



Městská  
část  
Praha 10



### KARAVANY Z „OSADY“ U SKALKY ZMIZÍ

Již řadu let se Desítka potýká s nelegálními „osadníky“ s karavany zaparkovanými na pozemku hl. města. Praha 10 se zapojila do řešení složitého problému.



### PRAHA 10 NAVAZUJE SPOLUPRÁCI S FNKV

Starosta MČ Praha 10 Martin Valovič a ředitel Fakultní nemocnice Královské Vinohrady Jan Votava podepsali memorandum o hlubší spolupráci.

# PRAHA 10

OFICIÁLNÍ MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI | **PROSINEC 2023** | ZDARMA | [WWW.PRAHA10.CZ](http://WWW.PRAHA10.CZ)



# VÍKENDOVÉ SILVESTROVSKÉ BRUSLENÍ

areál Gutovka

**30. 12.** 8.00–21.00

**31. 12.** 8.00–12.00



Městská  
část  
Praha 10

[praha10.cz/vanocenedesitce](http://praha10.cz/vanocenedesitce)

zdarma

# VÁNOČNÍ KONCERT

kostel sv. Václava | nám. Svatopluka Čecha

**10. 12.** 16.00

**Zpěvy doby adventní  
s Vox nymburgensis**

*Výběr z barokních rorátů*

*Zoltán Kodály: Adventi enék*

*Javier Busto: Ave Maria*

*Arvo Pärt: Bogorodice Djevo*

*Sergej Rachmaninov: Bogorodice Djevo*

*Bohuslav Martinů: Zvěstování*

*Štěpán Charvát: Co již dávní proroci*

*Ola Gjeilo: Northern lights*

*Petr Eben: Antifona*

*Jakub Mlnařík: Magnificat*

*Adam Václav Michna z Otradovic: Magnificat*

*Morten Lauridsen: O magnum mysterium*

*Claudio Monteverdi: Cantate Domino*

*Michael Graham: Ding dong*

zdarma



Městská  
část  
Praha 10

[praha10.cz/  
vanocenedesitce](http://praha10.cz/vanocenedesitce)



## VÁŽENÍ A MILÍ SOUSEDÉ,

začíná advent, období, kdy děti píší svá přání Ježíškovi a ulicemi se nesou melodie koled. Proto mi hned v úvodu dovolu, abych vám za sebe i za své kolegy popřál příjemné prožití svátků. Jedním dechem zároveň přidávám pozvání na vánoční společenské a kulturní akce konané pod záštitou naší městské části.

Vánoce na Desítce budou štědré a bohaté! Můžete se těšit na tradiční rozsvěcování nazdobených stromků. Ten hlavní, obklopený trhy, najdete na náměstí Svatopluka Čecha, ale v každé čtvrti se rozzáří i lokální stromy a na Kubánském náměstí budou tradičně stromky patřící mateřským a základním školám z Desítky. Atmosféru umocní ochutnávání tradiční rybí polévky a po svátcích nebude chybět ani bruslení. Kompletní program najdete na násle-

dujících stránkách nebo na webu městské části. Tak přijďte, srdečně vás zvú.

V prosinci také vrcholí stěhování našeho úřadu. Desítka tak dostala předčasné vánoční dárek v podobě důstojných prostor ve Vinohradské 169. Chtěl bych touto cestou poděkovat každému, kdo se na stěhování podílel, a vám, občanům, děkuji za trpělivost. Přesun byl logisticky i organizačně náročný, nicméně už sídlíme v novém. Naš závazek nenechat starou budovu ve Vršovické ladem trvá, a až budeme znát výsledky ekonomické analýzy, která nám napoví, jak s budovou dále naložit, seznámíme vás s nimi.

Vedle blížících se svátků a úspěšně završeného stěhování bych chtěl vyzdvihnout ještě jednu důležitou věc, která v tom informačním šumu běžných dní trochu zapadla. Mám na mysli nově navázanou spolupráci s Fakultní nemocnicí Královské Vinohrady. Memorandum, týkající se například prevence, péče o seniory, paliativní péče a sociálně-zdravotního pomezí, jsme podepsali s ředitelem této špičkové instituce MUDr. Janem Votavou. Moc se těším na další kroky a akce, které Praha 10 ve spolupráci s nemocnicí podnikne.

Vážení a milí sousedé, rok 2023 byl v mnoha ohledech náročný. Všechny nás potrápilo zdravování, vzrůstající nejistota ve světě a mnoho dalších negativních zpráv. Pevně věřím, že ten nadcházející bude lepší. S ním určitě přijdou nové výzvy, ale i možnosti. Přeji vám odvahu je přijmout, sílu je překonat a moudrost je správně využít.

A hlavně vám přeji poklidné svátky.

— Ing. arch. Martin Valovič,  
starosta MČ Praha 10

## Praha 10 / oficiální měsíčník městské části

Periodický tisk územního samosprávného celku



Městská  
část  
Praha 10

PROSINEC  
2023

**Vydavatel** Městská část Praha 10, Vinohradská 3218/169, 100 00 Praha 10, IČ: 00063941

**Registrace** MK ČR E 11142

**Redakce** Ján Bruno Tropp, tel.: 267 093 333, e-mail: redakce@praha10.cz

**Redakční rada** předseda: Adam Šilar, členové: Martina Bařová, Veronika Žolčáková, Jiří Komrska, Petr Kopecký, David Krůta, Vladimír Novák, Adam Štěpánek, Pavel Šutka

**Náklad** 75 000 výtisků / **Tisk** Triangl, a.s.

**Distribuce** Česká pošta, s.p. (kontakt při problémech s doručením měsíčníku do vaší poštovní schránky: Jitka Parbusová, e-mail: jitka.parbusova@praha10.cz)

**Inzerce** Eliška Čepová, e-mail: inzerce@praha10.cz

**Čeník a objednávka:** www.praha10.cz/mesicnikpraha10

**Vyšlo** v Praze 1. prosince 2023 / **Uzávěrka příštího čísla** 10. prosince 2023 / **Vychází** 11x ročně

**Ilustrace na obálce:** Nikola Logosová

Texty neoznačené jménem autora jsou redakčním dílem. Veškeré náměty, připomínky či nabídky na spolupráci posílejte na výše uvedenou adresu redakce měsíčníku Praha 10.

## 4 KRÁTKÉ ZPRÁVY

## 6 ROZHOVOR: ARTUR MATUSZEK



## 10 KULTURNÍ SERVIS

## 13 FOTOSTRANA



## 14 DĚNÍ NA DESÍTCE

## 16 DOTAZY OBČANŮ

## 17 DESÍTKA ZELENÁ



## 18 SOCIÁLNÍ TÉMA

## 19 ČESKÁ POŠTA

## 20 INFORMACE Z DESÍTKY

## 21 DOPRAVA/BEZPEČNOST

## 22 DESÍTKOVÉ INSTITUCE

## 23 PODNIKÁNÍ

## 24 NOVINKY Z PRAHY 10

## 25 BRUSLENÍ NA DESÍTCE

## 26 POLITICKÉ FÓRUM

## 28 DESÍTKOVÝ ULIČNÍK

## 29 JAK SE PODNIKÁ NA DESÍTCE



## 30 ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ/SVOZ ODPADŮ

## 31 DESÍTKOVÁ KŘÍŽOVKA

# VE SMÍRNÁ MISE V SRN



Díky několikaleté spolupráci s AWO Schullandheime im Vogtland vyjíždějí žáci ZŠ Jakutská pravidelně za sportem a kreativitou do SRN na týdenní tematické pobyty. Klub KMD při ZŠ Jakutská, který se věnuje bádání v oblasti přírodních věd, v letošním školním roce opět využil nabídku od Asociace malých debružářů ČR na pobyt v Německu. Společně s německými dětmi z Mylau prožili naši žáci týden plný zajímavých vesmírných a sportovních aktivit. Vyráběli funkční raketové modely s doletem až 150 metrů, rýžovali zlato, sjížděli bobovou dráhu a při lesním rallye a sportovní olympiádě prověřili své fyzické schopnosti a všeobecné znalosti. Velkým zážitkem také byla návštěva vesmírné stanice MIR v obci Morgenröthe-Rautenkranz a skokanského můstku v Klingenthalu. Se základními německými slovíčky se seznamovali v průběhu celého pobytu, ale především při celodenní česko-německé animaci, plné dvojjazyčných komunikačních a pohybových her, které pro obě skupiny připravila česká organizace Tandem.

— Mgr. Zdenka Kočková

# NADĚJE MÍSTNÍHO GYMNASTICKÉHO KLUBU CORRIDOOR



Často jsme se v našich předchozích článcích věnovali úspěchům našich vynikajících závodnic – žen, ale tentokrát se zaměříme

na jinou inspirativní stránku gymnastického klubu Corridor. V naší různorodé a nadějně rodině gymnastů máme také muže. A mezi těmi nejlepšími je Michal Gorochoch. Již nyní se díky své vytrvalosti dokázal stát jedničkou gymnastického aerobiku v České republice. Na letošním Cantanhede Open v Portugalsku soutěžil Michal s elitními gymnasty z celého světa a dosáhl skvělého 4. místa. Na prestižních mezinárodních závodech Slovak a Czech Open se shodně umístil na 3. místě. Na soutěži Plovdiv Cup v Bulharsku skončil na pěkném 6. místě a z říjnového závodu na Slovenku si odvezl zlatou medaili. Jeho příběh je motivací nejen pro naše malé členy, ale také pro ty, kteří hledají sport poskytující komplexní fyzickou přípravu a mentální odolnost. Pokud máte zájem o tento dynamický sport a chcete se stát součástí naší gymnastické rodiny, neváhejte se nás zeptat na další informace.

— Eliška Strakošová  
foto: Tomáš Kříž

# MOJE STOPA VE ŠKOLE JIŽ POTŘETÍ

Ve dvanácti ze třinácti základních škol zřizovaných Prahou 10 odstartoval třetí ročník participativního rozpočtu Moje stopa ve škole. Projekt žákům v praxi ukazuje, jak funguje občanská participace, a zároveň je učí praktickým dovednostem.



Princip Mojí stopy je jednoduchý. Každý žák ze zapojené školy může vymyslet projekt, získat pro něj podporu u svých spolužáků a hlasovat pro něj. Při hledání nápadů se fantazii meze nekladou. Musí však korespondovat s prostředky, které jsou k dispozici. Každá škola má 35 tisíc korun.

Řeší se třeba zvelebení školních zahrad nebo prostor, kde žáci tráví přestávky. V jednom z předchozích ročníků se například hlasovalo pro pořízení 3D tiskárny k podpoření technické výuky a výrobě doplňků na školní akce.

Třetí ročník Mojí stopy začal v září, kdy proběhlo setkání školních koordinátorů, jehož cílem bylo sdílení poznatků mezi zkušenými koordinátory a nováčky. V říjnu školy sbíraly a posuzovaly projekty, v listopadu pak proběhly kampaně jednotlivých projektů a celoškolní hlasování. Vítězným projektům budeme v dalším vydání měsíčníku věnovat samostatný článek.

# HALLOWEENSKÁ PÁRTY



Ve všech odděleních školní družiny ZŠ Gutova se 31. 10. 2023 vyrojili kostlivci, duchové, čarodějnice, zombie a další nadpřirozené bytosti, aby společně oslavili svátek Halloween. Paní vychovatelky si ve svých odděleních připravily pestrý a zábavný program s různými hrami, soutěžemi, diskotékou a samozřejmě nechybělo ani občerstvení složené ze samých dobrot, které si podle chuti přinesly děti z domova. Párty se vydařila a děti odcházely domů spokojené.

# KUŽELKÁŘKY V EVROPSKÉM POHÁRU



Kuželkářky Slavia Praha se po zisku stříbrné medaile v lize a vítězství v Českém poháru zúčastnily Evropského poháru klubových družstev. Tato akce proběhla ve městě Brčko v Bosně a Hercegovině. V silné konkurenci se družstvo po kvalifikaci proboujalo do Final four. Zde však už nestačilo na poloprofesionální týmy a obsadilo konečné 4. místo. Na základě tohoto výsledku bude hrát osmifinále Ligy mistrů. Soupeřem bude německý tým KV Liedolsheim. První zápas se uskuteční v Německu. Odveta se pak odehraje 9. 12. 2023 v Praze.

— Luboš Zelenka



# STĚHUJEME DESÍTKU

RADNICE MČ PRAHA 10 SE STĚHUJE Z VRŠOVIC DO STRAŠNIC



Městská  
část  
Praha 10

NOVÁ ADRESA:

Úřad městské části Praha 10

**Vinohradská 3218/169**

100 00 Praha 10 – Strašnice



## NYNÍ JIŽ V NOVÉM!

KONTROLA A KOMUNIKACE **7**

EKONOMICKÉ  
POPLATKY ZE PSŮ **6**

BYTY A NEBYTY  
SPRÁVA DOMŮ **5**

ŠKOLSTVÍ  
KULTURA | SPORT | PAMÁTKY **4**

SOCIÁLNÍ PRACOVNÍCI  
A KURÁTOŘI **3**

HOSPODÁŘSKÁ SPRÁVA **2**

INFORMACE | POKLADNY  
CZECHPOINT | OVĚŘOVÁNÍ  
PARKOVACÍ ZÓNY **1**

HLAVNÍ  
VCHOD

**8** STAROSTA | MÍSTOSTAROSTOVÉ | RADNÍ

**7** TAJEMNICE | RADA A ZASTUPITELSTVO  
VÝBORY ZASTUPITELSTVA  
PERSONÁLNÍ | STRATEGIE | TISKOVÉ

**6** HLAVNÍ ARCHITEKT  
MAJETKOPRÁVNÍ

**5** DOPRAVA | ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ  
RYBÁŘSKÉ A LOVECKÉ LÍSTKY

**4** STAVEBNÍ | ARCHIV - BADATELNA  
DOPRAVNÍ PŘESTUPKY

**3** ŽIVNOSTENSKÝ  
IT UČEBNA

**2** MATRIKA | STÁTNÍ OBČANSTVÍ  
OBČANSKÉ PRŮKAZY | CESTOVNÍ DOKLADY  
EVIDENCE OBYVATEL | PŘESTUPKY

**1** PODATELNA  
SOCIÁLNÍ PORADENSKÉ CENTRUM  
VEŘEJNÉ WC | ZASEDACÍ SÁL

**-2** STAVEBNÍ ARCHIV



## KÉŽ BY KAŽDÝ Z NÁS CHTĚL BÝT ČLOVĚKEM DOBRÉ VŮLE, ŘÍKÁ FARÁŘ ARTUR MATUSZEK

**Katolický farář Artur Matuszek pečuje o vršovickou farnost. Do ní spadají dva kostely, z nichž jedním je ikonický kostel svatého Václava na náměstí Svatopluka Čecha. V rozhovoru jsme se dotkli toho, jak se liší atmosféra funkcionalistického kostela od klasického, ale hlavně jsme si povídali o adventu, vánočním čase a o tom, co dělat, aby do spojené nádoby lidství po kapkách přibývalo dobro.**

**Pane faráři, lze podle vás nějak pojmenovat tajemství Vánoc?**

Řekl bych, že odpověď je obsažena již v samotné otázce, a to, že Vánoce jsou tajemstvím nebo mystériem, kdybychom použili latinské slovo. Každý rok dostáváme příležitost toto tajemství o trochu víc poodhalit a prožít. Ve vánočním příběhu Bůh nevystupuje jako někdo vzdálený, neurčité něco kdesi vysoko, ale jako někdo, kdo je tu s námi, s každým z nás. To vyjadřuje narození Ježíše Krista.

**Zároveň jsou Vánoce považovány za rodinné svátky. Daří se podle vás lidem v dnešní uspěchané době zpomalit a zaměřit se na ty nejbližší?**

V tom jsem takový realistický optimista. Ten realismus tkví v tom, že zpomalit se moc nedaří, ale doplňuji to o ten optimismus. To zaměření se na nejbližší tam je. Jsem přesvědčený o tom, že každý člověk touží lásku dávat, ale taky ji přijímat, a rodina je pro většinu z nás tím nejpřirozenějším místem lásky.

**Mají podle vás letošní Vánoce nějaké specifické poselství?**

Každé Vánoce mají vždy stejné poselství: „Sláva na výsostech Bohu a na zemi pokoj lidem dobré vůle.“ Letos mi toto poselství připadá obzvláště aktuální – kéž by každý z nás chtěl být člověkem dobré vůle, aby se mohl šířit pokoj na zemi, počínaje našimi rodinami a nejbližším okolím.

**Ptám se i proto, že poslední roky jsou extrémně turbulentní. Stres z globální pandemie a nekonečných lockdownů vystřídal stres z několika konfliktů. Co byste poradil lidem, které zrovna tohle sužuje?**

My lidé se mnohdy zatěžujeme věcmi, které stejně nedokážeme ovlivnit nebo změnit. Ale každý z nás může přispět k něčemu

dobrému a něco dobrého dokázat alespoň ve svém okolí.

I toto konání bude mít citelný dopad, protože lidé a lidstvo jsou spojenými nádobami. Když bude někde po kapkách přibývat dobro, hladina dobra se bude zvyšovat celkově. To sice platí i o zlu, ale když se každý z nás pokusí být člověkem dobré vůle, přispějeme tím k pokoji, po kterém všichni toužíme.

