

# DESÍTKA

OFICIÁLNÍ MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 10

praha10.cz

ŘÍJEN  
2024

**Miluji procházky**

**po starých Malešicích**

rozhovor se Štěpánkou Duchkovou

**ZŠ V Olšínách bude  
hotová do konce roku  
str. 14**

**Projekt „Praha 10 bez graffiti III“  
opět spuštěn  
str. 16**

**X**  
PRAHA 10

Hudební podzim 2024 ve Vršovickém zámečku

# KOMORNÍ KONCERTY

**Vršovický zámeček**

10. 10. | 18.00  
Jaroslav Novák a Ladislav Horák

14. 11. | 18.00  
Leoš Čepický a Miroslav Sekera

ZDARMA pro obyvatele Prahy 10. Dvě vstupenky na osobu k dostání v infocentru MČ Praha 10. Lístky můžete vyzvedávat od 19. 8.

Více info na [praha10.cz/kalendar](https://praha10.cz/kalendar)



PRAHA 10

OBJEVUJTE PRAHU 10 RŮZNÝMI ZPŮSOBY

# PO DESÍTCE s průvodcem


**JDU**  
Komentované vycházky – historie, kultura a skryté poklady naší městské části.  
1/10 v 17.00

**CHODÍM**  
Naučnými stezkami s mapou – příroda, památky a události, které se odehrály na Desítkce.  
Malešice Strašnice Vršovice Záběhlice Zahradní Město

**JEDU**  
Cyklojízdy s průvodcem – setkání s dalšími koleři a k tomu krásy i zajímavosti Prahy 10.  
8/10 v 18.00

**BĚŽÍM**  
Běžecké trasy s průvodcem – pohyb na čerstvém vzduchu a nepoznaná desítková krajina.  
15/10 v 18.00

zdarma  
více informací v infocentrech a na webu [praha10.cz/podesitce](https://praha10.cz/podesitce)



PRAHA 10

# KOLBENKA

Hradešinská 1 | Vinohrady

25. 10. – 28. 11. 2024  
středa a čtvrtek 16.00–19.00  
sobota 14.00–17.00

Site-specific prohlídka vily Emila Kolbena s výstavou „USED“  
Vstup volný bez předchozí rezervace  
[praha10.cz/kolbenka](https://praha10.cz/kolbenka)



PRAHA 10

# Vážení sousedé, milí přátelé,

paměť není digitální médium, které by neustále a přesně zaznamenávalo to, co se kolem nás děje. Dokáže být velmi selektivní a zkreslující. To má své důvody. Nám lidem to pomáhá překonat stresové situace. Jedna taková nastala v půlce září. I když metropole nebyla přímo v epicentru srážek, hrozba byla opravdu velká a v sázce bylo mnoho. To je fakt, bez ohledu na to, co tvrdí různí dezinformátoři.

Proto hned v úvodu chci poděkovat všem profesionálním i dobrovolným hasičům, policistům, strážníkům, zdravotníkům a dobrovolníkům, kteří svým nasazením dokázali, že extrémní deště z poloviny září se v Praze nepřešly do děsivé noční můry, ale máme je v hlavě jako nepříjemnou vzpomínku, která postupně vybledne.

Speciální poděkování patří členům Povodňové komise MČ Praha 10, našim strážníkům, kteří pečlivě a téměř nonstop monitorovali situaci na Desítce, i každému, kdo se jakýmkoli způsobem podílel na tom, že nás Botič nepotrápil. Samozřejmě si nyní situaci vyhodnotíme a budeme přemýšlet nad tím, jak zefektivnit některé procesy a dále zlepšit protipovodňovou ochranu.

V jiných částech naší země takové štěstí neměli a dnes sčítají ohromné škody. Proto Rada městské části Praha 10 věnovala čtyřem povodněmi zasaženým obcím finanční pomoc na likvidaci ničivých následků. Každý subjekt obdrží příspěvek ve výši 250 000 Kč.

Ted' se dostávám k novinkám týkajícím se Vršovické drážní promenády. Původně jsem tomuto tématu chtěl věnovat celý tento editorial. Protože mám skutečně dobré zprávy. Inu, člověk miní, příroda mění.

Nejprve stručně popíšu stávající stav. Řada z vás asi postřehla, že se v médiích objevily zprávy o tom, že Vršovická drážní promenáda nebude. A skutečně to hrozilo kvůli nedostatku peněz a kvůli tomu, že na několika místech se křížila s plánovanou vysokorychlostní tratí. Tento projekt vznikl na Desítce v předminulém volebním období a nyní ho chceme dotáhnout do zdárného konce. Kromě toho, že má ohromnou podporu, je to i naše srdcovka, které se nechceme vzdát.

V uplynulých měsících a týdnech proběhlo několik schůzek se zástupci Magistrátu, Správy železnic a s ministrem dopravy Martinem Kupkou



a podařilo se nám najít řešení v podobě změny trasy promenády v konfliktních úsecích. Takže tento projekt se opět dostává do hry. Jakmile bude definitivně jasno, budu vás informovat.

Novinky týkající se budoucího rozvoje lokality Bohdalec-Slatiny si nechám na příště, protože už na ně není prostor. Jen telegraficky řeknu, že jsme přišli s inovativním řešením. To umožní, aby vedle mohlo vzniknout odstavné nádraží pro vysokorychlostní vlaky a městu to nebránilo v rozvoji.

