se proto od toho historického v mnohém liší.

Již před mnoha a mnoha lety čočku a hrách z našich silvestrovských talířů vystrnadilo maso. Především vepřové

a z vepřového koleno, nebo hlava. Dle mého názoru požívání masa nejprve symbolizovalo to, jak se dobře máme a že alespoň

v ten poslední den v roce se můžeme dosyta najíst. Možná i proto jsem si pro vás připravil recept vepřového kolena, který je úplně jiný, než na co jste zvyklí. Ale letos máme dost času na to, abychom si s tím naším jídlem dostatečně pohráli a věnovali mu víc času. Ono se nám za to to koleno odvděčí. Uvidíte.



POKUD CHCETE MÍT VEPŘOVÉ KOLENO dokonale připravené, buďte v jeho přípravě trpěliví.

Vepřové koleno na černém pivu

SUROVINY:

2 vepřová kolena přední
10 až 15 stroužků česneku
sůl
5 kuliček celého pepře
5 kuliček nového koření
4 bobkové listy
1 litr černého piva

Na potření:

1 dl oleje
50 g plnotučné hořčice
10 g mleté sladké papriky

POSTUP:

1. Vepřová kolena je nejlépe vykostit. Pokud to nezvládnete,

poproste řezníka u kterého kolena kupujete. Kosti v žádném případě nevyhazujte.

2. Kolena rozložte a patřičně nasolte. Na dno pekáče položte kosti. Na ně zarolovaná kolena. Přidejte koření a česnek a kolena zalijte jedním litrem černého piva. Zaklopte a nechte kolena v chladu marinovat alespoň dva dny.

3. Následně dejte takto zakrytá kolena do trouby a pečte na 140 stupňů 2,5 až 3 hodiny. Po upečení kolena vyjměte. Na kůži nakrájejte proužky, potřete směsí hořčice, papriky a oleje a dejte péct na 200 stupňů 10 až



15 minut, nebo až bude kůřička úplně křupavá.

4. Jako příloha postačí chléb. Dobrou chuť.

Kdyby vás napadlo něco, co byste chtěli, abych vám v časopise Osmička v budoucnu uvařil, klidně mi to napište na e-mail: sefkucharuvdenik@gmail.com

ČOČKA NEMIZÍ

Ale nebojte, čočka z našich talířů nezmizela. Jen se posunula na první den nového roku. V množství vařených čoček se meze nekladou. Čím více jí sníte, tím bohatší v novém roce budete. Co se týká Nového roku, nemělo by být nic, co mělo nohy, co by uteklo. Takže žádná drůbež a ani zajíc nebo králík, protože to by právě naše štěstí vzalo „do zaječích“.

VZDEJTE SE NEPOTŘEBNÉHO

Příchod roku nového je také ideálním momentem pro rozloučení se se vším nepotřebným, co již v novém roce nechci zažívat a nemám potřebu nést si dále. V klidu se posaďte, napište, nakreslete nebo jinak zaznamejte na kus papíru vše, co jste letos prožívali a chcete se s tím nějakým způsobem rozloučit. Pokud máte i nějaké předměty, které se k těmto událostem pojí, pak je můžete rovněž rituálně odložit, spálit, či vyhodit. Sepsané potom můžete spálit a rozdělat nový oheň, kterému odevzdáte svá přání pro rok následující. Vážení čtenáři, dovoluji mi, abych vám touto cestou popřál, abyste pomyslně spálili vše ošklivé, co vám rok 2020 přinesl, a přeji hodně zdraví, štěstí a lásky do roku 2021.

Radek Pálka



RADEK PÁLKA (44) žije s rodinou již řadu let v Bohnicích. Jako šéfkuchař působil v Německu, Americe, Africe, Itálii. Byl členem Národního týmu kuchařů a cukrářů ČR. V současné době pracuje jako šéfkuchař hotelu Duo na Strážkově. Pamětníci ho mohou znát třeba z pořadu Mňam aneb Prima vařečka.