**Posuňme se k vaší zkušenosti s Vánocemi. Jak prožíváte, coby katolický farář, období adventu a Vánoc?**

Advent a Vánoce jsou takovým nejsilnějším a pracovní nejnáročnějším obdobím. Advent je pro lidi výzvou k uspořádání si věcí ve svém životě, a právě při tom může farář pomoci. Proto se konají duchovní obnovy, lidé mají větší zájem o zpověď či duchovní rozhovor s knězem. O Vánocích je mým úkolem umožnit návštěvníkům kostela, aby mohli prožít radost z víry a oslavit Boha.

**Jak tedy v průběhu takového záprahu vypadá váš Štědrý den a Štědrý večer?**

Ten den se podřizuje mým povinnostem v kostele. Již odpoledne míváme ve farnosti mši svatou pro rodiny s dětmi. Po jejím konci mám čas připravit si svou štědrovečerní večeři. Snažím se, aby měla všechny náležitosti a přílíš se nelišila od toho, jak to probíhá ve všech domácnostech. Mám hezky prostřeno, mám stroemek, byť malý, a i na betlém jsem našel prostor. Po večeři jdu do kostela sloužit půlnoční mši.

#### Zmínil jste slavnostní tabuli, držíte tradice?

V základu ano, v několika věcech se však liší, protože pocházím z polského Slezska, tak si ji dělám tak, jak jsme ji dělávali u nás doma. Člověk má rád ty tradice, ty chutě, které mu připomínají domov. Základem je smažený kapr a knedlíky podobné českým chlupatým knedlíkům. Místo mouky je v nich bramborový škrob. K tomu mám boršč, i když v tomto případě jde spíše o vývar obarvený šťávou z červené řepy, do kterého se přidávají „oušky“, což jsou těstovinové taštičky plněné houbami. Na Boží hod nevařím, spíše dojdám to, co bylo k večeři. To je ostatně také zvyk z domova. Máma si tak mohla odpočinout od vaření.

#### Ještě se chci zeptat na obyčeje, jako je třeba krájení jablíček? Dodržujete nějaké?

Opět se vracím k domovu. Měli jsme jeden takový zvyk – lámání oplatky, bílého chleba. Ten jsme si vždycky na začátku večeře rozlomili a jeden druhému jsme popřáli radostné svátky. Oplatku mám taky, ale prožívám tuto tradici symbolicky. Rozlomím oplatku ve svém srdci, ve svých myšlenkách s těmi, se kterými bych v tu chvíli rád byl.

#### Vrcholem večera pak je půlnoční mše, jak je to s její popularitou u nás ve Vršovicích?

Vánoční mše, mluvím o obou mších, jsou nejnavštěvovanější za celý rok, poněvadž přijdou lidé, kteří jinak do kostela běžně nechodí. Úplně nejnavštěvovanější (ještě víc než půlnoční) je odpolední mše pro rodiny s dětmi. Každopádně se farní kostel svatého Václava ve Vršovicích na Štědrý den vždy zaplní.

#### Vršovická farnost čítá dva kostely. Zmínil jste kostel na Čechově náměstí a menší kostel svatého Mikuláše u Vršovického náměstí. Ty stavby nemohou být rozdílnější. Jedna patří k nejstarším vršovickým památkám, druhá je vrcholem funkcionalistické architektury. Liší se genius loci těchto míst?

Svatý Mikuláš je starší, daleko menší kostel. Může tedy působit takovým komornějším, na někoho možná útulnějším dojmem. Navíc díky tradiční architektuře dýchá víc takovým tím známým sakrálním. Naopak kostel svatého Václava je funkcionalistická stavba, která může působit poněkud stroze a dává do popředí funkci. Je tu takový paradox, protože v tomto kostele je problém vyměnit žárovku. Světla jsou zapuštěná a jsou k tomu potřeba vždy minimálně tři lidé. Proto občas s lehkou nadsázkou říkám, že jde o nefunkční funkcionalistickou stavbu. Samozřejmě, je to ikona

Vršovic a na někoho zase více působí genius loci tohoto místa.

#### O kolik farníků se na Desítce staráte?

To je složitá otázka! Na území farnosti bydlí 38 000 lidí, samozřejmě zdaleka ne všichni se s farností ztotožňují, považují se za věřící, za katolíky. Ale je tady hodně lidí, kteří nějaký vztah k víře mají. Ono se to vždycky ukáže v takových životních momentech, jako jsou křty dětí, svatby, pohřby nebo nějaké osobní záležitosti, kdy tito lidé vyhledávají faráře nebo kostel. I to jsou moji farníci, byť třeba nejsou pravidelnými návštěvníky bohoslužeb. No a pak je tu to silné jádro, živé a silné společenství farníků, kteří se znají a pravidelně se setkávají.



#### Máte ve Vršovicích nějaké oblíbené místo?

Při svých cestách za lidmi, starými nebo nemocnými, se Vršovicemi dost nachodím. Co si přitom užívám, je architektura a různorodost fasád domů ze začátku minulého století. To je něco, nad čím úplně žasnou. Vždy, když procházím místními ulicemi, kochám se tou krásou. Fascinuje mě, co tehdejší stavitelé dokázali a s jakým citem pro detail to postavili.

#### Už zaznělo, že jste se narodil v Polsku, nicméně v České republice působíte od roku 1992. Obával jste se jazykové bariéry?

K tomu mému původu je potřeba dodat jednu důležitou věc. Jsem z polského Slezska, narodil jsem se sedm kilometrů od Bohumína. Moji rodiče pracovali v Čechách, poněvadž tam byly možnosti sehnat zaměstnání, a doma jsme se dívali na Českou televizi a poslouchali Český rozhlas, takže já jsem s českým jazykem tak nějak vyrůstal. Pasivní znalost jsem měl dobrou, čeština pro mě nebyla úplně cizí a mohl jsem v tom jazyce velmi rychle začít fungovat.

#### Nedá mi, abych se nezeptal, když saháte po Bibli pro své potřeby, berete si ji v polštině, nebo v češtině?

No, to je velice zajímavá otázka. Říká se, že Písmo svaté by člověk měl číst buď v originále, nebo v mateřštině. Mohu tedy říct, že čeština už se stala mou mateřštinou. Je to dáno tím, že kážu v češtině. Dodávám, že k Bohu se člověk modlí ze svého srdce, a to se modlím v našem slezském nářečí.

#### Jak už jsme uvedli, do Čech jste přišel počátkem 90. let, vršovickou farnost vedete od roku 2016. Mezitím jste působil mimo jiné v kostele svaté Ludmily na náměstí Míru, ale vaše první angažmá je spjata se středočeským Mníškem pod Brdy. Jak na tato místa vzpomínáte?

Mníšek, to je jako první láska, a tak to navzdory zůstane. Přišel jsem tam jako mladý kněz do cizího prostředí a od farníků se mi dostalo neuvěřitelné podpory. Čas od času se tam rád vrátím v rámci skalecké pouti a moc mě těší, že i po těch letech mě tam lidé stále poznávají.

#### Jaké byly začátky ve Vršovicích?

Působím tady osmým rokem a přišel jsem sem jako zralý člověk s určitou životní zkušeností, což mi v mém působení pomohlo. Vršovická farnost je velice živá farnost, a tím pro faráře i dost náročná. I zde jsem se ale setkal s velkou vstřícností a přijetím ze strany farníků. Nevím, jestli je to typické pro každého kněze, anebo je to specifické pro mě, ale kam jsem přišel, tam se mi vždycky dostalo velice vřelého přijetí. Můžu říct, že poslední roky jsou nejkrásnějšími v mém kněžském životě.

#### Na co by se lidé měli v novém roce zaměřit, co byste jim vzkázal?

Rád bych čtenářům popřál, ať mají touhu a ať mají velké touhy! Říká se, že pán Bůh si z našich plánů moc nedělá, ale bere vážně to, po čem toužíme. Když se dívám na svůj život a na to, jak dopadly moje touhy, můžu se pod to jenom podepsat. ✖

## POZVÁNKA

Zveme také na rozsvěcení hlavního stromu MČ Praha 10, které se uskuteční 3. 12. 2023 od 18.30 hod. před kostelem sv. Václava na náměstí Svatopluka Čecha. Před rozsvícením, od 18.00 hod., začíná hudební program, jehož součástí bude také zdravice a požehnaní p. faráře Artura Matuszka. Pan farář se zúčastní i zahájení provozu Vánočního městečka (17. 12. 2023, 15.00 hod.), které pro vás MČ Praha 10 připravila na dobu od 17. do 22. 12., taktéž před kostelem na náměstí Svatopluka Čecha. V kostele se také bude 10. 12. od 16.00 hod. konat vánoční koncert. Zpěvy doby adventní přednese sbor Vox nymburgensis. Za spolupráci při akcích našich Vánoc na Čechách panu faráři děkujeme.



Městská  
část  
Praha 10



**1. a 3. 12.**  
**ROZSVĚCENÍ VÁNOČNÍCH STROMŮ**

Kubánské náměstí, OC Květ, OC Oáza, park Solidarita, OC Cíl, metro Strašnická, metro Skalka u MŠ, Vršovický zámeček, křižovatka Bohdalec a **HLAVNÍ STROM PRAHY 10** na náměstí Svatopluka Čecha

**30. 12.** 8.00–21.00

**31. 12.** 8.00–12.00

**VÍKENDOVÉ  
SILVESTROVSKÉ  
BRUSLENÍ**

areál Gutovka | zdarma

**3.–5. 12.**

**MIKULÁŠ NA DESÍTCE**

Vzlet, Divadlo Mana,  
Strašnické divadlo,  
BR divadlo, ART DEPO,  
Nesed' a žij a další

**17.–22. 12.** 15.00–20.00

**VÁNOCE NA ČECHÁČI**

náměstí S. Čecha

hudba, svařák, betlémské  
světlo a vánoční atmosféra  
| vstup zdarma

**23. 12.** 11.00–15.00

**RYBÍ POLÉVKA**

před NC Eden  
| zdarma

**10. 12.** 16.00

**VÁNOČNÍ  
KONCERT**

klasická hudba  
v kostele  
sv. Václava,  
nám. S. Čecha  
| zdarma

# VÁNOCE NA DESÍTCE

[praha10.cz/vanocenaseditce](http://praha10.cz/vanocenaseditce)  
#vanocenaseditce





Městská  
část  
Praha 10

# VÁNOCE NA ČECHÁČI

neděle  
**17. 12.**

16.00 **Zahájení Vánoc na Čecháči**  
16.15 **J. J. Ryba: Česká mše vánoční**  
Pražský smíšený sbor | Jan Steyer (dirigent)  
Solisté TBC | Kvarteto Apollon

pondělí  
**18. 12.**

16.00 **MŠ Hradešínská | ZŠ Švehlova | MŠ Dvouletky**  
17.00 **ZŠ Jakutská | ZŠ Nad Vodovodem**  
17.30 **Thom Artway & Band** | kytarista a písničkář

úterý  
**19. 12.**

16.00 **ZŠ Jakutská | ZŠ Vladivostocká | ZŠ Olešská**  
17.00 **ZŠ Břečtanová**  
18.00 **ZPÍVÁNÍ V KOSTELE ZŠ U ROHÁČOVÝCH KASÁREN**  
LIVE

středa  
**20. 12.**

16.00 **ZŠ Gutova | MŠ Tucharazská | ZŠ U Vršovického nádraží**  
17.00 **MŠ Bajkalská**  
17.30 **Typical Stereo** | Prague Busking Band

čtvrtek  
**21. 12.**

16.00 **Kateřina Karešová** | popová zpěvačka | **ZUŠ Olešská**  
17.00 **Napořád** | popová skupina  
18.00 **Taste the Lemon** | alternativní pop/rock

pátek  
**22. 12.**

16.00 **Luci Brzáková** | popová zpěvačka  
**Baseline - ZUŠ Olešská** | studentský kvartet  
17.00 **Jitka Smutná + kytara** | folková zpěvačka  
18.00 **Šárka Vaňková + saxofon** | popová zpěvačka

# VRŠOVICKÉ DIVADLO MANA



☎ Moskevská 967/34, www.vrsovickedivadlo.cz

5/12 15.00, 18.00

## MIKULÁŠ V MANĚ

Po Vánoční pohádce nás navštíví Mikuláš se svou družinou.

6/12 19.30

## MATKA

Mimořádně aktuální drama klasika české literatury.

7/12 19.30

## VE DVĚ NA KODAŇSKÉ

Příběh lásky Karla Čapka a Olgy Scheinpflugové.

8/12 19.30 – derniéra

## PODZIMNÍ SONÁTA

Matka s dcerou, nenaplněné životní osudy v komorním dramatu Ingmara Bergmana.

11/12 17.00

## OTEVŘENÁ ZPOVĚDNICE

Koncert, divadlo, beseda. Pořad věnovaný obětem zneužívání v církvi.



11/12 19.30

## VRŠOVICE JSOU ZLATÝ, ŘEK' TATÍNEK

Okouzující vzpomínky na zmizelý svět starých Vršovic očima malého chlapce.

12/12 19.30

## MLÉČNÉ SKLO

Sebevražda, nebo vražda? Kriminální drama, které vám nedá vydechnout!

14/12 19.30

## KABARET SMUTNÁ NEDĚLE

Kabaret života v nesmrtelných písních slavného hitmakera.

16/12 19.30

## M\*A\*S\*H

„Major Houlihanová, jsem moc rád, že jste tady.“ Kultovní seriál poprvé na divadle!

18/12 19.30

## NÁVOD NA PŘEŽITÍ

Lehce o vážných věcech.

20/12 19.30

## MÁMA ŘÍKALA, ŽE BYCH NEMĚLA

Čtyři generace žen a žádná se nechce podobat své matce!

21/12 19.30 – premiéra

## ZAHRAJ TO ZNOVU, SAME

Skvělá komedie W. Allena. Hra plná originálních hlášek, neodolatelně komických situací a osobitého allenovského humoru směřuje k jedinému poznání – naše sny se splní, když přestaneme sami sobě předstírat a přijmeme se takoví, jací jsme.

27/12 19.30

## 5 ZA 1

Komedie o síle přátelství a ženské solidarity, která i hory přenáší.

31/12 19.00

## VESELÝ SILVESTR S JITKOU SMUTNOU

Veselý silvestrovský recitál s Jitkou Smutnou a jejími hosty.

# VZLET



☎ Holandská 669/1, www.vzlet.cz

5/12 16.00–18.00

## MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA VE VZLETU

6/12 14.00

## COLLEGIUM 1704 UVÁDÍ: ZKOUŠKA NA VLASTNÍ UŠI

Otevřená zkouška koncertu.

7/12 19.30

## COLLEGIUM 1704 & COLLEGIUM VOCALE 1704: CANTATE DOMINO

10/12 17.00

## RODINNÝ VZLET: JEŽÍŠKŮV BAND ANEB KOLEDOVÁNÍ NEJEN S OVCEMI A OSLÍKY

Rodinný vánoční koncert pro děti od 5 do 12 let. Před koncertem od 15.30 bude již tradičně připraven pro děti workshop.

13/12 10.00

## DAMŮZA: BATOSNĚNÍ

Pohádka pro děti od 10 měsíců do 3 let.

13–14/12 19.30

## VOSTO5: SENTIMETAL – NOC, KDY NA KAVČÍM PLÁCKU UMŘEL MICHAEL JACKSON A ORESTÉS SE NA TO JENOM DÍVAL

Simulovaný Hradecký divadelní festival, Kavčí plácek, vojenský stan Vosto5ky a uplynulé roky.

17/12 16.00

## OSTRUŽINA: KIOSEK

Interaktivní pohybové představení pro diváky, co si občas chtějí povyskočit. Pro děti od 3 let.



19/12 a 20/12 19.30

## PETR LÉBL/DANIELA ŠPINAR: OBJAL MĚ BŮH A NIC

Pohybově-obrazová inscenace vychází z nezveřejněných deníků výjimečného režiséra Petra Lébla. 19/12 dramaturgický úvod, dozvíte se podrobnosti a zajímavosti ze zkoušení a tvorby díla. 20/12 po skončení představení debata s tvůrci.



21/12 19.30

## VOSTO5: 22. KUPÉ VE VZLETU

Talkshow v podání Vosto5.

22/12 19.30

## 11:55 SHOULD I STAY OR SHOULD I GO

Autorská adaptace Ibsenovy hry Domeček pro panenky.

# STRAŠNICKÉ DIVADLO



☎ Solidarity 1986/53

www.strasnicke-divadlo.cz

5/12 10.00

## RŮŽOVÉ SVATBY – generální zkouška

Optimistická a vtipná hra o sesterství, stárnutí, naději a o neustálých důvodech, proč se smát.

6/12 19.00

## RŮŽOVÉ SVATBY

9/12 19.00

## BOEING-BOEING ANEB TŘI LETUŠKY V PAŘÍŽI

Francouzská situační příjemně rozverná komedie.

17/12 19.00

## MILAN KRAMAROVÍČ – koncert

Divadelní klub Strašnického divadla.

18/12 9.00 a 12.00

## STARÁ LÁSKA NEREZAVÍ

Komedie Marca Camolettiho.