Závěr věnuji jako již tradičně kultuře. V říjnu ještě můžete navštívit divadelní hru Plánička: Fotbalový rytíř. Za sebe ji mohu doporučit! Hra se souboru strašnického divadla Adverte povedla a Jaromír Nosek v hlavní roli je excelentní.

Vstupenky můžete zakoupit prostřednictvím aplikace GoOut. Odkaz najdete na webu <https://praha10.cz/frantisekplanicka>.

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



**3** **ÚVODNÍ SLOVO**  
Ing. arch. Martin Valovič, starosta MČ Praha 10

**5** **KRÁTKÉ ZPRÁVY**

**6**



**ROZHOVOR:**  
**ŠTĚPÁNKA DUCHKOVÁ**  
Miluji procházky po starých Malešicích



**10** **KULTURNÍ  
SERVIS / AKCE**

**14** **ZŠ V OLŠINÁCH BUDE HOTOVÁ DO KONCE ROKU**

**15** **DESÍTKA INFORMUJE**

**16** **BEZPEČNOST A PROJEKTY**

**18**



**ROZHOVOR:**  
**VÁCLAV LUKŠ**  
Každý koncert je úplně jiný zážitek

**20** **DESÍTKOVÝ ULIČNÍK**

**21** **NADCHÁZEJÍCÍ UDÁLOSTI**

**22** **DOPRAVA**

**23** **DESÍTKA SENIORŮM**

**25** **POLITICKÉ FÓRUM**

**28** **DESÍTKOVÁ KŘÍŽOVKA**

**OFICIÁLNÍ MĚSÍČNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 10**  
Periodický tisk územního samosprávného celku

**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: Viktor Lojík, Veronika Žolčáková,  
Jiří Komrsk, Petr Kopecký,  
David Krůta, Vladimír Novák,  
Adam Štěpánek, Pavel Šutka

**Náklad**

75 000 výtisků

**Sazba**

Pavel Finger

**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: eliska.cepova@praha10.cz

**Ceník a objednávka**

[www.praha10.cz/mesicnikpraha10](http://www.praha10.cz/mesicnikpraha10)

**Vyšlo**

v Praze 1. října 2024

**Uzávěrka příštího čísla**

10. října 2024

**Vychází**

11x ročně

**Foto na obálce**

Jakub Macháček

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

měsíčník Desítka  
online zde



# Zveme vás na oslavu Mezinárodního dne stromů!

Přijďte si užít odpoledne plné poznání a přírody v rámci Mezinárodního dne stromů! Připravili jsme pro vás zajímavou přednášku odborníka na stromy v parku Ivana Jilemnického, kde se dozvíte spoustu zajímavých faktů o různých druzích stromů a také o tom, co se z jednotlivých druhů dřeva vyrábí. V rámci akce budou také představeny nové stromy, které byly vysazeny díky spolupráci s místními žáky v rámci projektu „Mládež kraj“, který Praha 10 podpořila.

Akce je vhodná pro všechny věkové kategorie se zájmem o přírodu. Vstupné je zdarma. Kdy: 20. října 2024 od 15:00. Kde: Park Ivana Jilemnického. Těšíme se na vás! Více informací na webu [strategieprodesitku.cz/stromy-nasi-zeme](http://strategieprodesitku.cz/stromy-nasi-zeme)



## Úspěch TJ Bohemians

Akrobatky Ema Nešporová, Jana Kinštová a Tereza Bernreiterová z oddílu TJ Bohemians reprezentovaly ve dnech 12.–15. září Českou republiku na Mistrovství světa v akrobatické gymnastice. V nejvyšší juniorské kategorii 13–19 let se děvčata umístila ve třetí desítce, což je velký úspěch, neboť samotná kvalifikace se žádnému jinému týmu v posledních deseti letech nepodařila.



## Praha 10 pomůže obcím zasaženým povodněmi

Rada městské části Praha 10 rozhodla o poskytnutí finančního daru Sdružení měst a obcí Jesenicka a obcím Jeseník, Plav a Roudné, které byly v polovině září tohoto roku vážně postiženy ničivými povodněmi. Každý subjekt obdrží příspěvek ve výši 250 000 Kč. Přírodní katastrofa zasáhla především severovýchodní a jižní Čechy, kde byly ničivé záplavy příčinou rozsáhlých škod na majetku, infrastrukturu a obytných domech. Finanční pomoc bude uvolněna z rozpočtu městské části Praha 10 a použita zejména na obnovu základních služeb nebo rekonstrukci infrastruktury. Tento krok je v souladu se zájmem městské části podporovat obce a občany v nouzi, zvláště v situacích, kdy jsou vystaveni přírodním katastrofám.

A woman with blonde hair and glasses, wearing a bright red long-sleeved dress, stands outdoors in a park-like setting. She is looking upwards and to the right with a thoughtful expression. Her hands are clasped in front of her. The background is a soft-focus view of trees and foliage.