Zábava

Luštěte křížovku o zajímavé ceny

AUTOR: MICHAL SEDLÁK	MASARY- KOVY INICIÁLY	DOMÁCKÝ OREST	1. DÍL TAJENKY	PIJAN (ZHRUB.)	POMŮCKA: ALDRO- VANKA	TÝKAJÍCÍ SE STARÉ ŽENY	STARÉ VZTAŽNÉ ZÁJMENO	STYL MODERNÍ HUDBY	POHOŘÍ MEZI ČER- NÝM A KAS- PIC. MOŘEM		LOKNA (ŘÍDCE)	VYSOKÉ KARTY (SLOVEN- SKY)	VODNÍ MASO- ŽRAVÁ ROSTLINA	POSUVNÝ ODPORNÍK
UKAZO- VACÍ ZÁJMENO					OBÝVATEL ŠPANĚLSKA HORNICKÁ PRACOVISTÉ					SHAKE- SPEARŮV HRDINA				
RUSKÉ PÍSMO UPRAVENÉ Z CYRILICE										OSLÍ MLÁDĚ OZNÁMIT				
MIKRO- ORGANI- ZMUS							TROPICKÝ STROM HALITI							
	ŽACÍ NÁSTROJ	POŠTOVNÍ ZÁSILKA PTÁT SE						SPZ AUT KUTNÉ HORY ZNAČKA VYSAVAČŮ				ROZTROUŠ. SKLERÓZA (ZKRATKA) VRCH		
SLOHY						MADRIDSKÝ FOTB. KLUB HOŘKÝ APERITIV					ZNOJ BÁSEŇ S PONURÝM DĚJEM			
LHŮTA (ZASTA- RALE)					2. DÍL TAJENKY ZNOVA (BÁSNICKÝ)									
PODNIK ZAHRANIČ. OBCHODU (ZKRATKA)				JM. HEREČ. KABÁTOVÉ STAROVĚKÉ POČÍTADLO					HMATAT SLOUŽÍCÍ K SETÍ					
	MILENCI KRÁTKÝ FILMOVÝ SNÍMEK							SYNTECKÉ VLÁKNO DOMÁCÍ ZVÍŘE						STAROŘEK
ŠTĚBETÁNÍ							PYROTECH- NICKÝ PRO- STŘEDEK TEDY							
JUBILANT										DEKAGRAM (HOVO- ROVĚ)				
ASIJSKÝ TROPICKÝ STROM					SVĚTLE ŽLUTÍ					JAPONSKÝ NÁRODNÍ PARK				

V tajence najdete dokončení jednoho z citátů Coco Chanel (vlastním jménem Gabrielle Bonheurové), slavné francouzské módní návrhářky, od jejíhož úmrtí v lednu uplyne padesát let.

Žijete jenom jednou...

Správné znění tajenky z prosincového čísla, citát Johna Winstona Lennona:

„Miluji život, protože mi dal tebe. Miluji tebe, protože ty jsi můj život.“

Výherci, kteří získávají knihu Rostislava Osičky:

Čas... nejen o boxu, jsou:

Tomáš Zelinka, Kobylisy

Skružná Klára, Čimice

Marcela Vávrová, Troja

Správné znění tajenky tohoto čísla nám zašlete nejpozději do 10. ledna 2021 na adresu: Měsíčník Osmička

Zenklova 35, 182 00 Praha 8

Můžete použít také e-mail: tajenka@praha8.cz.

Nezapomeňte napsat svoji adresu a telefonní kontakt.



3

vylosovaní výherci
obdrží novou knihu
**Helgy Hoškové
Weissové: Nikdo
nás nečekal**

SUDOKU (STŘEDNĚ TĚŽKÉ)

		5	4	8	9	3		
7		6	3				8	5
			2			6		
3	5						4	8
		9			8			
5	6				4	2		3
		7	8	5	2	9		

Inzerce

Stabilní práce

Městská policie hl. m. Prahy přijímá nové strážníky



O nás se můžete opřít

nástupní plat až

40 500 Kč*

náborový příspěvek

100 000 Kčubytování po dobu
zapracování zdarma*Nástupní plat po absolvování
vstupního kurzu.

PRO
METROPOLI
BEZPEČNĚJŠÍ

nabor.mppraha.info