30/12 18.00

## RŮŽOVÉ SVATBY

## KULTURNÍ DŮM BARIKÁDNIKŮ



K Saratovská 3420/2a, www.kdbarikadniku.cz

5/12 18.00

### PRAŽŠTÍ HELIGONKÁŘI

6/12 15.00

### FILATELISTICKÉ VÝMĚNNÉ STŘEDISKO

6/12 19.00

### COUNTRY TANEČNÍ

Vede Jitka Bonušová.

7/12 20.00

### FARMÁŘI – koncert

8/12 19.00

### ROMAN HORKÝ A KAMELOT – koncert

9/12 10.00

### VINYLOVÁ A CD BURZA

9/12 19.00

### NOVÉ STRUNY SLAVÍ 10 LET

Koncert se křtem desky Trampská archeologie.

10/12 14.00

### HVĚZDNÝ PRACH

Taneční odpoledne.

12/12 18.00

### SWINGOVÉ VÁNOCE

13/12 15.00

### FILATELISTICKÉ VÝMĚNNÉ STŘEDISKO

13/12 19.00

### COUNTRY BÁL

Hraje skupina Globus.

14/12 18.00

### ALEŠ BRICHTA PROJEKT

Rockové Vánoce na Barče + HATTRICK a TÖRR.

16/12 17.00

### SETKÁNÍ OSAD NA BARČE

KTO a jejich hosté.

17/12 14.00

### TAURUS

Taneční odpoledne.

20/12 19.00

### ANDY ČERMÁK, KVĚTY, LAZER VIKING

Speciální vánoční trojkonzert.

21/12 19.00

### POČTA ZUZANĚ NAVAROVÉ

Hrají Jazz Elements.

26/12 14.00

### ŠTĚPÁNSKÁ TANEČNÍ ZÁBAVA

Hraje Hvězdný prach.

27/12 18.00

### PŘEDSILVESTROVSKÁ TANEČNÍ ZÁBAVA

Hrají Pražští heligonkáři.

## BR DIVADLO



K Úvalská 1357/28, Praha 10,

www.brdivadlo.cz

Hodinu před každým představením otevřen loutkokoutek – vyrobte si vlastní loutku.

7/12 17.30

### DRAMAŤÁK S JIRKOU

Máte doma komedianta? Pak neváhejte a přiveďte ho do našeho dramaťáku, kde svůj talent zúročí na 100 %.

10/12 15.15

### POHÁDKA O LÍNÝCH STRAŠIDLECH

Muzikálová pohádka o tom, co se stane, když poklidný život dvou líných strašidel Hastrmanky a Ježibaby naruší nečekaná návštěva.

14/12 17.30

### DRAMAŤÁK S JIRKOU

17/12 15.15

### VÁNOCE S VILÍKEM

Program s mluvícím kocourem Vilíkem. Rezervace nutná předem.



21/12 17.30

### DRAMAŤÁK S JIRKOU

## DIVADLO MÁJ

K www.divadlomaj.cz

Představení se hrají v Divadle Miriam, Ke Strašnické 10 (areál kostela Neposkvrněného početí Panny Marie).

10/12 15.00

### JAK PEJSEK A KOČIČKA CHYSTALI VÁNOCE

Derniéra pohádky o tom, jak Pejsek a Kočička psali Ježíškovi dopis, vyzkoušeli si pár českých vánočních tradic a „potrestali“ zlomyslného zajíce. Po představení následuje dílnička pro děti.

## TRMALOVA VILA



K Vilová 91/11,

www.trmalovavila.eu

Rezervace místa na akcích: tel. 775 234 343 nebo e-mail produkce@foibos.cz

### PROHLÍDKY:

út-pá prohlídky vily i výstav dopoledne pro školy, odpoledne pro veřejnost

so-ne každý první víkend v měsíci na objednávku, při večerních akcích možnost prohlídky Trmalovy vily, další informace o akcích na Facebooku

### VÝSTAVY:

#### JAN KOTĚRA – UČITEL BYDLENÍ

30/11/2023 – 29/1/2024

#### JAN KOTĚRA A JEHO ŽÁCI – BOHUSLAV FUCHS

Výstava, uspořádaná na počest 100. výročí uzavření celoživotního díla Jana Kotěry, představí jeho žáka Bohuslava Fuchse, autora více než 150 staveb po celé ČR.

18/12 14.00

#### UCTĚNÍ PAMÁTKY JANA KOTĚRY

Položení květin u hrobu Jana Kotěry na Vinohradském hřbitově.

## KINO PILOTŮ



KINO PILOTŮ

K Donská 168/19, www.kinopilotu.cz

### PROSINCOVÉ PREMIÉRY:

7/12

#### OTEC A SYN

21/12

#### HOTEL PALACE

#### NOVÉ POHÁDKY PRO DĚTI:

21/12

#### PTÁCI STĚHOVÁCI

KLUB SENIORŮ:

11/12 15.30

#### ANATOMIE PÁDU

18/12 15.30

#### BRATŘI

Seniorské projekce jsou za zvýhodněné vstupné 75 Kč.



## VLC WALDES

📍 Moskevská 262/57,  
www.vlcwaldes.cz



5/12 18.30

### VRAŽDA NA PAPIŘE

Realita a fikce kriminálních příběhů. Na společné besedě autoři představí a pokřtí poslední díl Panoptika sexuálních vražd s názvem Temné radosti predátorů Viktorína Šulce a krimi román Josefa Douchy Zlatý klíč k pecku.

8/12 19.00

### VÁNOČNÍ RECITÁL ŠÁRKY REZKOVÉ

11/12 18.00

### LETOŠNÍ POSLEDNÍ VERNISÁŽ VÝSTAVY SVAZU ČESKÝCH FOTOGRAFŮ

12/12 18.30

### KŘEST NOVÉHO VYDÁNÍ KNIHY CHROMÝ JELEN

## MILÍČOVA KAPLE

📍 Rektorská 715/54,  
www.facebook.com/milicovakaple



2/12 10.00–17.00

### ADVENTNÍ JARMARK

Během jarmarku si může každý vyrobit adventní věnec, ozdoby na stromek či nazdobit perník (materiál zajištěn). Od 17.00 tradiční rozsvícení adventní hvězdy, koledy a svařák.

3/12 17.00

### ČESKÁ A ITALSKÁ BAROKNÍ HUDBA

10/12 17.00

### DUO BEAUTIFUL STRINGS

14/12 10.00

### VÁNOČNÍ RAKETY

Loutkové představení divadla Buchty a loutky.

16/12 19.00

### DIVADLO DS CAMPANUM – SPÍCÍ LEV

17/12 16.00

### TRADIČNÍ VÁNOČNÍ PROZPĚVOVÁNÍ

## GALERIE PRE

galerie pre

📍 Na Hroudě 1492/4,  
www.gejzir.eu/galerie-pre

6/11 – 15/12

### AKORDY TUŠE A KRAJKY

Výstava obrazů a krajek Jany a Milana Jišových.

## ZŠ ŠVEHLOVA

📍 Švehlova 2900/12, www.zssvehlova.cz

13/12 15.00–18.00

### SETKÁNÍ U VÁNOČNÍHO STROMEČKU

V prostorách školní jídelny se můžete těšit na výstavu žákovských prací, hudební vystoupení žáků, malé občerstvení, dílničky a vystoupení zpěváka Vojtěcha Drahokoupila.

## ZŠ GUTOVA

📍 Gutova 1987/39, www.zsgutova.cz

13/12 7.30–11.30

### DĚN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

Konzultace k zápisu do 1. tříd, burza knih a časopisů, divadelní a pěvecké představení, občerstvení a mnoho dalšího.

20/12 16.00

### VÁNOCE NA ČECHÁČI

Vystoupení pěveckého sboru.

## ZUŠ BAJKALSKÁ

📍 Bajkalská 11, www.zus-bajkalska.cz

5/12 18.00

### 1. ADVENTNÍ KONCERT

11/12 18.00

### VÁNOČNÍ PŘEDSTAVENÍ – lidový tanec

13/12 18.00

### 2. ADVENTNÍ KONCERT – Husův sbor

14/12 18.00

### KLAVÍRNÍ TŘÍDNÍ KONCERT

15/12 18.00

### KLAVÍRNÍ TŘÍDNÍ KONCERT

18/12 18.00

### DECHOVÝ TŘÍDNÍ KONCERT

19/12 18.00

### DECHOVÝ A PĚVECKÝ TŘÍDNÍ KONCERT

20/12 18.00

### KLAVÍRNÍ TŘÍDNÍ KONCERT

21/15 18.00

### 3. ADVENTNÍ KONCERT

## ZŠ NAD VODOVODEM

📍 Nad Vodovodem 460/81,  
www.zsnadvodovodem.cz

6/12 16.00–17.30

### ADVENTNÍ JARMARK

## ZŠ U ROHÁČOVÝCH KASÁREN

📍 U Roháčových kasáren 1381/19,  
www.zsrohacovky.cz

6/12 14.00–17.00

### VÁNOČNÍ JARMARK ŠKOLNÍ DRUŽINY

19/12 18.00

### VÁNOČNÍ KONCERT V KOSTELE SV. VÁCLAVA

## ZŠ U VRŠOVICKÉHO NÁDRAŽÍ

📍 U Vršovického nádraží 950/1,  
www.zsvrsovicka.cz

13/12 16.00

### VÁNOČNÍ TRHY

18/12 – 21/12

### VÁNOCE NA ČECHÁČI

Vystoupení školního kroužku Ukulele na náměstí Svatopluka Čecha.

## ZŠ JAKUTSKÁ

📍 Jakutská 1210/2, www.zsjakutska.cz

18/12

### VÁNOCE NA ČECHÁČI

Vystoupení pěveckého sboru ZŠ Jakutská

21/12 17.00

### ADVENTNÍ KONCERT

Koncert ZŠ Jakutská v kostele ČCE v Korunní 1440 na Vinohradech.

## ZŠ BŘEČŤANOVÁ

📍 Břečťanová 2919/6, www.zsbrectanova.cz

6/12 16.00–17.30

### VÁNOČNÍ SETKÁNÍ

11/12 17.30

### VÁNOČNÍ KONCERT

Koncert s rozsvícením stromu před pavilonem H.

## ZŠ OLEŠSKÁ

📍 Olešská 2222/18, www.zs-oleska.cz

20/12 18.00

### ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMKU

# VÁNOČNÍ STROMKY OPĚT ROZZÁŘÍ DESÍTKU

Začátek adventu je spojen s rozsvěcením vánočních stromků, které nejenže navozují tu pravou vánoční atmosféru, ale navíc spojují sousedy z jednotlivých čtvrtí. Desítku rozzáří 11 velkých stromů, doplní je 33 malých stromků na Kubánském náměstí. Ty patří žákům a žákyním místních základních a mateřských škol.

Podívejte se, jak vypadaly ozdobené vánoční symboly v různých částech Prahy 10 během několika posledních let. A nezapomeňte, že v neděli 3. 12. 2023 budete mít příležitost vyfotografovat si rozsvěcení těch letošních.



PLACENÁ INZERCE - P10/12/23/OKP/1699



NOVĚ OTEVŘENÝ

Salon Viktoria



- Kosmetická ošetření
- Maderoterapie
- Depilace
- Manikúra

Praha 10 Strašnice, Dětská 294/1, vchod z ulice V Olšínách, uvnitř Studia Dalliente. Rezervace na tel. 774 952 402

Sledujte AKCE na [www.salonviktoria.cz](http://www.salonviktoria.cz)

# DĚTI V PRAZE 10 MAJÍ KVALITNĚJŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ DÍKY EVROPSKÝM I NÁRODNÍM PROGRAMŮM

Městská část Praha 10 uzavřela v listopadu 2023 již třetí projekt Místní akční plán rozvoje vzdělávání III, tzv. MAP, ve školách umístěných v katastru desáté městské části. Tento projekt byl zaměřen na prohloubení spolupráce subjektů působících v oblasti základního a předškolního vzdělávání. Díky němu došlo ke zlepšení kvality vzdělávání, rozšíření nabídky vzdělávacích aktivit, podpoře inkluzivních přístupů a soutěží pro děti a k mnoha dalším pozitivním změnám.



MAP je osvědčená kvalitní platforma pro setkávání pedagogů, ředitelů, rodičů a dalších zainteresovaných stran, jejímž prostřednictvím mohou sdílet své zkušenosti a společně posunout vzdělávací systém dál směrem k potřebám 21. století. „Sdílení informací, know-how a prohlubování spolupráce je cestou ke kvalitnějšímu vzdělávání. Zástupci institucí

se mohou inspirovat dobrou praxí, zároveň se vyvarují prošlapávání slepých uliček. Spolupráce a komunikace je prospěšná pro všechny zapojené aktéry,“ říká radní pro školství Ondřej Počarovský.

## Zapojeny MŠ i ZŠ z Desítky

Do MAPu jsou obecně zapojeny mateřské a základní školy zřizované městskou částí Praha 10, školy zřizované Magistrátem hlavního města Prahy (speciální nebo základní umělecké) a také školy v soukromém vlastnictví na území městské části Praha 10. Celkem se zapojilo téměř padesát mateřských, základních a základních uměleckých škol. Pro 33 ze 47 subjektů je zřizovatelem právě Praha 10. Zbývajících 14 má jiného zřizovatele.

## Nové multimediální učebny, moderní polytechnická výuka

MAP III, jak název napovídá, navazuje na MAP I a II. I v rámci těchto akčních plánů se podařilo ve školách úspěšně realizovat řadu konkrétních věcí, mezi které patří podpora environmentálního a polytechnického vzdělávání, modernizace polytechnické učebny,

odborné učebny pro přírodní vědy, modernizace výuky přírodních věd, modernizace učeben pro čtenářskou gramotnost, modernizace učeben fyziky, multimediální učebna pro výuku a mnoho dalších. Řada mateřských a základních škol byla a je také zapojena do výzvy týkající se začleňování a podpory žáků s odlišným mateřským jazykem.

## Aktualizace strategických dokumentů

MAP III představoval přechodné období směrem k nadcházejícímu projektu MAP IV a jeho hlavním cílem bylo pokračování partnerství s danými subjekty. To znamenalo průběžné aktualizace strategických a koncepčních dokumentů. Společně se zástupci jednotlivých subjektů, tedy škol, se připravovaly plány pro následující tři roky. Klíčovým datem byl 2. listopad, kdy proběhlo závěrečné setkání zástupců škol věnované problematice kvality vzdělávání.

Městská část získala díky evropským projektům v rámci Operačního programu Praha – půl růstu, do kterého spadají i MAPy, od roku 2018 více než 45 milionů korun.

# PARK POD RAPIDEM NOVĚ PONESE JMÉNO RUTH BONDYOVÉ

Vršovická rodačka Ruth Bondyová prošla za II. světové války dvěma koncentračními tábory. Po jejím konci se rozhodla odejít do Izraele, kde se začala věnovat novinářské práci, psaní a překladatelství. Do hebrejštiny přeložila díla mnohých velikánů české literatury 20. století. Nyní po ní byl pojmenován park v Praze 10, který dosud nesl název Pod Rapidem.

Přejmenování parku je společnou iniciativou vedení městské části a izraelské velvyslankyně Anny Azari. Ta při příležitosti 100. výročí narození Ruth Bondyové oslovila městskou část. Rada její návrh podpořila. Poslední slovo měl pražský magistrát, který o přejmenování parků a ulic zpravidla na návrhy městských částí rozhoduje. „Když jsem se seznamoval s podklady a životem Ruth Bondyové, připomněl jsem si, o kolik bolestnější jsou velké dějiny, pokud jsou vyprávěny prostřednictvím konkrétního

osudu. O to úctyhodnější je, že tato vršovická rodačka nikdy nezanevřela na svou rodnou zem, umístěnou v samém srdci Evropy. Ve své biografii dokonce uvedla, že narodit se v Pra-



ze je stejné privilegium jako mít šlechtický titul. Tím nejmenším, co můžeme pro uctění památky této dámy udělat, je věnovat jí park kousek od jejího rodného domu,“ říká starosta Praha 10 Martin Valovič.

Ruth Bondyová za svůj život přeložila do hebrejštiny čtyři desítky českých knih. Mezi nimi nechyběla díla Karla Čapka, Jaroslava Haška, Bohumila Hrabala nebo Václava Havla. Díky ní se Izraelci mohli seznámit s českou satirou i náhledem na svět. Navzdory těžkým osudovým zkouškám jí právě tento styl humoru zůstal vlastní. V Izraeli se podílela na prvním rozhlasovém satirickém pořadu.

Řídila se heslem nikdy se nevzdát a bojovat. Díky tomu i díky náhodě přežila holocaust. V Osvětimi byla svědkem vyvraždění spoluvězňů z rodinného tábora. Následně byla nuceně nasazena v Hamburku na odklizení trosk po spojeneckých náletech. Nakonec byla internována v koncentračním táboře Bergen-Belsen. „Nikdo si nemyslel, že dojde k vyhlazení. Moji rodiče říkali, že se uskrómíme. Opírali se o historickou zkušenost Židů s pogromy, pronásledováním a chudobou. Nikdo si samozřejmě nepředstavoval plynové komory. I dnes se člověk ptá: Jak je to možné? Jak tam nahnali ty miliony? Vždyť je to nemyslitelné,“ řekla Bondyová historikům z projektu Paměti národa.