**Štěpánka Duchková:**

**Milují procházky**

**po starých Malešicích**

**Štěpánka Duchková redakci přiblížila své novinářské začátky, zmínila několik vyostřených situací z moderování politických diskusí a podělila se i o radu pro zájemce o novinářinu. Hned v úvodu se však věnuje Desítce, která je pro ni srdeční záležitostí. A milovníci knih se v závěru dočkají zajímavého knižního typu nejen na postupně se prodlužující večery.**

#### **Jaký je váš vztah k Desítce?**

Desítka je moje srdeční záležitost. Od narození do sedmi let jsem žila na Černokostelecké ulici číslo 7. V přízemí bydlela babička s dědou a v prvním patře moji rodiče se mnou a mojí sestrou Evičkou. Naše zahrada sousedila se zámečkem Miramare, takže jsem si, pochopitelně, neustále hrála na princeznu. Ve Strašnicích bydleli i naši další příbuzní, takže jsme je s babičkou neustále obdržely. A také si pamatuji naši sousedku. Byla to neteř Emy Destinové. I k ní jsem s babičkou ráda chodila.

Pak jsme se přestěhovali, ale zůstali jsme věrní Desítce. Až do dospělosti jsem žila v Malešicích. A Desítce je věrná i další část rodiny. Moje sestra s rodinou, teta i sestřenice žijí v Dubči. Odtamtud pocházejí i moji praprarodiče Dobšovi.

#### **Máte zde nějaká oblíbená místa?**

Miluji procházky po starých Malešicích a v okolí někdejší základní školy V Úžlabině, mám ráda Kubánské náměstí, kam jsem jezdila s maminkou do cukrárny. Mám také moc ráda Hostivařský lesopark. Jezdila jsem tam s babičkou na procházky. Dodnes si pamatuji, jak se tam scházela s partou seniorů, mezi kterými byli i bývalí vězni z koncentračních táborů. Tehdy jsem nechápala, proč mají některé její kamarádky na předloktí vytetovaná čísla.

#### **Kam by se podle vás měl každý, kdo na Desítku zavítá, určitě podívat?**

Určitě by si neměl nechat ujít návštěvní okruh po strašnických vilách. Moje oblíbená je Trmalova vila. Ve starých Malešicích měl zase kdysi vilu Karel Gott. Nebo se jít třeba projít kolem Hamerského rybníku v Záběhlicích. Těch krásných míst má Desítka spoustu.

#### **Celou profesní kariéru se věnujete novinářině. Neunavuje vás už každodenní zpravodajská pěna dní?**

Vůbec mě neunavuje. Mě zpravodajství ohromně baví. Jsem jím asi doslova trochu profesionálně postižená. Musím být neustále v obraze. V posledních letech se věnuji mediálním tréninkům. Připravuji politiky i nepolitiky na vystoupení před kamerou nebo na veřejnosti. A jelikož se každý den věnuji jinému tématu, je opravdu nutné, abych byla perfektně v obraze.

#### **Jak vzpomínáte na své novinářské začátky?**

To bylo ještě v minulém století! V roce 1992 jsem začala pracovat jako redaktorka v dopisovém oddělení v pravicovém deníku Telegraf a po pár letech jsem přešla do zpravodajství České televize. Tam jsem se učila vystupovat před televizní kamerou tzv. za pochodu. Hodili mě do vody a točila jsem úplně všechno – od politiky přes krimi až po dětská pískoviště počůraná od psů. Mým šéfem byl legendární Ota Černý. Nebylo to s ním vůbec jednoduché, ale hodně mi to dalo.

#### **Je vám bližší televizní, nebo rozhlasové moderování?**

V televizi moderuji s různými přestávkami už 25 let. V rozhlase mnohem méně. Mám ale ráda stejně televizi i rozhlas.

#### **Moderovala jste Nedělní partii na Primě, bylo pro vás náročné „ukočírovat“ rozhádané politiky?**

Na moderování politických diskusí je nejtěžší příprava. Ta zabere hodně času. Moderátor musí být perfektně argumentačně vybavený. Jinak vás politici dokážou v živém vysílání pořádně ztrapnit. Ukočírovat rozhádané politiky není tak těžké. Fungují na to různé verbální i neverbální techniky.

Já jsem si užila politické tahanice naposledy před letošními eurovolbami, kdy jsem moderovala pro ČTK sérii živých diskusí nejen z Prahy, ale i z Bruselu a ze Štrasburku.

#### **Na jaký rozhovor, který jste vedla, nikdy nezapomenete a proč?**

Nezapomenu na jeden z mých prvních politických rozhovorů. Bylo to živé vysílání, proti mně seděl tehdejší ministr spravedlnosti a šlo o obtížné téma týkající se Ústavy České republiky. Připravovala jsem se celý den a byla jsem tak vystresovaná, že asi v půlce rozhovoru jsem začala mít mžítka před očima a přestala jsem vnímat, že sedím v televizním studiu. Prostě klasické okno. Trvalo docela dlouho, než jsem se vrátila do reality. Pan ministr se nestačil divit, televizní diváci asi také ne. Naštěstí se mi to za posledních dvacet let už nestalo. A doufám, že už ani nestane.

#### **Odešel vám někdy respondent ze studia?**

Mnohokrát mi v živém vysílání vyhrožovali, že odejdou, ale nakonec nikdy nikdo neodešel. Myslím, že když někdo odejde, tak poškodí akorát sám sebe. Působí to směšně. Host by měl důstojně vydržet až do konce vysílání.

#### **Příprava na rozhovory je jistě náročná, máte už nějaké osvědčené postupy a rutinu?**

Mám, ale nevím, jak bych to popsala. Denně sleduji zpravodajství, denně poslouchám výstupy politiků k aktuálním tématům. Prostě příprava na 100 procent.