S parkem nejsou spojena konkrétní popisná čísla. Jeho přejmenování tak nevyžaduje dodatečné náklady nebo nutnost měnit si občanské průkazy.



Městská  
část  
Praha 10

# Už vám nic neuteče

Důležité informace z Prahy 10  
přímo do vašeho telefonu



Rychlé zprávy  
do mobilu



Aktuální informace  
z městské části



Pozvánky  
na události



Upozornění  
na bloková čištění  
a odstávky



Hlášení podnětů  
a závad



**Stáhněte si aplikaci**

 **MUNIPOLIS**



Přihlaste se k odběru na [praha10.municipolis.cz](https://praha10.municipolis.cz)

### **Co mám dělat, když nádoby na třídění ne- stačí, kde požádat o přistavení nových?**

V současné době je v ulicích Prahy 10 celkem 281 stanovišť tříděného sběru, tedy míst, kde se nacházejí veřejně přístupné sběrné nádoby na oddělené odládkání plastů, papíru, skla a dalších tříděných složek domácích odpadů. Nastavení četnosti vývozu jednotlivých nádob se v různých lokalitách liší. Někde je dostačující vyvážet papír dvakrát týdně, jinde je nutné, aby nádoba byla vyprazdňována pětkrát i vícekrát za týden. Pokud se opakovaně setkáváte s tím, že kapacita nádoby nedostačuje, pak je pro zlepšení situace v místě potřeba uvědomit o tom úřad městské části. V Praze 10 lze např. zaslat podnět využitím „odpovědného“ e-mailu bezodpadu@praha10.cz, anebo nedostatečný objem oznámit jako závadu k řešení na e-mail zavady@praha10.cz. Situaci na stanovišti následně prověřují pracovníci Odboru životního prostředí, kteří v případě, že se informace potvrdí, podají žádost o navýšení četnosti vývozu na Magistrát hlavního města Prahy.

### **Každou první středu slyšíme zkoušku sirén, jak poznám, že hrozí skutečné nebezpečí?**

Jedním z prvořadých opatření, jak včas varovat obyvatelstvo před hrozícím nebezpečím (povodněmi, následky havárií s únikem nebezpečných látek, nebezpečím velkých požárů atd.), je varování formou sirén.

První středu v měsíci probíhá na celém území republiky akustická zkouška provozuschopnosti celého systému varování. Ve 12.00 se sirény rozezní zkušebním nepřerušovaným tónem po dobu 140 sekund. V případě reálné hrozby nebo vzniku mimořádné události je obyvatelstvo varováno prostřednictvím varovného signálu „Všeobecná výstraha“. Tento signál je vyhlášen kolísavým tónem sirény po dobu 140 vteřin a může zaznít třikrát po sobě v cca tříminutových intervalech. U elektronických sirén po tomto signálu okamžitě následuje mluvená verbální informace, kterou se sdělují obyvatelstvu údaje o bezprostředním nebezpečí vzniku nebo již nastalé mimořádné události a opatření k ochraně obyvatelstva. Dalším signálem (nikoliv varovným), který sirény mohou vysílat, je „Požární poplach“, který slouží ke svolání jednotek požární ochrany. Tento signál je vyhlášen přerušovaným tónem sirény po dobu 1 minuty. U elektronických sirén následuje po akustickém tónu verbální informace.

Přehled signálů, verbálních informací z elektronických sirén a podrobné informace o tom, jak se chovat, když zazní siréna, naleznete na našich stránkách <https://praha10.cz>.

cz/mestska-cast/bezpecnost/mimoradnec-udalosti. Na daných stránkách také naleznete informace z Krizového štábu, ochrany před povodněmi, ukrytí nebo o případné evakuaci a další.

### **Kdo zajišťuje deratizaci na veřejných plo- chách? Kam nahlásit výskyt potkanů?**

Hlavní město Praha zajišťuje každý rok plošnou deratizaci veřejných prostranství, které má ve svém vlastnictví. V součinnosti s organizací Pražské vodovody a kanalizace se provádějí zásahy v kanalizační síti. Souhrn lokalit, kde tyto práce probíhají na území Prahy 10, je na webových stránkách [www.praha10.cz](http://www.praha10.cz) ve složce „životní prostředí – údržba a úklid“. Obdobně městská část zajišťuje v případě zvýšeného výskytu potkanů deratizační zásah na pozemcích svěřených do vlastní správy. V ostatních případech by ochrannou deratizaci měl provést příslušný vlastník pozemku, domu či jiného objektu. S dotazy k problematice je možné se obracet na Hygienickou stanici hlavního města Prahy – podatelna@hygpraha.cz, která zajišťuje dohled nad prováděním deratizace v Praze.

### **V měsíčníku vídám pravidelnou rubriku Jak se podniká na Desítce. Jak vybíráte jednotlivé podniky, jaké jsou podmínky zveřejnění článku?**

Pravidelná rubrika Jak se podniká na Desítce je mezi čtenáři oblíbenou stránkou v měsíčníku. Tato rubrika slouží hlavně jako bezplatná podpora zavedeným, ale i novým podnikatelům z Prahy 10, kteří přinášejí rezidentům Desítky služby s přesahem a jejichž podnik má příběh. Jednotlivé podniky jsou vybírány z tipů čtenářů náhodně a také podle jednotlivých oborů. Snažíme se, aby se po sobě neopakovaly stejné druhy a typy podnikatelských záměrů. V případě, že by některý z podnikatelů Desítky chtěl sdělit svůj příběh, jak vybudoval své podnikání, a chtěl představit své služby čtenářům měsíčníku Prahy 10, může svůj požadavek zaslat na e-mail [redakce@praha10.cz](mailto:redakce@praha10.cz). Nemůžeme slíbit, že se na něj okamžitě dostane, návrhů je v řadě mnoho, ale určitě se mu z naší redakce ozvou se zpětnou vazbou.

**Poprvé jsem načel QR kód z titulní strany  
měsíčníku, přehodilo mě to na digitální ver-  
zi měsíčníku pod Muniopolis. K čemu ještě  
Muniopolis slouží? Vyplatí se stáhnout tuto  
aplikaci do mobilu, má to vůbec smysl?**  
MUNIPOLIS je takový obecní rozhlas pro 21. století. Jde o ověřený informační kanál spojující města, městské části a obce s jejich občany a komunitami. Zároveň je to důležitý kanál pro krizovou komunikaci městské části. V případě potřeby dokáže tato aplikace

velmi rychle a efektivně varovat registrované uživatele.

Občanům doporučujeme aplikaci stáhnout, protože svými možnostmi a funkcionalitami dalece přesahuje možnosti sociálních sítí. Muniopolis umí sbírat podněty týkající se údržby, čistoty apod. Na radnici jsme skrze tuto platformu přijali a vyřešili přes 11 tisíc různých hlášení.

Muniopolis umožňuje jednoduše kontaktovat vybrané skupiny obyvatel městské části. Vedle SMS zpráv umožňuje rozesílat také mailingy, popř. vytvářet ankety, dotazníky nebo participační projekty. Navíc si můžete sami zvolit, jaké informace vás zajímají. Ty vám pak budou chodit prostřednictvím pravidelného newsletteru. Budete mít přehled o tom, co se děje ve vaší čtvrti, ve vašem sousedství. Jak se do projektu registrovat? Přes web: <https://www.muniopolis.cz/registrace> nebo stažením aplikace pro telefony se systémem Android a iOS

### **V ulici Magnitogorská má vyrůst bytový dům. Co s výstavbou městská část dělá a jak je možné, že se v lokalitě staví?**

Kancelář hlavního architekta ÚMČ Praha 10 se k záměru investora, který byl představen v roce 2022 formou architektonické studie, vyjádřila nesouhlasně. Prezentovaná podoba nedotváří urbanistickou strukturu, nadlimitně vytěžuje území a zejména nerespektuje strategický dokument městské části, a to Generel veřejných prostranství Prahy 10. Pokud chce investor pozemek využít, měl by v maximální možné míře respektovat okolní zástavbu, urbanistické uspořádání lokality i funkční využití území. V tomto duchu se ne- sou připomínky Kanceláře hlavního architekta, tedy samosprávy městské části. Ta jako taková nerozhoduje o tom, zda dům bude stát, nebo ne. O tom rozhoduje státní správa, tedy stavební úřad. Ten se řídí pražskými stavebními předpisy a stavebním zákonem, radnice může záměr investora pouze připomínkovat.

Pozemek prodalo developerovi Ministerstvo obrany České republiky, které jej mělo ve vlastnictví již před rokem 1989. Územní plán hlavního města Prahy charakterizuje předmetný pozemek jako parcelu využitelnou pro výstavbu obytné zástavby bez koeficientu míry využití plochy. Územní plán tudíž předpokládá, že případná nová zástavba bude svým objemem a charakterem odpovídat zástavbě okolní. Jaký je aktuální stav? Stavební úřad zatím nezhájil územní/stavební řízení pro neúplnost projektové dokumentace.



# REVITALIZACE PARKU NA SOLIDARITĚ ZVOLENA KOMUNÁLNÍM PROJEKTEM ROKU 2023

Radnice Prahy 10 zaznamenala velký úspěch, když letos dokončená revitalizace parku Na Solidaritě ve Strašnicích byla zvolena Komunálním projektem roku 2023 v kategorii Veřejná zeleň. Porota tradiční celorepublikové soutěže časopisu *Moderní obec*, kterou zaštiťuje Ministerstvo pro místní rozvoj, ocenila naši desítkovou péči o kořeny stávajících stromů při obnově této parkové plochy.

Úprava tohoto zeleného prostranství byla ojedinělá rozsahem péče o kořenové systémy vzrostlých stromů. Během prací se postupovalo tak, aby nedošlo k jejich poškození při zakládání nových cest a byla zajištěna jejich budoucí prosperita. Vzrostlé stromy jsou nenahraditelné a na Praze 10 je jim věnována náležitá pozornost.

## Kostky místo asfaltu

„Během revitalizace parku jsme těsně pod povrchem objevili velké svazky kořenů, daleko mohutnější, než jsme očekávali. To komplikovalo další postup, tudíž jsme museli vymyslet řešení. Varianta pokácet ty stromy pro nás nepřipadala v úvahu. Zvolili jsme řešení využívající technologii, která se u nás sice tolik nepoužívá, ale funguje. Jmenuje se Air Spade. V kombinaci se sacím bagrem umožnila koře-



ny odhalit, odsát zeminu a provést speciální ošetření. Nakonec jsme změnili povrch cest. Původně plánovaný asfalt nahradily žulové kostky,“ doplňuje podrobnosti k péči o dřeviny Martin Pecánek, vedoucí Odboru životního prostředí ÚMČ Praha 10.

## Přispěl i magistrát

Celkové náklady na stavební práce činily 10,6 mil. Kč. Projekt byl zahájen na sklonku minulého volebního období a je výsledkem aktivní finanční spolupráce městské části s hl. m. Prahou. Magistrát se na projektu podílel částkou 5 milionů korun z dotací na adaptační opatření ke zmírňování klimatické změny.

## Revitalizace bude pokračovat

Už nyní Desítka plánuje zahájit projektové práce na revitalizaci druhé, jižní části parku i přípravy projektů adaptace na klimatickou změnu u dalších zelených prostranství, o kte-



rych budeme průběžně informovat a přivzeme k nim místní obyvatele. V parku bylo vysazeno 23 nových stromů. Uprostřed prostoru se nachází piknikový stůl a nové cesty lemuje nový mobiliář.

## DESÍTKA I V ROCE 2023 NA VLNĚ UDRŽITELNOSTI

MČ Praha 10 patří v rámci mezinárodního hodnocení metodou místní Agendy 21 (MA21) mezi TOP 10 obcí České republiky. Úspěch se skrývá v dlouhodobé koncepční spolupráci vedení městské části a zaměstnanců úřadu. A samozřejmě v průběžném zapojování obyvatel a místních organizací a spolků. „Deklarace k podpoře udržitelného rozvoje prostřednictvím místní Agendy 21 a Programu Zdravé město“ byla schválena v novém volebním období Zastupitelstvem MČ v lednu 2023. V září 2023 Zastupitelstvo souhlasilo s přihlášením MČ Praha 10 jakožto zájemce o vstup do nejvyšší kategorie A metody MA21 v roce 2024. Jaké další novinky a úspěchy přinesl rok 2023?



místní Agenda 21

Desítka se v letošním roce poprvé připojila k iniciativě Evropský týden udržitelného rozvoje (ETUR), propagující myšlenku dlouhodobého udržitelného rozvoje. Navázali jsme na dobrou tradici našich dalších úspěšných kampaní jako Stromy za narozené děti nebo Desítka bez odpadu a jako obec se připojili

k této celoevropské kampani. V rámci ETUR proběhly mimo jiné tyto aktivity: v Kině Pilotů byly promítány Ozvěny Ekofilmu ve spolupráci s MŽP ČR. Desítka se opět i v tomto volebním období přihlásila k deklaraci #dostbyloplastu, o čemž budeme ještě podrobněji informovat po úplném přestěhování úřadu MČ. Ve spolupráci s Domem čtení proběhla vycházka po zeleni a knihobudkách. S Klubem K2 jsme nabídli přednášku k udržitelnému rodičovství. Těšíme se na další ročník. Ke spolupráci rádi přivzeme každého, kdo bude mít chuť se zapojit!

## Ocenění mezi Šampiony udržitelného rozvoje v ČR 2023

V pondělí 13. listopadu byla ve slavnostním sále Parlamentu České republiky předána ocenění pro „Šampiony“ Zdravých měst, obcí a regionů za rok 2023. Jedná se o hodnocení měst, městských částí, obcí či krajů, které aktivně zapojují veřejnost, strategicky plánují a směřují k udržitelnému rozvoji a zdraví. Opět po roce toto ocenění obhájila i naše městská část. Zástupci obcí a krajů převzali ocenění z rukou Věry Kovařové, 1. místopřed-

sedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. „Opakovaně získané ocenění dokládá, že jsme lidově řečeno ‚neusnuli na vavřínech‘ a také v novém volebním období podporujeme udržitelnost a strategický rozvoj. V zapojování obyvatel se letos více soustředíme na mladou generaci. Je vidět, že i mladým lidem na místě jejich životů hodně záleží a jsou ochotní se dobrovolně v jeho prospěch angažovat,“ říká Milan Maršálek, gesční radní pro životní prostředí a místní Agendu 21.

## Fórum mladých a spolupráce se Sněmem žáků

V polovině prosince proběhne Fórum mladých, které městská část organizuje ve spolupráci se Sněmem žáků. Ten sdružuje aktivní děti a mládež ze školních parlamentů. Akce je určena pro žáky druhých stupňů základních škol a středoškoláky, kteří budou na jimi zvolená témata diskutovat s odpovědnými zástupci radnice. Vedle participativního rozpočtu „Moje stopa ve škole“ tak přidáváme druhý pilíř participace nastupující generace.

# SENIORŮ NA PRAZE 10 JSOU PRIORITY

Praha 10 je velká městská část, která počtem obyvatel může konkurovat třeba celému Liberci. Žije zde přes 110 000 obyvatel, z toho kolem 25 000 seniorů. V září rada schválila rámcový dokument Koncepce rodinné politiky, který myslí také na seniory v Praze 10. Je připraven plán, jak v každé čtvrti městské části Praha 10 rádně zmapovat poskytované služby, pochopit potřeby seniorů, jak sjednotit informace a jak vytvořit co nejlepší podmínky pro kvalitní vzájemné soužití. V říjnu uspořádal David Kašpar, místostarosta s kompetencí sociální a rodinné politiky a zdravotnictví, setkání zástupců městské části a příspěvkových organizací, aby naplánovali, jak ještě lépe všechny propojit a jaké akce pro seniory může vedení příští rok uspořádat.



rům a jejich rodinám: pečovatelskou službu, domácí zdravotní péči, odlehčovací služby nebo kluby pro seniory. Spravuje domovy pro seniory a také 140 bytů určených pro bydlení seniorů a osob se zdravotním postižením (web: csop10.cz/, tel.: 271 746 720).

## Dlouhodobé cíle:

- Podporovat sousedské a komunitní aktivity otevíráním škol, knihoven, seniorských center a rodinných center jako lokálních center setkávání.
- Podporovat skupiny seniorů, které se samy organizují a angažují ve prospěch jiných seniorů nebo posilují mezigenerační vazby.
- Nadále podporovat širokou paletu aktivit, které pro ně připravuje Praha 10 a spolupracující organizace.

## A jaké služby pro seniory můžete aktuálně využívat?

- Desátková příspěvková organizace Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci poskytuje služby zaměřené zejména na pomoc senio-

- Prostřednictvím Odboru sociálního poskytneme sociální služby pro osamělé či nemocné seniory, odkazujeme na návazné služby a hledáme vhodné podpůrné organizace (Sociální poradenské centrum, e-mail: szp@praha10.cz).
- Městská část Praha 10 organizuje sportovní, volnočasové a kulturní akce pro seniory. V oblasti sportu se jedná zejména o pravidelné kurzy jógy, nordic walking, rehabilitační plavání a cvičení pro seniory (web: praha10.cz/sportujemesdesitkou, e-mail: sport@praha10.cz).
- Pořádáme kulturní akce: cykly komorních koncertů ve Vršovickém zámečku (nejen

pro seniory), zimní a květinové bály pro seniory v KD Barikádníků, divadlo pro seniory (částečně podpořeno vstupné) a další.

- Máme bohatý dotační program. Celkem se v dotačním řízení rozdělí přes 33 milionů korun a velká část projektů se zaměřuje na služby pro seniory (web: praha10.cz/dotace).
- Organizujeme kurzy trénování paměti, počítačové kurzy či kurzy zacházení s chytrými telefony.

## KLUBY PRO SENIORY CSOP:

Kluby pro seniory CSOP pořádají jednodenní výlety, prázdninové zájezdy, přednášky, hudební odpoledne a další aktivity.

- Klub Sámova 7, Vršovice, vedoucí Jana Tampierová (tel.: 733 643 954)
- Klub Zvonková 6, Záběhlice, vedoucí Stanislava Jadrníčková (tel.: 601 132 969)
- Klub Karpatská 19, Vršovice, vedoucí Jaroslava Tichá (tel.: 773 747 021)
- Klub Počernická 64, Malešice, vedoucí Ivanka Kosňanská (tel.: 778 521 896)
- Klub Na Louži 19, Vršovice, vedoucí Marta Křesinová (tel.: 773 453 445)

Vedoucí Klubů seniorů, rekreace a zájezdy:  
Eva Greplová, pevná linka: 277 011 710,  
mobilní telefon: 733 643 970,  
e-mail: klubovavedouci@csop10.cz

# ZIMNÍ HUMANITÁRNÍ OPATŘENÍ V PRAZE

I pro letošní zimu připravuje hlavní město Praha humanitární opatření na pomoc lidem bez přístřeší. Podrobnosti k připraveným opatřením, která obvykle trvají od začátku prosince do konce března následujícího roku, budou k dispozici u koordinátora pomoci, kterým je Centrum sociálních služeb Praha, příspěvková organizace hl. m. Prahy (dále CSSP). Do pomoci se zapojují orga-

nizace poskytující sociální služby, na opatřeních dále spolupracuje Městská policie hl. m. Prahy, Zdravotnická záchranná služba hl. m. Prahy a sociální kurátoři jednotlivých městských částí.

## Denní centra i lékařská pomoc

Smyslem zimních opatření je zajistit bezpečí osob bez přístřeší v mrazivých dnech. Opatření spočívají zejména v navýšení kapacit lůžek v noclehárnách, v možnosti přespat v mrazivých dnech v noclehárně zdarma či využít v průběhu dne prostory denních center k zahřátí a k zajištění jídla. V denních centrech jsou nabízeny rovněž poradenské služby nebo lékařská pomoc. Přímo na ulicích během dne i v průběhu noci působí terénní služby. Předpokládá se, že stejně jako v loňském roce budou i letos zahrnovat zimní opatření také zajištění kapacit pro osoby se zdravotním hendikepem.



## Na koho se obrátit?

Další informace můžete najít na webovém portálu CSSP k problematice bezdomovectví: [www.bezdomova.eu](http://www.bezdomova.eu), a to včetně návodu pro veřejnost, jakým způsobem postupovat v případě, že potkáte na ulici člověka, který potřebuje pomoc. Na tomto místě uvádíme základní telefonické kontakty – zdravotnická záchranná služba: 155, městská policie: 156.



# UŠETŘETE ČAS A ENERGII S FLEXIBILNÍMI SLUŽBAMI ČESKÉ POŠTY

**Nebaví vás čekat ve frontě? Jste stále ve skluzu a každá minuta pro vás hraje roli? Změnily se okolnosti či místo vašeho pobytu a potřebujete upravit poštovní služby na míru? Není problém. Vyzkoušejte praktické služby České pošty, které vám usnadní život. Objednejte se na pobočku přes internet, změňte doručení zásilky online nebo si nechte ukládat zásilky na výhodnější poště.**

Česká pošta nabízí svým zákazníkům vedle tradičních poštovních služeb i celou řadu inovativních řešení, která vám usnadní život a ušetří váš čas.



## Služba objednání na pobočku

Tato služba je zdarma a umožňuje vám dopředu si online rezervovat termín pro nejčastější služby, jako je Czech POINT, vyzvednutí dopisů, posílání dopisů i balíků, poštovní poukázky, platba SIPO, výplata důchodů nebo specializované bankovní přepážky. Stačí si vybrat pobočku a službu, zvolit termín návštěvy

a objednat se. Při příchodu na poštu zadáte rezervační kód do vyvolávacího systému a půjdete hned na řadu. Pro objednání služby můžete použít i naši mobilní aplikaci PoštaOnline. Služba je dostupná na poštách s vyvolávacím systémem. Bližší informace naleznete na našich webových stránkách <https://www.ceskaposta.cz/sluzby/ostatni-sluzby/objednavka-na-pobocku>.

## Služba změna doručení online

S touto službou můžete online měnit parametry doručování balíku nebo dopisu přes internet. Můžete si například prodloužit úložní dobu pro vyzvednutí, nechat zásilku znovu doručit, doručit na jinou adresu, uložit na jinou poštu nebo změnit termín doručení. Většina volitelných dispozic je poskytována zdarma. Informace ke službě a vstup do aplikace najdete také na webových stránkách <https://www.ceskaposta.cz/sluzby/ostatni-sluzby/zmena-dispozice>.

## Služba změna ukládací pošty

Slouží pro všechny došlé zásilky a umožňuje vám požádat o ukládání doručovaných zásilek na jiné poště, která je pro vás výhodnější a dostupnější. Například pošta v místě výkonu práce apod. Informace ke službě najdete na webových stránkách <https://www.ceskaposta.cz/sluzby/ostatni-sluzby/zmena-ukladaci-posty-pro-vsechny-dosle-zasilky>.



Kromě výše zmíněných služeb nabízí Česká pošta také různé způsoby výplaty důchodů. Odnosný důchod je ukládán k výplatě na poště a příjemce si ho vyzvedává bez vyzvání ze strany ČP. Doručný důchod je doručován doručovatelem na adresu příjemce, a pokud není zastížen, je uložen na příslušné ukládací poště. Důchod lze také nechat zasílat na osobní účet u ČSOB, který je možno zřídit na kterékoli poště.

Pro změnu způsobu výplaty důchodu stačí podat žádost minimálně 10 pracovních dnů před splatností důchodu na kterékoli poště, vyplnit tiskopis č. 12-236 Důchodová služba – žádost o změnu a předložit svůj osobní doklad a pokud možno i ústřížek výplatního dokladu pro příjemce důchodu. Pro více informací navštivte náš web <https://www.ceskaposta.cz/sluzby/platbeni-a-financni-sluzby-cr/duchodova-sluzba>.

PLACENÁ INZERCE – P10/12/23/OKP/1913

# Víme, které lékárny mají vaše léky skladem

Vyhledejte si u nás svůj lék, rezervujte,  
a jděte do lékárny na jistotu.

 Pokrýváme 290 lékáren v ČR.



**DOSTUPNOST-LEKU.CZ**



# SENÁTOR JAN PIRK MÁ KANCELÁŘ V PRAZE 10

Přední tuzemský kardiochirurg, profesor a od loňského roku také senátor Jan Pirk úřaduje ve Vladivostocké 12, kousek od fotbalového stadionu v Edenu. Výběr lokality nebyl náhodný, Jan Pirk je duší sportovec a celoživotní fanoušek Slavie, za kterou několik desítek let hrál pozemní hokej. Navíc je kancelář dobře dostupná městskou hromadnou dopravou.

Jeho kancelář je po předchozí telefonické nebo e-mailové domluvě s asistentkou dostupná každému, kdo má nějaký podnět nebo téma. „Můj život je spjatý s Desítkou, s lékařstvím a se sportem. Jsem přesvědčený o tom, že člověk je skutečně úspěšný pouze, pokud dělá věci, ke kterým má vztah a kde má zároveň nějakou znalost. Proto se v horní komoře snažím zlepšovat právě české zdravotnictví a na lokální úrovni pomáhám s propagací sportu. Mám radost, že je v Praze 10 místo, kde se můžu potkávat s lidmi. Ve své kanceláři se rád uvidím s každým, kdo bude mít pocit, že pro něj v senátu můžu něco udělat,“ říká senátor Jan Pirk.

Prof. MUDr. Jan Pirk, DrSc., získal za svou padesátiletou kariéru řadu ocenění. V roce



2004 obdržel medaili T. G. Masaryka. O pět let později získal titul Lékař roku 2009 v kategorii lékař nemocnic, léčebných ústavů a lůžkových oddělení. Těmi největšími oceněními jsou zprávy pacientů, které úspěšně operoval. Jan Pirk se svým týmem uskutečnil 7000 operací srdce, 295 úspěšných transplantací srdce a 4 transplantace bloku srdce a plic. Tato čísla

ho řadí k vysoce uznávaným kardiochirurgům v Evropě. Mimo to je aktivním propagátorem zdravého životního stylu a pohybu. Sám třináctkrát běžel maraton.

Pokud budete chtít kancelář navštívit, je po předchozí domluvě otevřena každé první pondělí v měsíci.

**Adresa kanceláře:** Vladivostocká 1530/12  
**Provozní doba:** každé první pondělí v měsíci po domluvení schůzky mezi 15. a 18. hodinou. Rezervace schůzky je možná prostřednictvím telefonu 777 260 044 nebo e-mailu [tlamichovaj@senat.cz](mailto:tlamichovaj@senat.cz).



## SETKÁNÍ PRO ŽADATELE O DOTACI

Žadatelé, kteří se chystají podat žádost v rámci dotačního programu městské části Praha 10 pro oblast podpory péče o památkově hodnotné nemovité objekty na území městské části Praha 10 v roce 2024, mohou využít příležitost obeznámit se blíže se zásadami programu, položit své otázky, případně probrat svůj vlastní záměr obnovy. Městská část Praha 10 pro ně chystá na 13. 12. 2023 setkání v nové budově úřadu na adrese Vinohradská 3218/169 v sále Bratří Čapků v přízemí, které bude začínat v 17.00. Své dotazy mohou případní žadatelé směřovat také na oddělení památkové péče, a to na níže uvedené kontakty.

Dotační program nabízí širokou možnost uplatnění a jeho důležitým prvkem je pečlivé posouzení každé žádosti, která se může dotýkat rozmanitých záměrů obnovy v oblasti péče o historicky hodnotný nemovitý fond. Dopředu není vyloučen nikdo, kdo se domnívá, že právě jeho úmysl by mohl k dosažení sledovaného cíle přispět. Městská část Praha 10 vedle ohlášeného setkání nabízí také konzultace přímo na místě a případně též poradenství ohledně dalších souvisejících otázek.

Využijte předložené možnosti a dostavte se do budovy úřadu 13. 12. 2023, nebo použijte některý z kontaktů na oddělení památkové péče:

tel.: +420 267 093 216  
mobil: +420 720 965 952  
e-mail: [jan.vasek@praha10.cz](mailto:jan.vasek@praha10.cz)

Těšíme se na setkání s vámi a na vaše záměry v oblasti péče o nemovité objekty, které dokládají vývoj stavební kultury na území naší městské části.

## VLASTNÍTE POZORUHODNÝ | VÝZNAMNÝ | JEDINEČNÝ OBJEKT?



## PODPOŘÍME VÁS!

Dotační program pro oblast podpory péče o památkově hodnotné nemovité objekty 2024 byl vyhlášen dne 30. 10. 2023 na období do 31. 12. 2024.

[praha10.cz](http://praha10.cz)



# SYPAČE JSOU PŘIPRAVENY NA ZIMNÍ ÚDRŽBU KOMUNIKACÍ

**Technická správa komunikací (TSK) si na boj s případnou sněhovou nadílkou připravila 73 sypačů vybavených sněžnými pluhy a 130 menších strojů určených na úklid bočních ulic nebo chodníků. Ty se budou starat o sjízdnost 2 211 kilometrů silnic. Zimní sezona tradičně končí 31. března.**



foto: TSK

Pražské komunikace zařazené do zimní údržby jsou rozděleny do tří kategorií podle svého významu. Do I. kategorie, kde případnou zimní nadílkou budou odklízet velké silniční sypače s pluhy, přirozeně spadají například nejdůležitější pražské dopravní tepny, silnice I. a II. třídy, komunikace využívané páteřními linkami vozů MHD nebo silnice vedoucí k nemocnicím. Celkem jde o 1 397 kilometrů komunikací. Ty

musí být uklizené do dvou hodin od momentu, kdy technika vyjede z garáží.

Řidiči sněžných pluhů se drží předem stanovených tras, naplánovaných TSK. Každá z nich je dlouhá maximálně 50 kilometrů. Sypače mají na korbě cca 5 tun soli a 2 tuny solného roztoku neboli solanky, což na tuto vzdálenost vystačí.

Do II. kategorie spadají zbývající úseky silnic II. třídy, místní komunikace a sběrné komunikace. Zbylé komunikace patří do III. kategorie. S tím se prodlužuje doba údržby na 24, respektive 48 hodin. O ty se stará 50 menších strojů.

TSK má rovněž na starost úklid chodníků, zastávek MHD a dalších míst důležitých pro chod metropole, jako jsou přístupové cesty k centrálním úřadům, kulturním institucím nebo stanicím metra. Celkem jde o nemotoristické komunikace v délce 1 734 kilometrů. Na jejich údržbu bude připraveno bezmála 900 pracovníků a 80 multifunkčních vozů určených pro úklid chodníků.

Zajímavost na závěr. Část techniky pro zimní údržbu komunikací poskytuje největší met-



foto: TSK

ropolitní svozová společnost Pražské služby. Některé vozy této společnosti ještě před pár týdny fungovaly jako úklidové samo-sběrné vozy nebo kropící cisterny. Technici je přestavili na zimní sezonu. V praxi tedy cisterny na korbách a kropící lišty, respektive samsběrné technologie, nahradily nástavby na posypový materiál a sněhové radlice.

Zimní údržba samozřejmě neznamená jen úklid sněhu. V případě příznivých klimatických podmínek bude probíhat standardní úklid silnic i chodníků a další náhradní práce, které budou nařizovány dle aktuální potřeby s přihlédnutím k preferencím jednotlivých městských částí.

## KARAVANY Z „OSADY“ U SKALKY ZMIZÍ, VĚCI SE DALY KONEČNĚ DO POHYBU

**Už je to celá řada let, co se Praha 10 potýká s nelegálními „osadníky“, kteří si zaparkovali své karavany na pozemku hlavního města. Protože si na problémy v okolí stěžují obyvatelé, zapojila se Praha 10 do řešení složitého problému.**

*„Roky se touto situací s karavany na hlavním městě z pozice vlastníka pozemků nikdo aktivně nezabýval. Tehdejší vedení města situaci přecházelo s tím, že s tím je těžké něco udělat. Teď se do toho zapojila Praha 10. V listopadu provedl stavební úřad na Praze 10 za účasti městské policie zdokumentování aktuálního stavu nepovolených staveb, nutný pro zahájení řízení o odstranění staveb. Poté může následovat rozhodnutí o nařízení jejich odstranění a potom budeme moci říct, že karavanové městečko zmizí,“* říká místostarosta pro bezpečnost Radek Lojda.

Na nelegální „osadníky“ si stěžují místní obyvatelé několik let, ať už kvůli hluku, kvůli obavě z hromadění stále většího množství odpadu všude kolem, nebo pro podezření, že v okolí může docházet k prodeji drog.

*„Bohužel ten problém neumíme vyřešit okamžitě jako mávnutím kouzelného proutku, ale existují zákony, o které se můžeme opřít. Uděláme vše proto, aby nakonec karavany opravdu zmizely a byly přesunuty na vyhovující místo,“* říká Radek Lojda.

V otázce bezpečnosti se radní věnují také situaci v ulici Úvalská. Poměrně rušnou ulici musí každý den přecházet desítky osob a především dětí, když jdou do školy.



*„Je to velmi podobné jako v ulici Na Padesátém, kde o možnostech, jak zklidnit provoz, už jednáme. Všichni vidíme, že i tento úsek by si opravdu zasloužil zpomalení dopravy, ale jako městská část máme jen omezené možnosti, komunikace je v majetku a správě magistrátu a TSK. Přesto se budu snažit v co nejbližší době zvýšit bezpečnost přechodu a pro zklidnění dopravy využít všechny prostředky, které jako Desítka využít můžeme,“* uzavírá Lojda.

# DŮM UM NA ZAHRAĎÁKU ŽIJE

Na Praze 10 v Zahradním Městě najdete v areálu Jahodová jedno z mnoha pracovišť střediska volného času pro děti a mládež, spadající pod příspěvkovou organizaci DDM Praha 10 – Dům UM, která umožňuje efektivní využití volného času s širokou škálou zájmových aktivit.



Pracoviště v Zahradním Městě je nadstandardně vybaveno a zabezpečeno, neboť budovy pavilonu C a D byly nedávno plně rekonstruovány a zařízeny. Součástí tohoto pracoviště je několik kluboven pro pravidelnou i spontánní zájmovou činnost. Keramický a výtvarný ateliér, moderně vybavená PC učebna, pracovna s 3D tiskárnami, hudebna, divadelní sál, posilovna, tělocvična a další. Mimo vlastní prostory využívá DDM také pronájmy tělocvičen přilehlých základních škol. Umístěno je zde též centrum pro předškolní děti Sedmikráska a otevřený klub pro mládež.