#### **Co byste vzkázala studentům středních škol, kteří zvažují novinářinu jako své povolání?**

Vzkázala bych jim, že je to hezká práce, ale určitě není pro každého. Člověk, který se chce stát novinářem, musí mít dobrý přehled o veškerém dění.

Důležitá, a dnes už i samozřejmá, je kvalitní znalost alespoň jednoho cizího jazyka. Spolupracuji s Akademií ČTK, která pořádá pro začínající



novináře různé kurzy. Teď na podzim to bude kurz na téma dění kolem Evropské unie. Setkají se s redaktory a editory ze všech různých médií. Můžou se pak snáze rozhodnout, kam by mohla vést jejich novinářská cesta.

Zrovna téma Evropské unie mě moc baví. Letos jsem pro ČTK moderovala živě předvolební diskuzi v Evropském parlamentu ve Štrasburku a pak také během voleb v Bruselu. Příprava na ně je opravdu hodně náročná, ale to napětí při živém vysílání stojí za to. Je to adrenalin.

#### Existuje nějaká vlastnost, kterou novinář bezpodmínečně musí mít?

Měl by být pohotový, měl by se umět v krátkém čase zeptat na to nejpodstatnější.

#### Dnes se mluví o krizi tradičních médií, objevují se různé nové formáty... Existuje stále prostor pro televizi a rozhlas?

Já věřím, že televize a rozhlas přežijí. Jsem ale přesvědčená, že se jejich fungování změní. Jen nevím jak.

#### Trendem poslední doby jsou podcasty. Máte nějaký oblíbený?

Je to podcast Českého rozhlasu Vinohradská 12.

#### Věnujete se i mediálním tréninkům. Co je pro nováčky před kamerou nejtěžší?

Lidé mají největší respekt z kamery. Často slyším: „Já se raději nechci vidět, nechci se ani slyšet.“ Ale ono to má své výhody. Člověk tím, že se vidí na obrazovce, zjistí, že dělá věci, o kterých vůbec neví. A má tak zpětnou vazbu sám pro sebe. Účastníci tréninků ale nejvíce oceňují zpětnou vazbu, kterou jim dávám. Nemažu jim med kolem úst. Upřímně řeknu, co se mi líbí a co si myslím, že by se dalo udělat lépe. A hned si to zkusíme vylepšit.

#### Lze naučit mluvit na veřejnosti každého?

Dělám také školení prezentačních dovedností a troufnu si říct, že se zlepšit úplně každý. Někdo víc, někdo méně, ale nezažila jsem za ty roky nikoho, kdo by se po tréninku alespoň trochu neposunul. Ale také je fakt, že na mediální tréninky nebo školení prezentačních dovedností se hlásí lidé, kteří mají motivaci prezentovat se lépe. A tak se opravdu snaží.

#### Dočetli jste se, že jste velkým knihomolem. Co právě čtete?

Čtu opravdu hodně. Letos mě nejvíc zasáhl román *Nepatrná ztráta osamělosti* od českého autora Eliho Beneše o tom, co čekalo Židy, kterým se podařilo vrátit se do Prahy někdy plus minus v červnu 1945 z koncentračních táborů. Od toho jsem se vůbec nemohla odtrhnout. To je úplně neuvěřitelný příběh. Skvělý je také román Petry Klabouchové *U severní zdi*. To jsou zase krutá 50. léta s dosahem do dnešní doby. Na nočním stolku teď mám zatím neotevřený román Scarlett Wilkové *Když přišli psi*. Na to se moc těším. A teď si uvědomuji, že jsou to všechno jen čeští autoři.

#### Máte nějakou oblíbenou knížku, kterou byste čtenářům doporučila?

Tak nyní zaměřím na zahraniční autory. *Paměti trpaslika Gnostika* od Davida Madsena nebo *Modlitba za Owena Meanyho* od Johna Irvinga. To jsou mé dvě oblíbené knihy.

#### Často i křtíte knihy. Jakou jste křtila naposledy?

Naposledy to byla kniha mé kamarádky a televizní kolegyně Dany Makrlíkové *Zahrady od Dany 2*. Dana je vášnivá zahradní architektka. Zároveň moje osobní rádkyně na zkrášlení zahrady. Je to ale dvojsečné. Když ke mně přijede, vždy dostanu nejdřív vynadáno, že se o zahradu málo starám. Pak mi ale během chvíle poradí tak skvěle, že se hned vrhám do změn. Obě jsme také velké zastánkyně feng-šuej, tedy učení, jak okolo sebe nastolit harmonii. S tím souvisí, že jsme obě tzv. vyhazovačky. Rády se zbavujeme věcí, které už nepotřebujeme, a užíváme si to. A ještě jedna věc nás spojuje. Hrajeme rády golf a to už zase směřuji na Desítku, protože se vždy těšíme na golfové hřiště v Hostivaři.

#### Jak ještě jinak relaxujete?

Hodně si odpočinu při sportu. Baví mě golf, kriket nebo pěší turistika. Je fajn, že to má rád i můj manžel a naši synové. Díky tomu trávíme čas pohromadě. Taky jsem vášnivá houbařka. V lese bych klidně chodila od rána do večera. Ale asi úplně nejvíc zrelaxuji, když někam vyrazím se svými kamarádkami.

## ŠTĚPÁNKA DUCHKOVÁ



Začala svou novinářskou kariéru jako redaktorka deníků *Telegraf* a *Metropolitan*. V letech 1995–1997 pracovala ve zpravodajství České televize, odkud přešla do televize Prima. Zde nejprve působila jako reportérka, následně se stala moderátorkou. Vedle hlavní zpravodajské relace moderovala i nedělní Partii. Současně se svým působením na Primě moderovala zprávy v rádiích *Hey* a *Impuls*. Nyní moderuje pro Český rozhlas pořady *K věci* a *Týden v kultuře*. Kromě toho školí mediální tréninky. Je patronkou projektu *malemimi.cz*, který podporuje předčasně narozené děti a jejich rodiče.



FRANTIŠEK  
**PLÁNIČKA**  
FOTBALOVÝ RYTÍŘ

Strašnické divadlo  
Praha 10



**VSTUPENKY**  
←online nebo na radnici  
MČ Praha 10 v infocentru

ADVE  
RTE



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

**TEMATICKÝ ROK**



**FRANTIŠEK PLÁNIČKA**  
**OSOBNOST PRAHY 10 | 2024**

od 17. 9. | park Jiřího Koláře | Vršovice

**FRANTIŠEK PLÁNIČKA: RYTÍŘ SPORTU**

Výstava plná fotografií a zajímavostí o brankářském mistru

12. 11. | 16.00 | park Jiřího Koláře | Vršovice

**KOMENTOVANÁ PROHLÍDKA VÝSTAVY**

O brankářské legendě s Vladimírem Zápotočkým

9. 10. | 16.30 | tréninkové hřiště SK Slavia | U Slavie 1540/2a

**WALKING FOTBAL PRO SENIORY**

Otevřený trénink walking/pěšího fotbalu pro seniory

28. 10. | 10.00 | Sasanková ulice | Zahradní Město

**ČESTNÉ OBČANSTVÍ**

Předání čestného občanství Františku Pláničkovi

30. 11. | 18.00 | Kino Pilotů | Vršovice

**FOTBALOVÝ GENTLEMAN**

Promítání krátkých snímků o Pláničkovi doplněné o besedu se zajímavými hosty

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



# Kulturní servis

## VRŠOVICKÉ DIVADLO MANA

Moskevská 967/34, www.vrsovickedivadlo.cz

1/10 19.30

### Lajf

Světová premiéra



2/10 19.30

### kabaret Smutná neděle

3/10 17.00

### Procházka Prahou 10 po stopách Karla Čapka

3/10 19.30

### Ve dvě na Kodaňské

5/10 15.00

### Temno

+ kvíz

6/10 17.00

### O Palečkovi

6/10 19.30

### Kohoutový aktovky

7/10 19.30

### Matka

8/10 17.00

### Procházka Prahou 10 po stopách Karla Čapka

8/10 19.30

### Čapek

10/10 19.30

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

12/10 19.30

### To nemyslíš vážně, Pavlíčku

13/10 19.30

### Lajf

14/10 19.30

### Mléčné sklo

15/10 19.30

### Návod na přežití

16/10 19.30

### 5 za 1

18/10 19.30

### Zahraj to znovu, Same

20/10 19.30

### Otevřená zповědnice 2

premiéra

21/10 19.30

### Slyšel jsem sovu zavolat své jméno

23/10 19.30

### Gin Game

24/10 19.30

### Návod na přežití

## PETROHRADSKÁ KOLEKTIV

Petrohradská 438/13, 101 00 Praha 10 – Vršovice

14/10

### Uroboros creative AI meet-up

Koncerty v kině každé úterý od 19.30

## VZLET

Holandská 669/1, www.vzlet.cz

1-2/10

### KUK festival

7/10 19.30

### Festival 4+4 dny v pohybu: Vosto5: Tragédie Liblice

Premiéra

8/10 19.30

### Festival 4+4 dny v pohybu: Vosto5: Tragédie Liblice

Diskuse s tvůrci po představení

11/10 19.30

### Festival 4+4 dny v pohybu:

hetpaleis & Voetvolk / Lisbeth Gruwez & Marten Van Cauwenberghe: WASCO

12/10 19.30

### Festival 4+4 dny v pohybu:

hetpaleis & Voetvolk / Lisbeth Gruwez & Marten Van Cauwenberghe: WASCO

14/10 19.30

### Kytice, my homeland

Diskuse s tvůrci po představení

15/10 19.00

### Kytice, my homeland

Dramaturgický úvod

15/10 19.30

### Kytice, my homeland

16-18/10

### Symposium Pražského Quadriennale

Technologie v divadle, scénografii a výstavním designu

19/10 19.30

### Midi lidi

20/10 17.00

### Literární Vzlet: Hrdinky

21/10 10.00