### Kroužky i soutěžní družstva

Ve školním roce 2023/2024 pracoviště otevřelo 137 zájmových útvarů z oblasti hudby, tance, sportu, techniky, výtvarné činnosti, keramiky, divadla a dalších pro více než 1 600 dětí. Velké místo má sport, a to od kroužků pro zábavu (sportovní hry, stolní tenis, florbal, basketbal, odbíjená, badminton) až po soutěžní družstva Wizards (florbal, basketbal, odbíjená, futsal), která hrají výkonnostní soutěže. Mimo pravidelnou činnost pořádá DDM různé akce, jako jsou výtvarné a keramické dílny pro veřejnost, taneční workshopy, besídky (blíží se Mikulášská), turnaje v e-sportech a mnoho



dalších. Neodmyslitelnou součástí jsou tábory pro děti, a to jak příměstské, tak i výjezdní, které se těší veliké oblibě a mnohdy se ani nedostane na všechny zájemce. V tomto zařízení pracuje hned 6 interních zaměstnanců na pozici pedagoga volného času a několik desítek kvalifikovaných externích lektorů.

Pokud jste o této instituci doposud neslyšeli, neváhejte navštívit její webové stránky [www.dumum.cz](http://www.dumum.cz) a zkuste štěstí, zda neobjevíte v některém kroužku ještě volné místo. Sledujte také důležité termíny pořádaných akcí, jejich zahajování či přihlašování, aby vám něco zajímavého neuniklo. Vstřícní pedagogové vám v informační kanceláři v přístavbě u pavilonů na Zahradním Městě rádi poradí.

# STROJAŘI Z DESÍTKY UMĚJÍ OPRAVOVAT LETECKÉ MOTORY

Řemeslo má zlaté dno a strojařina má v tuzemsku dlouhou tradici. Za první republiky zde existovaly strojařské firmy produkující světově unikátní výrobky. Za zmínku stojí třeba Tatra 77, která byla prvním sériově vyráběným aerodynamickým automobilem. Meziválečné československé letectvo se ve velké míře opíralo o produkci domácí Avie. A jedno z prvních letišť na území Prahy bylo prozatímni letiště ve Strašnicích. To je ale téma pro jiný článek.

Úvodní historický exkurz máme za sebou, pojďme se podívat na obor letecký mechanik, který na tuto tradici navazuje. Studenti se zde naučí bezchybně se orientovat v technické dokumentaci, získají znalosti konstrukce, systémů a agregátů letadel. Ty si pak mohou praxí nebo studiem na vysoké škole dále rozšiřovat nebo se úzce specializovat.



### Po maturitě certifikace

Jde o prestižní práci s perspektivní budoucností. Letecký průmysl je globální odvětví a potřebuje talentované, schopné lidi, kteří jej budou posouvat dál. To na druhou stranu znamená, že na žáky jsou kladeny poměrně vysoké nároky před samotnou maturitní

zkouškou i po ní. Po složení zkoušky dospělosti je čeká proces získání certifikace, která je harmonizována s pravidly Evropské unie. Z toho vyplývá, že dveře na evropské trhy mají šikovní absolventi stoprocentně otevřené.

### Další atraktivní obory

Střední škola elektrotechniky a strojírenství v Zahradním Městě nabízí i jiné obory. Za zmínku stojí třeba operátor a mechanik CNC strojů nebo nástrojař. I ty jsou atraktivní, protože mladého člověka seznámí s novými trendy, jako je třeba 3D tisk, který přinesl takovou malou průmyslovou revoluci. Proč se jím tedy nezabývat na profesionální úrovni? Pro všechny obory škola zajišťuje potřebné praxe ve vybraných firmách.

### Odvětví s budoucností

Zkusme se podívat na chvíli na svět okolo nás. Co uvidíme? Všechno musel někdo vymyslet, navrhnout, vyrobit. Výsledky strojařiny vidíme všude kolem nás. To je důvod, proč ji studovat. Člověk pochopí, jak věci fungují, získá znalosti o vlastnostech materiálů a hlavně bude mít příležitost přispět k chodu světa kolem nás. Strojařina už dávno není těžká špinavá práce, při níž celý profesní život strávíte u jednoho stroje. Naopak. Je to dynamicky se rozvíjející obor s budoucností.



Městská  
část  
Praha 10

# PODNIKATEL DESÍTKY

Historicky prvního ročníku ankety Podnikatel roku se zúčastnilo 2 268 hlasujících, kteří rozdělili celkem 5 712 hlasů ve čtyřech kategoriích – gastronomie, relax a krása, řemesla a ostatní prodejny a služby. Mimo to z hlasování vzejde ještě absolutní vítěz. Ten si odnese cenu pojmenovanou po Jindřichu Waldesovi, kterému za první republiky přezdívali Vršovický Baťa či Král knoflíků. Jeho továrna je známá spíše pod značkou Koh-i-noor. Slavnostní udílení cen se uskuteční 7. prosince 2024. Reportáž ze slavnostního večera připravíme pro lednové číslo magazínu.

**JE ROZHODNUTO,  
DĚKUJEME  
ZA VAŠE HLASY!**

[podnikateldesitky.praha10.cz](http://podnikateldesitky.praha10.cz)

**RE/MAX**  
Central  
Záběhlická 3156/65  
Praha 10 Michle, 106 00  
T: +420 724 601 255  
T: +420 792 646 824  
E: central@re-max.cz  
www.remax-central.cz



**REALITNÍ SLUŽBY PRO OBYVATELE PRAHY 10**



**SKENUJ MĚ !**

**Ocenění Vaší nemovitosti ZDARMA !**

**RE/MAX**  
Central

## ŘÁDKOVÁ INZERCE

- KOUPÍM BYT V PRAZE 10, PŘÍMO OD MAJITELE. TEL.: 604 617 788  
P10/12/23/OKP/1838
- OPRAVA ŽALUZII – VÝMĚNA VODICÍCH LANEK – NOVÉ ŽALUZIE – SEŘÍZENÍ  
PLASTOVÝCH OKEN A DVEŘÍ – SÍTĚ PROTI HMYZU. TEL.: 733 720 950  
PAVEL.JANCI@EMAIL.CZ P10/12/23/OKP/0138
- PROFESIONÁLNÍ PŘEDSEDA SVJ, VSEPROSVJ@GMAIL.COM,  
TEL.: 737 925 055, DAGMAR PACÁKOVÁ P10/12/23/OKP/0049
- REKONSTRUKCE BYTŮ, BYTOVÝCH JADER, KANCELÁŘÍ.  
WWW.REK-BACHR.CZ. TEL.: 732 359 883 P10/12/23/OKP/0169
- TRÁPÍ VÁS POČÍTAČ? POČÍTEJTE S NÁMI! PROVÁDÍME ČIŠTĚNÍ, ZRYCHLENÍ,  
INSTALACE, OPRAVY, VZDÁLENOU POMOC, OBNOVU DAT, DOUČOVÁNÍ  
A KURZY. PRONAJÍMÁME ZASEDACÍ MÍSTNOST. VOLEJTE 731 732 737,  
RUSKÁ 1343/200. TĚŠÍME SE NA VÁS. VAŠ ITCAN.CZ P10/12/23/OKP/1075
- PEDIKÚRA V POHODLÍ VAŠEHO DOMOVA. TEL.: 603 440 480 P10/12/23/OKP/1342
- ROZVODOVÝ ADVOKÁT A MEDIÁTOR LIBOR KREJČÍ  
WWW.MAKREJCI.CZ P10/12/23/OKP/1382
- KADEŘNICTVÍ, 28. PLUKU 524/25, P10, 728 800 600, STUDIO28.CZ  
P10/12/23/OKP/1383
- ! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU! VYKLÍZÍME SKLEPY, BYTY,  
POZŮSTALOSTI ATD. SAMI NALOŽÍME A ODVEZEME NEPOTŘEBNÉ VĚCI  
ZA ROZUMNOU CENU. TEL.: 773 484 056 P10/12/23/OKP/1385
- KOMPLETNÍ REKONSTRUKCE BYTŮ, DOMŮ, NEBYTOVÝCH PROSTOR  
VČETNĚ VYKLIZENÍ. VŠE NA KLÍČ OD VYBAVENÍ, REVIZNÍCH ZPRÁV  
A ÚKLIDU. SERIÓZNÍ JEDNÁNÍ, RYCHLOST, KVALITA.  
E-MAIL: STAVBYSRBA@GMAIL.COM, TEL.: 603 814 590 P10/12/23/OKP/1698
- HÁJEK ZEDNICTVÍ – MALÍŘSTVÍ KOMPLETNÍ REKONSTRUKCE BYTU, DOMU,  
NEBYTOVÝCH PROSTORŮ. VEŠKERÉ ZEDNICKÉ, MALÍŘSKÉ, OBKLADAČSKÉ,  
PODLAHÁŘSKÉ A BOURACÍ PRÁCE; ODVOZ SUTI ZAJIŠTĚN.  
MOB. 728 896 136 P10/12/23/OKP/1700
- HLEDÁME SPRÁVCE HŘIŠTĚ – ODMĚNA: 120 KČ/H FORMOU DPP.  
MÍSTO: HC HOSTIVAŘ, ŠVEHLOVA 1362/36, PRAHA 15.  
V PŘÍPADĚ ZÁJMU VOLEJTE 774 826 158 P10/12/23/OKP/1909
- ODBOURNÝ KURZ HUBNUTÍ – WWW.BEZNOSKOVA.CZ P10/12/23/OKP/1911
- MASÁŽE – WWW.BEZNOSKOVA.CZ P10/12/23/OKP/1911

# PRAHA 10 NAVAZUJE SPOLUPRÁCI S FAKULTNÍ NEMOCNICÍ KRÁLOVSKÉ VINOHRADY

Starosta městské části Praha 10 Martin Valovič a ředitel Fakultní nemocnice Královské Vinohrady Jan Votava podepsali dne 7. 11. 2023 memorandum o hlubší spolupráci. Dokument navazuje na nedávnou podporu městské části, jejímž cílem byl rozvoj paliativní péče v této nemocnici.

Spolupráce se týká několika oblastí. Zdaleka nejde jen o témata zahrnující akutní a chronické nemoci či prevenci, ale věnuje se i agendě sociálně-zdravotního pomezí. Zdravotnictví je jedním z pilířů programového prohlášení Rady MČ Praha 10 pro roky 2022–2026. „Navázání spolupráce, jež povede ke zlepšení kvality a dostupnosti péče pro občany desáté městské části, je logickým krokem. Prevence, péče o seniory, paliativní péče jsou aktuálními tématy, jejichž význam bude v následujících letech narůstat. Dnešní podpis považuji za začátek zdravé spolupráce mezi Prahou 10 a Fakultní nemocnicí Královské Vinohrady,“ vyjmenovává důvody, které vedly k podpisu memoranda starosta Martin Valovič.

## Špičkové lékařské zařízení

Fakultní nemocnice Královské Vinohrady je jednak největším poskytovatelem zdravot-

ních služeb v Praze 10, jednak jde o špičkové lékařské zařízení provázané s III. lékařskou fakultou Univerzity Karlovy, specializující se mimo jiné na traumatologii nebo kardiologii. Součástí nemocnice je navíc komplexní onkologické centrum. Místní nemocnice rovněž zajišťuje lékařskou pohotovostní službu nejen pro desátou městskou část. „Memorandum vnímáme jako zcela přirozený vývoj naší vzájemné ‚sousedské spolupráce‘. Tu budeme nadále prohlubovat a zlepšovat pro maximální spokojenost pacientů z Prahy 10,“ komentuje podpis memoranda ředitel Fakultní nemocnice Královské Vinohrady MUDr. Jan Votava.

## Podpora paliativní péče

V neposlední řadě se nemocnice zaměřuje na paliativní medicínu, tedy nesmírně důležitý obor zdravotní péče, který se zabývá kvalitou života nevléčitelně nemocných. „Praha 10 rozvoj tohoto oboru podporuje na několika úrovních. V minulosti jsme půl milionem korun podpořili rozvoj této péče ve vinohradské fakultní nemocnici, zároveň spolupracujeme s neziskovým sektorem poskytujícím sociální služby. Společně s kolegy usilují o to, aby Desítka byla solidární a uměla nějakým způsobem pomoci nevléčitelně nemocným a jejich



blízkým,“ dodal závěrem místostarosta David Kašpar.

## Spolupráce zahrnuje následující oblasti:

- paliativní péče,
- pomezí zdravotní a sociální péče,
- společná informační kampaň pro seniory o zdravotních službách na území MČ Praha 10,
- elektronické zdravotnictví (eHealth) zejména ve vztahu k seniorům,
- realizace osvětových akcí pro veřejnost,
- rozvoj spolupráce a síťování s ostatními aktéry v oblasti zdravotnictví na území Prahy 10.

pondělí  
**18. 12.<sup>23</sup>**  
14.00–17.00

## PSÍ/KOČIČÍ BESÍDKA/SBÍRKA

Heroldovy sady

Dárky pro útulky můžete přinášet ke stromečku v oplocené části Heroldových sadů.

**CO DAROVAT?**  
Zvířecí hračky, deky, pelíšky, vodítka nebo konzervy, granule, piškoty či jiné dobroty pro psy a kočky.





# MIKULÁŠ NA LEDĚ: BRUSLENÍ A ZÁBAVA S PRAHOU 10

Opět se blíží vánoční čas a s ním spojená radost ze setkání s Mikulášem, čertem a andělem. Tentokrát však budete mít jedinečnou příležitost sportovat společně s těmito třemi oblíbenými postavami na zimním stadionu Icerink v Přetlucké ulici.

Odbor školství městské části Praha 10 ve spolupráci se zimním stadionem Icerink připravil na 5. prosince mikulášské bruslení se vstupem pro veřejnost zdarma. Tato rodinná akce nabídne dětem i rodičům nezapomenutelný zážitek. Bruslit se bude ve dvou časových blocích trvajících 90 minut. První blok začíná v 15.00 hodin, po něm bude následovat úprava ledové plochy pro návštěvníky druhého bloku, který začne v 16.45.

Na konci každého bloku si mohou návštěvníci užít krátké bruslařské vystoupení Mikuláše, čerta a anděla. Pro malé bruslaře bude mít Mikuláš připravenou drobnou nadílku, což jistě všechny potěší.

## Celoroční bruslení na Icerinku

Zimní stadion Icerink nabízí možnost veřejného bruslení po celý rok pro všechny věkové kategorie. Atmosféru si můžete užít na jedné ze dvou ledních ploch za doprovodu hudby. Kromě volného bruslení jsou k dispozici lekce s instruktory pro ty, kteří chtějí zdokonalit své bruslařské dovednosti.



Pro rodiny s dětmi je připravena akce s názvem Family on Ice, kde bude omezený počet bruslařů a zábavný program vedený zkušenými instruktory. Ti se postarají o výuku jízdy na ledě pro děti i dospělé.

Hokejoví nadšenci a mírně pokročilí bruslaři si mohou vyzkoušet program Rodina s hokejkou pod vedením profesionálů, který je zaměřen na základní hokejové dovednosti a umožní i mini hokejový zápas pro členy rodiny.

Odvážní si mohou vyzkoušet „rybníkový hokej“ na třech hřištích s nízkými mini brankami, bez výstroje a s omezeným počtem hráčů.

## Školy na ledě

Děti a žáci ze škol Prahy 10 již pět let navštěvují zimní stadion Icerink, kde získávají zkušenosti od známých bruslařů Tomáše Vernera a Martina Holého. Během lekcí si osvojí pohyb na ledě, zdokonalí rovnováhu a držení těla a vytvoří si k bruslení pozitivní vztah. Nejlepší bruslaři mohou rozvíjet své dovednosti v Akademii Tomáše Vernera.

BRUSLIT

## KAM JÍT NA DESÍTCE O VÁNOCÍCH

**ICERINK** | Přetlucká 3422/23 | Strašnice  
6:00–00:30 | rezervační systém | dospělý 200,- / dítě 170,-  
[www.icerink.cz](http://www.icerink.cz)

**Zimní stadion HASA** | Sámova 1 | Vršovice  
PO–ST 9–11 | ČT 9–11:30 | PÁ 10:30–12:30 | SO 9–11, 16–18 | NE 10–12  
100,- / osoba  
[www.hotelhasa.cz/zimni-stadion](http://www.hotelhasa.cz/zimni-stadion)

**HC Slavia Praha** | Vladivostocká 1460/10 | Vršovice  
27. 12. a 28. 12. 12–13:30 | zdarma  
[www.hc-slavia.cz](http://www.hc-slavia.cz)

**Gutovka** | Gutova 39 | Strašnice  
PO–PÁ 15–17 | SO–NE 10–21 | na 2 hod. dospělý 110,- / dítě 90,- |  
celý den dospělý 360,- / dítě 260,-

**HTC Praha Arena** | Služeb 3451/3A | Strašnice  
Soboty 13:30–15:30 + 24. 12. 8:30–11:30 | dospělý 150,- / dítě 100,-  
**Mikulášská 5. 12.** od 15:45 | pro celou rodinu 150,-  
[www.htcp Praha.cz](http://www.htcp Praha.cz)

**R**adnice Prahy 10 se z rozhodnutí ODS, TOP 09, a dokonce i koalice Vlasta definitivně přestěhovala. Radní si jako nové sídlo vybrali lukrativní a velmi drahé prostory Vinice Business Center ve Strašnicích. Přitom součástí managementu firmy, která budovu vlastní, je i spolužák současného starosty Martina Valoviče (ODS). Přesto, že na rekonstrukci radnice je stále platné stavební povolení, žádné kroky k její opravě se nedělají. Budova Vlasty tak bude chátrat stejně jako nedaleký Eden.