### Literární Vzlet: Hrdinky

## STRAŠNICKÉ DIVADLO

Solidarity 53, www.strasnicke-divadlo.cz

6/10 19.00

### František Plánička – Fotbalový rytíř

8/10 19.00

### František Plánička – Fotbalový rytíř

9/10 19.00

### Gentleman a žena České republiky 2024

13/10 19.00

### Růžové svatby

15/10 19.00

### František Plánička – Fotbalový rytíř

16/10 19.00

### Mystický hudební příběh propojení

19/10 19.00

### Sladké plody reality

20/10 19.00

### František Plánička – Fotbalový rytíř

22/10 10.00

### Pohádka: Dědeček a Zloholka

24/10 19.00

### Česko-slovenská dáma roku 2024

26/10 19.00

### Presidenti

## KULTURNÍ DŮM BARIKÁDNÍKŮ

Saratovská 3420/2a, www.kdbarikadniku.cz

2/10 15.00

### Filatelistické výměnné středisko

2/10 19.00  
**Začátek kurzu Country tanečních**

5/10 10.00  
**Vinylová a CD burza**

6/10 14.00  
**Taneční orchestr St. Douši**

7/10 19.00  
**Tomáš Průša Band + Malina Brothers**

8/10 18.00  
**Pražští heligonkáři**

9/10 15.00  
**Filatelistické výměnné středisko**

9/10 19.00  
**Country taneční**

10/10 19.00  
**Hudba Praha a Orient**  
Koncert

12/10 8.00  
**Sběratelská burza pohlednic a papírových předmětů**

13/10 14.00  
**Hvězdný prach**

16/10 15.00  
**Filatelistické výměnné středisko**

16/10 19.00  
**Country taneční**

17/10 19.00  
**Pocta Zuzaně Navarové**

18/10 18.00  
**Henych 666, Čad, Bohemyst**

19/10 8.00  
**Entomologická burza**

19/10 19.00  
**Řecký večer s Marthou a Tenou Elefteriadu**

20/10 14.00  
**Taurus**

21/10 19.00  
**Setkání osad na Barče: Hraje Pacifik a Falešná karta**

22/10 18.00  
**Pražští heligonkáři**

23/10 15.00  
**Filatelistické výměnné středisko**

23/10 19.00  
**Country taneční**

26/10 8.00  
**Sběratelská burza pohlednic a papírových předmětů**

26/10 19.00  
**Rock'n'Roll na Barče**

27/10 14.00  
**Hvězdný prach**

30/10 15.00  
**Filatelistické výměnné středisko**

30/10 19.00  
**Country taneční**

31/10 15.00  
**Hrubá hudba a Let's baROCK**  
Koncert

## BR DIVADLO

Úvalská 28, www.brdivadlo.cz

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

76/10 15.15  
**Vilík a čarodějnice**

Premiéra představení

12/10 15.15  
**Vilík a čarodějnice**

13/10 15.15  
**Bloudíme, hledáme, poklad ten najde-  
me!**

19/10 10.10  
**Budulínek**

27/10 15.15  
**Dušíčky s Vilíkem**

Pohádka s výtvarnou dílnou



## TRMALOVA VILA

Vilová 91/11, www.trmalovavila.eu

Rezervace místa na akcích: tel. 775 234 343  
nebo e-mail [produkce@foibos.cz](mailto:produkce@foibos.cz).

Prohlídky Trmalovy vily i výstav na objednávku:  
[produkce@foibos.cz](mailto:produkce@foibos.cz) nebo tel. 775 234 343,  
další informace o akcích naleznete  
na Facebooku.

výstavy  
**Jan Kotěra – učitel bydlení**  
stálá expozice

9/9 – 14/10  
**Slavné stavby F. M. Kaňky**  
Výstava představí proslulého barokního  
stavitele.

16/10 – 17/11  
**Přišli spolu**

27/10 15.00  
**Strašnické (ne)strašení 2024**

## KINO PILOTŮ

Donská 168/19, www.kinopilotu.cz

říjnové premiéry:  
od 3/10

**Velký pán**  
**Joker: Folie à Deux**  
**Ještě nejsem, kým chci být**  
**Buffalo Kids**

od 10/10  
**Substance**  
**Rok vdovy**  
**Lee: Fotografka v první linii**  
**Ema a smrtihlav**

od 17/10  
**Život k sežrán**  
**Výjimečný stav**  
**Pulp Fiction: Historky z podsvětí**  
**Megalopolis**

od 24/10  
**Veni Vidi Vici**

od 31/10  
**Konkláve**

kino seniorů:  
27/10  
**Zápisník alkoholičky**

14/10  
**Vlny**

21/10  
**Až na věky**

28/10  
**Vlny**

Každé pondělí od 16.00. Seniorské projekce  
jsou za zvýhodněné vstupné 75 Kč.

## VLC WALDES

Moskevská 262/57, [www.vlcwaldes.cz](http://www.vlcwaldes.cz)

1–18/10  
**Výstava obrazů Tajemné světy Jaro-  
míra Šofra**

3/10 18.30

### Tajemství svatého Václava

Představení knihy o skryté tváři národního světce

8/10 18.30

### Snídaně s Její Excelencí

21/10 18.00

### Vernisáž výstavy fotografií Svazu českých fotografů

22/10 19.00

### Třikrát jinak

Literární beseda

29/10 18.30

### Adam

Křest společenského románu Mirky Rezlerové

## PROSTOR OLGA

Nad Primaskou 821/1, bubahof.com

do 31/10

### Výstava Pode Bal – Tajná zpráva / Návod k použití

Pozvání do parku Fr. Suchého, sousedská hostina s programem

4/10 14.30–18.30

### Kreativní swap

Výměna výtvarných a kreativních potřeb a tvůrčí dílny

17/10 19.00–21.00

### FAMU uvádí: O zvířatech a lidech

Projekce filmového pásma s diskuzí

Otevřeno středy a čtvrtky od 15 do 19 hodin

## PROSTOR PRÁDELNA

Dvouletky 43/30, Praha 10

www.sidlistesolidarita.cz

10/10 18.00

### Solidarita nevidaná

Vernisáž výstavy

## MĚSTSKÁ KNIHOVNA V PRAZE

www.mlpcz

### POBOČKA DŮM ČTENÍ

Ruská 192/1455, Praha 10

16/10 18.00

### Josef Váchal. Napsal, vyryl, vytisk a svázal

Přednáška o knižní tvorbě Josefa Váchala

24/10 17.00

### V klidu online

IT bezpečnost pro každého

31/10 14.00

### Halloween v knihovně

Strašidelné odpoledne pro děti a dospělé

### POBOČKA KORUNNÍ

Korunní 2160/68, Praha 10

9/10 17.00

### Autorské čtení Olgy Stehlíkové

15/10 17.00

### Storytelling v angličtině

Pravidelné předčítání pro děti, které se učí anglicky

### POBOČKA ZAHRADNÍ MĚSTO

Topolová 2961/12a, Praha 10

16/10 16.00

### Toulky podél Botiče

Komentovaná vycházka

23/10 14.00

### Bezpečnost na internetu

Přednáška organizace Digitální vnuk

## MILÍČOVA KAPLE

Rektorská 715/54

www.facebook.com/milicovakaple

17/10 10.00

### Příběh Buddhy

divadlo

17/10 19.00

### Zámecké duo

koncert

## AKCE PRO RODINY

### S DĚTMI

### ČTYŘLÍSTEK DĚTEM, Z. S.

K Učilišti 50/13, 102 00 Praha 10

2/10 16.00–18.00

### Svépomocná skupina pro rodiče dětí s vývojovou dysfázií

2/10, 9/10, 16/10, 23/10 10.00–11.30

### Klub pro rodiče a děti

## KOMUNITNÍ CENTRUM

### PETRKLÍČ, Z. S.

Kolovratská 111/2, www.petrklice.cz

2/10 10.00–14.00

### Swap čili vzájemná výměna

Více info: 731 274 242

či dobrovolnici@petrklice.cz

## RODINNÉ A KOMUNITNÍ

### CENTRUM JABLÍČKOV, Z. S.

Počernická 64, www.jablickov.cz

12/10 10.00–12.00

### Keramická dílna pro celou rodinu

19/10 8.00–12.00

### Bazárek dětského zboží

20/10 15.00–17.00

### Drakiáda v Malešickém parku

## KLUB K2

www.klubk2.cz

### V Ostružině

Cyklos divadelních představení a dílen

Rezervace míst: rc@klubk2.cz, tel: 723 824 703

11/10 10.00–12.00

### Divadlo u Plotny – Vokoňovi

20/10 10.00–11.00

### Divadlo Damuza – Výlet

20/10 15.00–17.00

### Divadlo Bořivoj – Dva kašpaři

## SPORTOVNÍ AKCE

### SPORTOVNÍ UTKÁNÍ

— volejbal

## PVK OLYMP PRAHA

Přípotoční 300/12, www.pvk-olymp.cz

12/10 17.00

### Olymp x Frýdek Místek

26/10 17.00

### Olymp x Šelmy Brno

— akrobatická a moderní gymnastika

## TJ BOHEMIANS PRAHA

Gymnastická hala TJ Bohemians Praha, Slovenská 2

2/11 11.00

### Klokán 2024: Závody v moderní gymnastice

— florbal

## BUTCHIS FLOORBALL CLUB

Sportovní hala VŠE, Na Třebešíně 1  
www.butchis.com

13/10 18.00

### TJ Znojmo LAUFEN CZ

26/10 18.00

### Sokol Brno I EMKOCASE Gullivers

— hokej

## HC SLAVIA PRAHA

Zimní stadion Eden, Vladivostocká 1460  
www.hc-slavia.cz

2/10 18.00  
**Slavia-Sokolov**

7/10 18.00  
**Slavia-Poruba**

12/10 15.00  
**Slavia-Vsetín**

19/10 15.00  
**Slavia-Litoměřice**

21/10 18.00  
**Slavia-Zlín**

30/10 18.00  
**Slavia - Frýdek-Místek**

## NÁBORY ČLENŮ DO KLUBŮ

— gymnastický aerobic:

### GYMNASTICKÝ KLUB CORRIDOOR

Více info: Eliška Strakošová 774 962 942

#### Aerobic a gymnastika

Každé úterý 14.00–15.00: ZŠ Nad Vodovodem  
Každý čtvrtek 15.30–16.30: ZŠ Hostýnská