Kdo zaplatí drahý nájem radnice, když Praha 10 nemá ani na opravu té současné? Bohužel to zaplatí občané, a navíc to budou často ti nejzranitelnější. Radní potichu zdrazují vše, co mohou. Nejdříve zcela zrušili podporu dětem ve školách, a rodiče si tak za lyžařské kurzy a školy v přírodě připlatí několik tisíc navíc. Následovalo navýšení nájemného organizacím v zájmu obce, jako jsou rodinná centra, klubovny, potravinové banky a další o neuvěřitelných 150%. A nyní dostávají nájemníci městských bytů dopisy se zdražením o téměř 20%.

ODS, TOP 09 a koalice Vlasta se chovají jak na dobytém území, nebaví se s lidmi ani s opozicí. Developerské projekty jedou jako nikdy předtím a na poslední zastupitelstvo přišlo protestovat víc než dvacet spoluobčanů! Napište mi na petr.benes@praha10.cz, porveme se za vás!

— **Ing. Petr Beneš**  
zastupitel, Piráti

**N**a konci prvního povolebního roku máme jasno ve výsledcích i prioritách v oblasti životního prostředí na Praze 10. Resumé 2023: Proběhla revitalizace parku Na Solidaritě (severní část), které si nejen my velmi považujeme! Jsem rád, že byla v nejkratším možném termínu dokončena. Významně jsme se věnovali Malešickému parku. Zasadil jsem se o opravu poškozených teras a provoz vodní kaskády. Připravujeme koncepční zkrátkování správy veřejné zeleně, plán nových stromořadí a posilujeme roli adaptačních opatření na změnu klimatu.

V rámci zákonného procesu posuzování vlivů na životní prostředí (EIA) se Rada MČ vyjadřuje ke všem záměrům a uplatněnými požadavky na kompenzační opatření jsme garanty v ochraně zdraví a kvality života občanů. Uplatnili jsme připomínky ke krajinářské studii Trojmezí.

Priority 2024: Investičními prioritami jsou v mé radniční gesci projekt na revitalizaci parku Na Solidaritě (jižní část), další úpravy nově pojmenovaného parku Ruth Bondyové (dříve Pod Rapidem) a významné a dříve upozaděné opravy dětských hřišť, sportovišť a agility například Desítkou. Provozně se zaměříme na vyšší kvalitu úklidu ulic a péči o lavičky. Tradičně podpoříme zapojování veřejnosti, environmen-



tální osvětu a udržitelnost. Přeji klidný advent, krásné vánoční svátky a pohodový konec roku.

— **Ing. Milan Maršálek**  
zastupitel, VLASTA a STAN s podporou KDU-ČSL

**N**epříjemné překvapení si nachystala koalice ODS, TOP 09, Vlasta, STAN a KDU-ČSL pro občany Prahy 10 na svém zasedání 21. září, kde rozhodla o zvýšení nájemného v městských bytech. Nově tak jejich obyvatelé zaplatí za metr čtvereční až 165 korun. Radní se neobtěžovali tento krok, který je pro mnohé občany, jichž se týká, zásadní, projednat na zastupitelstvu, ani se samotnými občany. A zjevně je netrápí ani vsudypřítomné zdrazování, s nímž se naše země potýká.

Z pohledu práva se nedá postupu radních příliš co vytknout, nicméně právo by mělo být minimem morálky, a ta se z celé věci bohužel vytrácí. K čemu je argument, že i vyšší nájemné v obecním bytu je stále nižší než nájemné komerční, tomu, kdo na něj prostě a jednoduše už nebude mít peníze, a navíc městské byty kvalitou těm soukromým neodpovídají?

Zastupitelé ANO s tímto přístupem, který nemá s poskytováním dostupného bydlení sociálně slabým nic společného, rozhodně nesouhlasí a mnohokrát se proti němu vymezili. Na prosincovém zastupitelstvu budeme požadovat, aby zastupitelstvo odmítlo takto razantní navýšení.

Přesto mi dovolu, abych vám i v této nelehké době za zastupitele hnutí ANO popřála klidné prožití svátků vánočních a úspěšný rok 2024.

— **JUDr. Radmila Kleslová**  
zastupitelka, ANO 2011

**Z**oblasti Vršovic v poslední době stále častěji zaznávají obavy z developerských plánů.

Nejedná se jen o osud budovy administrativního areálu Vlasta, odkud se v současné době stěhují úřady pryč, ale i o přílehlý kulturní dům Eden, budovu továrny Koh-i-noor, Chemapolu a celou oblast podél tratě směrem k Botiči. Namísto Edenu developer navrhuje dva bytové domy, namísto budovy Chemapolu má podle plánů vyrůst 14 nových domů, namísto parku v ulici Magnitogorská pak má vyrůst kapacitní polyfunkční dům až o deseti patrech. Myslím také, že přes nejrůznější proklamace je dnes už téměř jisté, že se Úřad

MČ Praha 10 do budovy Vlasta nevrátí. Je to podle mého názoru škoda, stejně jako stále pravděpodobnější demolice budovy. Ptal jsem se proto na posledním zastupitelstvu starosty Valoviče, zda má jako architekt alespoň v hlavě ucelenou představu, jakým způsobem se s celou zmíněnou oblastí naloží.

Nejsme jako hnutí SPD a priori proti nové výstavbě ani náhradě stávajících budov za moderní stavby. Veřejnost si však zaslouží o projektu podobného rozsahu, kdy uprostřed Vršovic má vzniknout takřka nová městská čtvrt, ucelené informace. Z odpovědí pana starosty a kusých informací posbíraných na internetu se však nemohu zbavit dojmu, že se něco chystá, jen nám nikdo nechce otevřeně říci co.

— **Mgr. Josef Nerušil**  
zastupitel, SPD, Trikolora a NK pro Prahu 10

**V**ážení spoluobčané, s blížícími se vánočními svátky bych Vám chtěl popřát hodně štěstí, klidu a pohody. Zároveň Vám přeji, ať rok 2024 probíhá podle Vašich nejskrýtejších přání.

Za sebe musím upřímně přiznat, že mně se už vánoční dárek splnil – úřad městské části se konečně přestěhoval do nových prostor Na Vinici. Nové kanceláře jsou na mnohem vyšší kvalitativní úrovni a jsou i dostatečně reprezentativní a praktické pro všechny, kteří si musí na úřadě cokoliv vyřizovat. Nejen zaměstnancům úřadu, ale i návštěvníkům navíc nově slouží samoobslužná jídelna v suterénu.

Zpětně se Vám omlouvám za případné komplikace s provozem úřadu během těch několika týdnů, kdy část úředníků pracovala na Vršovicke části Na Vinici. Ne neprávem se říká, že je lepší vyhořet než se stěhovat. Ale zvládli jsme to! Vy i já si bezpochyby velmi rychle zvykne na nový standard, zejména když jde o prostory kvalitnější a návštěvnícky přátelštější.

Podle mého názoru je radnice i lépe dopraveně dostupná.

Doufám, že kvalita prostředí ovlivní v tom dobrém i výkon úřadu a budeme zvládat vše s úsměvem a nadhledem k Vaší spokojenosti. Nakonec bych chtěl prozradit alespoň jedno z mých předsevzetí na rok 2024: Doufám, že se mi konečně podaří prosadit začátek opravy poloviny vily bratří Čapků.

Držme si tedy navzájem palce, ať se nám daří v roce 2024 všechny překážky s rezervou překonávat a posunovat „Desítku“ k lepšímu místu k životu.

— **Ing. Tomáš Pek, S. E.**  
zastupitel, Společně pro Prahu 10



Městská  
část  
Praha 10

DESATERO  
Z DESÍTKY

# DOMÁCÍ VÁNOČNÍ OZDOBY

Použijte materiál, který máte doma.



**Perníčky  
a cukroví**



**Dřívka  
a přírodniny**



**Flitry,  
korálky  
a bižu**



**Origami**



**Staré knihy,  
mapy a noty**



**Papír**



**Pamlsky**



**Vlna,  
provázky,  
mašle**



**Ruličky  
od vítě čeho**  
😊



**Improvizujte!**

# KDYŽ ULICE PROMLUVÍ



V minulém čísle jsme v rámci této rubriky procházeli Ruskou ulicí a „navštívili jsme“ zdejší pobočku Městské knihovny v Praze, kterou známe jako Dům čtení. Dnes přejdeme od kulturní instituce k těm z oblasti zdravotnictví. A hned dvě si během podzimu připomněly významné výročí. První z nich je 3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy, která sídlí na adrese Ruská 87. Nenachází se však již ve Vršovicích, ale ve vinohradské části Prahy 10. Jak se píše i na webových stránkách této vysoké školy: „Sídlo 3. lékařské fakulty UK se nachází ve vinohradském zdravotnickém areálu, největším areálu lékařského školství, výzkumu i praxe v celé České republice. Areál je kromě 3. lékařské fakulty tvořen Fakultní nemocnicí Královské Vinohrady, Státním zdravotním ústavem, Institutem pro postgraduální vzdělávání ve zdravotnictví, Státním ústavem pro kontrolu léčiv a Střední zdravotnickou školou. Se všemi těmito institucemi 3. lékařská fakulta spolupracuje v řadě oblastí výuky, výzkumu i lékařské praxe.“



Výstavba budovy Střední zdravotnické školy

### 3. lékařská fakulta UK slaví 70 let

Na 23. listopad 2023 připravila 3. lékařská fakulta slavnostní shromáždění k 70. výročí vzniku této instituce, které bylo spojeno se Zlatou promócí absolventů z roku 1973. Fakulta se hrdě hlásí k tradici lékařského učení Univerzity Karlovy, které tvořilo jeden ze čtyř základních směrů při založení univerzity v roce 1348, nicméně jedním z dalších důležitých mezníků byl rok 1953. Tehdy Ministerstvo vysokých škol rozdělilo pražskou lékařskou fakultu Univerzity Karlovy na tři samostatné fakulty – fakultu všeobecného lékařství (i se stomatologickým směrem), fakultu dětského lékařství a lékařskou fakultu hygienickou. Vznik samostatné Lékařské fakulty hygienické UK v roce 1953

přinesl v praxi některé podstatné změny. Měla sice základní lékařské zaměření, ale profilovala se jako specializovaná fakulta na problémy hygieny a prevence. V roce 1990 došlo k jejímu přejmenování na 3. lékařskou fakultu UK, čímž bylo zvýrazněno její primární všeobecné zaměření. V současné době patří mezi výukové základny fakulty především Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, ale i další pražské nemocnice a zdravotnické ústavy.

### Na Ruské je i Střední zdravotnická škola

Ve čtvrtek 21. září 2023 slavila Střední zdravotnická škola v Praze 10 – Vinohradech 70. výročí svého založení. Nachází se na adrese Ruská 91.

Budova školy byla postavena a zprovozněna v roce 1950 jako internát pro žáky pražských zdravotnických škol. V té době bylo totiž pro žáky těchto škol ubytování v internátu povinné.



Výstavba budovy Střední zdravotnické školy

V roce 1953 zde byla zřízena zdravotnická škola pro obor Zdravotní sestra s žákovským domovem. Rozhodlo o tom Ministerstvo školství a osvěty, pod něž zdravotnické školství po určitou dobu spadalo. Tato zdravotnická škola tehdy působila rovněž jako cvičná pedagogická základna pro posluchačky jednoleté Vyšší ošetřovatelské školy. Domov mládeže byl definitivně zrušen v roce 1986 a ze všech pokojů byly zřízeny učebny.

Dnes je SZŠ Ruská zřizována hlavním městem Prahou a je přizpůsobena potřebám studentů, vybavena moderními pomůckami, technické zázemí je instalováno ve všech třídách. Zájemci mohou na Střední zdravotnické škole studovat tyto obory s maturitou: Praktická sestra, Zdravotnické lyceum, Ortoticko-protektický technik, Sociální činnost a Bezpečnostně právní činnost. V nabídce je i tříletý učební obor Ošetřovatel.

Na začátku jsem ještě zmínil Fakultní nemocnici Královské Vinohrady, která byla slavnostně odevzdána veřejnosti dne 11. května 1902. Do areálu nemocnice je možný vstup i vjezd z Ruské ulice a z ulice Šrobárovy. A právě Šrobárova 50 je uvedena jako adresa FNKV. V této ulici se nachází také Státní zdravotní ústav, který sídlí na adrese Šrobárova 49/48, a Státní ústav pro kontrolu léčiv nalezneme ve Šrobárově 48. Příběh této ulice však podrobněji přiblížím až někdy jindy.



Žákyně SZŠ

### Ulice Altajská a Archangelská

Rád bych však dnes ještě zmínil dvě ulice, které dostaly své jméno v době, kdy se ve Vršovicích pojmenovávaly ulice podle měst, států a zeměpisných názvů z území někdejšího Sovětského svazu. První ulice se jmenuje Altajská a ke svému názvu přišla v roce 1952. Vznikla však již po 2. světové válce. Jméno dostala podle pohoří, které se nachází v centrální Asii a rozprostírá se na pomezí Ruska, Kazachstánu, Číny a Mongolska. Druhou ulicí je Archangelská, kterou bychom na mapách také našli od roku 1952. Archangelsk je přístavní město na severu evropské části Ruska. Leží při ústí Severní Dviny do Bílého moře. Toto město je zároveň administrativním centrem Archangelské oblasti.



Demolice areálu Tesly v roce 2015

Ulice Archangelská a Altajská společně s ulicemi Kavkazská a Vršovická vytvářejí obdélník, na kterém sídlila od roku 1912 továrna obuvnické firmy Švagera a Heller. Budovu projektoval architekt Jindřich Pollert. Později vlastnila tato firma obchodní značku Helia. Od roku 1925 zde měla své sídlo firma Kanold a spol., která vyráběla smetanové bonbony. Tehdy se však ještě nenacházela na Vršovické ulici, ale na třídě Krále Jiřího. Od roku 1950 zde fungovala pobočka strašnické továrny – národního podniku Tesla. V prosinci 2014 byly zahájeny demoliční práce tohoto areálu a po nich následovala samotná výstavba projektu 4Blok. Tento bytový komplex zkolaudovala developerská skupina Crestyl v květnu 2017. Autorem celé stavby byla architektonická kancelář David Chmelař architekti.

# HLAS JAKO CESTA K SOBĚ

**Má pracovní dráha byla velmi klikatá a pestrá. Teprve nedávno jsem zjistila, že spadám do kategorie multitalentovaných lidí, pro které není snadné a leckdy ani možné zůstat celý život u jednoho oboru a úzce se specializovat. Do roku 2011 jsem se pohybovala ve velice různých prostředích, poznala fungování a práci pro mnoho firem, většinou větších zahraničních společností. Pracovala jsem na všech možných pozicích, od asistentky, specialistky nákupu, vedoucí malého oddělení až po konzultantské pozice, nejprve v IT sféře a posléze jako konzultantka nábory (recruiter).**

## Začátky v HR

Díky vstupu do zahraniční personální agentury se v roce 2011 začala odvíjet úplně jiná etapa mé kariéry. V té době jsem začala získávat první zkušenosti v individuální práci s lidmi a v obchodních jednáních s firmami, které hledaly vysoce specializované zaměstnance. Tehdy se začal „rodit“ můj osobitý styl práce s lidmi, který byl založený na hlubokém pochopení jejich individuálních potřeb a osobních motivací. „Recruitmentu“ jsem zůstala věrná téměř 11 let. Později jsem z agentury přešla na „volnou nohu“ a pracovala jako úspěšný headhunter pro několik svých firemních klientů a pro síť uchazečů o práci nebo lidí, kteří toužili po kariéřní změně.

## Práce s talenty

V roce 2018 přišel další vnitřní impuls, volání po výrazné kariéřní změně. Přivedlo mě to ke studiu talentové metodiky, která mi ukázala, jak konkrétně se liší jednotlivé vloh a talenty lidí, se kterými pracuji. Že se talenty a silné stránky dají měřit, kategorizovat, dá se s tím pracovat analyticky a tato data využít k optimalizaci nebo sestavování efektivně spolupracujících firemních pracovních týmů i k hledání určitých typů lidí na konkrétní pracovní pozice. Absolvovala jsem úspěšně certifikovaný výcvik na práci s talenty podle metodiky CliftonStrengths® a zařadila tuto metodiku do své headhunterské práce i do individuálních služeb pro své klienty.

## Koučink jako životní cesta

V roce 2019 jsem si rozšířila své know-how půlročním akreditovaným koučovacím výcvikem u společnosti Results @ Emotions, který jsem v roce 2020 zakončila mezinárodní certifikací ACC od ICF. Od roku 2019 se plně věnuji koučinku. Zaměřuji se převážně na hlas, komunikaci, osobitý mluvený a pěvecký projev a spolupracuji i na firemních projektech jako koučka hlasu, talentů a osobního rozvoje.

Klienti, kteří přicházejí, většinou řeší tato témata:

- Chci znovu začít zpívat.
- Chci se začít vyjadřovat sebevědomě, bez trémy a stresu.
- Nelíbí se mi můj hlas, potřebuji prozkoumat jeho možnosti.
- Chci poznat sám/sama sebe pomocí svého hlasu.
- Chci vést/nahrávat působivé prezentace/meditace a potřebuji pracovat s hlasem vědomě.
- Přípravuji se na důležitou prezentaci, potřebuji profesionální a citlivé vedení.
- Potřebuji podpořit v období náročných změn, hledám citlivého a pevného průvodce-kouče, který by mě pomohl vrátet k mé přirozenosti a poskytl mi podporu na této cestě.

## Jak pracuji?

Pracuji formou individuálních osobních nebo online setkání, využívám koučink, mentoring, práci se silnými stránkami a jejich uplatněním v životě, téměř 20leté pracovní zkušenosti z firemního byznysu, životní zkušenosti a zralost člověka, který prošel mnoha peripetiemi pracovními i životními a získal určitý nadhled a schopnost vidět a slyšet věci v širších souvislostech a má mnoho soucitu, protože ví, že všechno je možné a ze všeho existuje cesta ven.

## Objev svůj hlas

Pořádám také skupinová (networkingová) setkání se záměrem otevřít bezpečný a léčivý tvůrčí hudební prostor, v němž se každý může projevit podle svého naturelu, vyjádřit svou „uměleckou“ část a sdílet s ostatními kousek sebe. Vracím lidem zpátky k dávným prožitkům ze společného zpívání, muzicírování a propojování se s ostatními. Více informací o konkrétních akcích lze najít na stránce Objev svůj hlas – facebook.com/objevsvujhlas v sekci Události.

## Proč jsem si vybrala téma hlasu?

Téma vyjádření emocí, vlastní zranitelnosti a základních životních potřeb je součástí mého životního příběhu. Když jsem v roce 2016 onemocněla záhadnou několikaměsíční bolestí hlavy, ke které nebyl žádný zjevný důvod, zavedlo mě zoufalé hledání pomoci až do prostředí alternativní medicíny. Už při prvním setkání jsem dostala otázky, které mi zdánlivě nedávaly smysl.

„Kolik toho před ostatními skrýváte? Jaká dilemata jsou ve vašem životě? Kolik se toho snažíte vyřešit sama ve své hlavě? Kolik bolestí a nevyřešených věcí si v sobě nosíte? Jste schopná ty věci sdílet, vyjádřit nahlas a komunikovat to s těmi, kterých se to týká?“ Jen „prostým“ vyjádřením toho, jak jsem věci skutečně cítila, jaké bolesti, strachy a obavy jsem si v sobě nosila, jsem se hned uzdravila. Bolest byla pryč. Začala jsem s upřímnou komunikací mezi svými nejbližšími a můj nový



způsob komunikace způsobil velké zemětřesení v mém osobním životě. Cena, kterou jsem za vyjádřenou pravdu zaplatila, byla ale zcela adekvátní mé úlevě. Díky tomuto procesu jsem se dostala na úplně novou pracovní cestu.

## Najdi, kdo jsi!

V té době jsem si vytyčila, že budu maximálně pravdivá, věrná podstatě toho, kdo jsem, a postupně opustím věci, které se mnou neladí. K tomu jsem začala vést i své klienty v individuální či skupinové spolupráci. Najdi, kdo jsi, a vyjádři to! Všechno bude jasnější a živější. Celý život zpívám, mám absolutní sluch, jsem intuitivní a citlivý muzikant, dlouhé roky studuji hlas a zpěv, sama občas vystupuji jako šansonierka nebo rockerka. Zpívám, hraji na několik hudebních nástrojů, skládám hudbu, píšu texty nebo básně. Všechno, co umím, co jsou mé talenty a vášně, jsem spojila do role koučky a mentorky, která vede lidi zpátky k vnímání svého hlasu, k pozornosti a vnímavosti ke svým emocím a k sobě a k pravdivému vyjádření toho, kdo jsou.

## Co o mně říkají klienti?

Nejčastěji vyzdvihují schopnost empatie, napojení se na klienta a zrcadlení jeho potřeb, autentické vyjadřování, opravdovost, schopnost přijímat bez výhrady, upřímný zájem o druhé, vytvoření bezpečného, důvěrného prostoru, kde se dá tvořit, experimentovat, otevírat i hlubší témata a nacházet nové pohledy na věc, klid a pevnost.

Těším se, že se potkám možná právě s vámi, ať už na skupinovém setkání, nebo při osobní konzultaci. Mou největší radostí je vidět své klienty rozkvétat a uvolňovat se do svobody a naplněného života.

## KONTAKT

www.marketaodvarkova.cz  
tel.: 777 296 926  
e-mail: email@marketaodvarkova.cz  
facebook.com/groups/magiehlasu

## KONTEJNERY NA OBJEMNÝ ODPAD

**Do kontejnerů lze odkládat výhradně** domovní odpad objemného charakteru – nábytek, podlahové krytiny, kovové odpady, zdravotní keramika, zrcadla, lyže apod. **Do kontejnerů nepatří** nebezpečné odpady (vč. ledniček, monitorů, televizorů, autobaterií apod.), pneumatiky, bioodpady a stavební odpad. Kontejnery je zakázáno používat k odkládání odpadů z podnikatelské činnosti.

K bezplatnému předání objemného odpadu (i nebezpečného) lze využít sběrné dvory hlavního města Prahy, např. v ul. U Plynárny, Teplárenská, Zakrytá, Perucká nebo Malešická č. 74. Ve sběrných dvorech je otevřeno v pondělí až pátek od 8.30 do 18.00 hodin a v sobotu od 8.30 do 15.00 hodin.

TERMÍNY PŘISTAVENÍ			
místo přistavení	datum	čas	katastr
Popovická (proti Brtnické)	1.12.	15.00–19.00	Michle
Omská x Murmanská	2.12.	8.00–12.00	Vršovice
Vlašimská x Braňčí Čapků	2.12.	10.00–14.00	Vinohrady
U Trati x Na Spádu	4.12.	14.00–18.00	Strašnice
U Roháčových kasáren x Novorossijská	4.12.	15.00–19.00	Vršovice
Na Vinobraní x Dty Pavla	5.12.	15.00–19.00	Záběhlice
V Rybníčkách (proti Šibřinské)	6.12.	14.00–18.00	Strašnice
Janderova x Chládkova	7.12.	15.00–19.00	Malešice
Dobročovicová x Slapská	8.12.	15.00–19.00	Strašnice
Chorvatská x Dykova	9.12.	8.00–12.00	Vinohrady
Topolová x Jahodová	9.12.	10.00–14.00	Záběhlice
Práčská 101, parkoviště pod Jasminovou	11.12.	14.00–18.00	Záběhlice
Ruská x Tolstého	11.12.	15.00–19.00	Vršovice
V Korytech x Jesenícká	12.12.	15.00–19.00	Záběhlice
Za Sedmidomky x Pod Bohdalcem I	13.12.	14.00–18.00	Michle
Šafránová x Chrpová (okraj parku)	14.12.	15.00–19.00	Záběhlice
Kodaňská x Norská	15.12.	15.00–19.00	Vršovice
Vrátkovská x Tuklatská	16.12.	8.00–12.00	Strašnice
Přetlucká x Prusická	16.12.	10.00–14.00	Strašnice
Rybalkova x Charkovská	18.12.	14.00–18.00	Vršovice
Pod Strání, vedle č. o. 33	18.12.	15.00–19.00	Strašnice
Hostýnská (u školy)	19.12.	15.00–19.00	Strašnice
Heldova x Niederleho	20.12.	14.00–18.00	Malešice
Michelangelova (v proluce)	21.12.	15.00–19.00	Strašnice
Mokřanská x Běžná (u tříděného odpadu)	22.12.	15.00–18.00	Strašnice
Dukelská x Volyňská	27.12.	14.00–18.00	Vršovice
Tulipánová x Želivecká	28.12.	15.00–19.00	Záběhlice

## KAM S VÁNOČNÍM STROMKEM?

Symbol vánočních svátků, stromeček, představuje již v období před příchodem nového roku velké množství odpadu, který se mnohdy vyskytuje volně pohozený někde na chodníku či v parku. Stejně jako v minulých letech bude možné stromky odkládat před svozem nádob na směsný odpad v jejich blízkosti nebo také k nádobám na tříděný odpad. Jejich postupný odvoz zajistí místní svozová firma, a to až do konce února. Mnohem lepším řešením je odstrojený stromek odvézt a předat ve sběrném dvoře hlavního města. Převzetí je bezplatné. A ještě přínosnější je, pokud se taková možnost nabízí, stromek odstrojit a následně seštěpkovat nebo rozřezat a využít na vlastní zahradě, třeba jako základ záhonu anebo do kompostu.

## JAK SE ZBAVIT STARÉ PNEUMATIKY?

Hlavní město Praha zavedlo v letošním roce bezplatné předávání pneumatik ve všech sběrných dvorech, tedy i v Praze 10, ve sběrném dvoře v ulici U Plynárny, a stejně tak v dalších blízkých dvorech – v ulicích Malešická, Perucká, Teplárenská a Zakrytá – je možné pneumatiky odevzdat bez poplatku. K odmítnutí převzetí pneumatiky může dojít v případě, že se ohledem na odevzdávané množství a typ pneumatik lze mít pochybnost o tom, že pocházejí z provozu vozidla fyzické osoby. Stejně tak nelze přijímat pneumatiky znečištěné či výrazně poškozené. Přebírání pneumatik ve sběrných dvorech probíhá v režimu tzv. zpětného odběru na základě spolupráce hlavního města Prahy se společností GREEN Logistics CZ, která veřejná místa zpětného odběru provozuje. Pneumatiky lze také předávat i na jiných místech, kde je zpětný odběr zaveden, což jsou především provozovny pneuservisů a autoservisů.

## „REUSE“ BYL ÚSPĚŠNÝ

Více než 600 lidí navštívilo v polovině září Reuse neděli v Záběhlicích, která se uskutečnila na prostranství u obchodního centra Cíl v Topolové ulici. Akci zajistilo hlavní město Praha ve spolupráci s městskou částí Praha 10.



Nosnou myšlenkou pořádání těchto akcí je „dát věcem druhou šanci“. Lze tak předcházet zbytečnému vzniku odpadu, protože mnoho věcí, které se staly kvůli dlouhodobému nepoužívání či „zestárnutí“ nepotřebnými, může ještě nějakou dobu posloužit někomu jinému. Reuse aktivity jsou součástí tzv. cirkulární ekonomiky, která preferuje opětovné využití vysloužilých výrobků či jejich recyklaci. V Praze 10 se reuse den uskutečnil již potřetí a opět byl o něj velký zájem. Naprostou většinu donesených věcí z domácností představovalo oblečení, dále knihy, kuchyňské nádobí či koupelnové doplňky. Naprostá většina byla na místě rozebrána. Zbýlé předměty byly věnovány sociálnímu družstvu Diakonie Broumov.

Máme lepší místo pro vaše staré pneumatiky

Zdarma můžete odevzdat vaše staré pneumatiky ve sběrném dvoře.

Seznam sběrných dvorů:  
odpady.praha.eu

PRAHA  
PRAHA  
PRAHA  
PRAHA

# JOSEF BOHUSLAV FOERSTER (1859–1951)



30. prosince uplyne 164 let od narození Josefa Bohuslava Foerstra, významného českého hudebního skladatele, pedagoga, spisovatele a hudebního kritika. Při procházkách Strašnicemi nemůžeme minout Foerstrovu ulici, jejíž jméno připomíná, že zde žil právě zmíněný skladatel. Ulice nese tento název od roku 1947. Přejmenována tak byla ještě za skladatelova života, což není zcela obvyklé. J. B. Foerster se narodil v Praze a pocházel z kantorského rodu s dlouholetou hudební tradicí. V roce 1879 se rozhodl pro hudební dráhu, opustil německou techniku a vstoupil na varhanickou školu. V letech 1893 až 1918 působil se svou ženou, slavnou (... pokračování v tajence), v Hamburku a Vídni, kde se věnoval své skladatelské, pedagogické a žurnalistické činnosti. V letech 1931 až 1939 byl prezidentem České akademie věd a umění. V roce 1936 jeho první manželka zemřela. Se svou druhou manželkou Olgou se v roce 1938 přestěhoval do Strašnic. Jako první hudebník získal roku 1945 titul národní umělec.

J. B. Foerster ve svém díle zhudebnil Nerudovy a Sládkovy básně, dále je autorem šesti oper, pěti symfonií, symfonických básní, instrumentálních koncertů, skladeb komorních a klavírních, čtyř mší, stovky skladeb pro sbory a písní (mimo jiné Oráč, Velké širé rodné lány, Z osudu rukou). V roce 1919 vznikla Foersterova společnost, která se dodnes podílí na propagaci jeho díla.

Správné znění tajenky nám zašlete e-mailem (redakce@praha10.cz), nebo poštou (Praha 10, měsíčník městské části, Vinohradská 3218/169, 100 00 Praha 10) do 20. prosince 2023. Nezapomeňte uvést svou adresu, telefonní číslo či jiný kontakt. Tři vylosovaní výherci od nás obdrží knihu. Tajenka z minulého čísla zní „uměleckého spolku Hagenbund“. Knihu za správnou odpověď od nás dostanou: Alena Gavranová ze Záběhlic, Jana Biskupová z Vršovic a Lenka Bezchlebová z Vinohrad.

POMŮČKA: ARIOŠO, ESSEX, KANO, KOMA, MODA, TEA	ZVĚTŠO- VACÍ SKLO	SETŘENÍ	ZVRHLÍK		PRUDKÝ BĚH	ATOL V SOU- OSTROVÍ NÍZKÉ OSTROVY		3,14	START LETADLA		MILOVÁNÍ	3. DÍL TAJENKY	ANGLICKÉ HRABSTVÍ	OSOBNÍ ZÁJMENO
PSYCHO- TROPNÍ LÁTKA				TOHLE			INIC. HERCE VACKA MOJI			SOKOLSKÁ SLAVNOST				
PLANETKA (634)				LESÍK (ZAST.) PLYNNÝ OBAL JÁDRA KOMETY						ANGL. SNADNÝ JIŽ				
1. DÍL TAJENKY								OKÁZALÝ PŘEPYCH INDICKÉ SÍDLO						CHEM. ZN. ASTATU
ČÁST DÍLA (SKLADBY)							ŽITO (ZAST.) HLES				BRAZILSKÁ ŘEKA MAZLIVÉ PRIVÍJET			
	KAPKA	AUTOMO- TOKLUB (ZKR.) ČESKÝ ARCHITEKT				POVEL KOČIHO BOL				OBSAH ZPRÁVY MÍSTO SOU- STŘEDĚNÍ PROVOZU				
LESNÍ ZVÍŘE					BOHUŽEL MUŽ				SKOT POHOŘÍ V CHOR- VATSKU				CHEM. ZN. KREMÍKU	KÓD TUNISKA
POHYB VZDUCHEM				POTOM ŠÍŘKA (ZAST.)				PRKNO U POSTELE KAPESNÉ						
ZAPSANÝ SPOLEK (ZKR.)			PRUH LÁTKY NA KRK 2. DÍL TAJENKY				LÉK PROTI HOREČCE SARMATŮV							
PLEMENO KRÁLÍKA						V HUDBĚ PŘESNĚ BYVALÁ ZNAČKA POČÍTAČŮ							KON- STRUKCE ZDI	KLESAT
	JINÝM ZPŮSOBEM	NÁZEV PÍSMENÉ Ř INDONÉSKÝ OSTROV			ŽENSKÉ JMÉNO KREVNÍ FAKTOR						ZKRATKA NAŠÍ NEJVĚTŠÍ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY ZVYKLOST			
ZEMITÝ PIGMENT				POHOŘÍ V SRBSKU HLUBOKÝ VÝMOL (NÁŘEČNĚ)						ČÁST INSTANBULU SPODEK NÁDOBY				
NARVANÁ								KELTSKÝ KNĚZ CITO. SLOVCE OPOVRŽENÍ						
TUROVITÝ SAVEC					POLSKÉ FILMOVÉ DRAMA (2011)							ZNAČKA VOLT- AMPÉRU		
TRENÉR					ŘÍMSKY 4			ODBORNÉ CHOVÁNÍ				ZNÁMKOVÝ PRETIK		

*eta*  
tady je doma

ZNAČKOVÉ PRODEJNY  
a e-shop [eta.cz](https://eta.cz)



NOVĚ  
OTEVŘENO

DÁREK ke každému aroma difuzéru  
**AROMA OLEJ**



PLACENÁ INZERCE - P10/12/23/OKP/1696

**ZNAČKOVÁ PRODEJNA ETA,  
NC EDEN PRAHA 10 - VRŠOVICE**

Podmínky akce: platnost akce 1.–24. 12. 2023. Aroma olej Klidný spánek ETA083390020 v hodnotě 179,- ZDARMA ke každému zakoupenému aroma difuzéru ETA. Nabídka platí jen ve značkové prodejně ETA NC Eden.