#### Parkour a gymnastika

Každé úterý 14.00–15.00: TJ Malešice  
Každý čtvrtek 15.30–16.30: ZŠ Hostýnská

— moderní gymnastika

### TJ BOHEMIANS PRAHA

Gymnastická hala TJ Bohemians Praha,  
Slovenská 2

Každé po a st 17.00–18.00  
Každé út a čt 16.00–17.00

Více info na tel.: 724 284 577 nebo  
bohemianstj.cz

— dětské kurzy cvičení

### SPORTOVNÍ AREÁL HAMR

K Vodě 3200/3, www.hamrspport.cz

#### Nábor do dětských kurzů cvičení:

Dopolední cvičení rodičů s dětmi 0,5–3 let  
Odpolední kurzy pro děti 3–14 let

#### Nábor do sportovních škol SK HAMR:

Tenis, stolní tenis, beachvolejbal, badminton,  
fotbal

Přihlášky podávejte online na web hodiny.  
hamrspport.cz

— karate

### CENTRUM KARATE PRAHA

Nad Kapličkou 15, www.karate4all.cz

#### Nábor všech věkových skupin od 3 let

Více info: www.karate4all.cz

10/9 14.15–15.00  
**Kurz pro děti 3,5–5 let**

— lacrosse

### TJ MALEŠICE - LACROSSE

Heldova 555/1

#### Nábor členů od 6 let

Tréninky po a st 17.00–18.30

Více info: vladimirberan@seznam.cz

— rugby

### RUGBY KLUB SLAVIA PRAHA

Vladivostocká 1460/10, www.slaviarugby.cz

Tým holčičího rugby nabírá hráčky 6–12 let.

8/10 a 15/10 17.00  
**Otevřené tréninky**

## AKCE PRO SENIORY

### KLUB REMEDIUM

Táboritská 22, T: 222 712 940, remedium.cz

1/10 10.00–17.00  
**Slavnostní otevření zrekonstruovaných prostor**

14–18/10 14.30  
**Ukázkové lekce v kurzech**

Podrobné info o celé nabídce v Klubu

### KOMUNITNÍ CENTRUM

#### PETRKLÍČ, Z. S.

Kolovratská 111/2, www.petrkllice.cz

26/9 10.00  
**Turistická vycházka pro seniory po Praze 10**

Sraz před Muzeem Slavia na stadionu Eden.  
Přihlášení a více info: 731 274 242.

### CENTRUM ELPIDA

Na Bělidle 34, centrum.elpida.cz

Na lekce je nutné se přihlásit na webu,  
info@elpida.cz nebo na telefonu 272 701 335.

5/10 10.00–14.00  
**Bleší trh**

7/10 10.00–11.30  
**Jak zařídit léčebnou lázeňskou péči?**

9/10 16.30–18.00  
**Španělština s rodilým mluvčím**

10/10 10.00–11.00  
**Jak odhalit umělou inteligenci?**

10/10 15.00–16.00  
**Pilates**

14/10 8.00–10.30  
**Ornitologický klub: Centrální park**

16/10 16.00–17.30  
**Múzy světové hudby**

24/10 8.00–19.00  
**Putování: Stará Boleslav**

### CENTRUM AMELIE PRAHA

Sokolovská 111, Praha 8 – Karlín

1/10 18.00  
**On-line přednáška: Partnerské vztahy během nemoci**

7/10 16.30  
**Cvičení pilates na hubnutí (nejen) po hormonální léčbě**

Pro onkologicky nemocné a jejich blízké pravidelně:

Každé po a čt 9.00–10.00

#### Jemná jóga

Každé út 13.00–14.00

#### Pilates

Každé út 14.15–15.15

#### Cvičení s fyzioterapeutem

Každý čtvrtek, dle domluvy

#### Výživová poradna

### POLOVINA NEBE

Klub pro seniory, Sámova 7, Praha 10,  
www.polovinanabe.cz

od 11/9 13.00–15.00 (poté každou středu)

#### Kurzy IT pro seniory na Praze 10

Přihlášení a kontakt: 603 836 710 nebo  
koordinace@polovinanabe.cz. Kurzy jsou pro  
rezidenty P10 zdarma.

### ČESKÉ ILCO, Z. S.

Polská 15, www.ilco.cz

7/10 13.00–17.30

#### Den otevřených dveří v Informačním centru pro stomiky

### RODINNÉ A KOMUNITNÍ CENTRUM JABLÍČKOV, Z. S.

Počernická 64, www.jablickov.cz

16/10 18.45

#### Keramika pro dospělé (i seniory)

Cykklus tří lekcí

# ZŠ V Olšínách bude hotová do konce roku. Školáky přivítá už v září 2025

**Secesní budova základní školy u metra Strašnická je ikonická. Dostavěla se už na začátku 20. století a od roku 2014 byla kulturní památkou. Posledních deset let však zela prázdnotou a chátrala. Současné vedení radnice do Základní školy V Olšínách vrací život. Na podzim letošního roku se dokončí rekonstrukce a přesně za rok se v chodbách školy poprvé rozezvoní školní zvonek. Praha 10 rovněž hledá kvalitní pedagogický i nepedagogický personál. Už na konci srpna městská část spustila výběrové řízení na ředitele školy, který bude mít za úkol školu vést moderně se zaměřením na kreativitu dětí i výuku cizích jazyků.**

„Chceme, aby se ZŠ V Olšínách stala pevnou součástí komunity obyvatel Prahy 10 a aby ji přijali za svou. Také proto jsme připravili podzimní kampaň, která bude viditelná prakticky ve všech formátech outdoorové reklamy. Naší ambicí je, aby o škole rodiče i děti z Desítky znali veškeré informace s dostatečným předstihem. Proto všem doporučuji sledovat web [www.zsvolsinach.cz](http://www.zsvolsinach.cz), sociální síť školy i web městské části a měsíčník Desítka, kde se dozvíte včas vše podstatné,“ vysvětluje Ondřej Počarovský, radní Prahy 10 pro školství.

Už nyní je jasné, že se ve školním roce 2025/2026 na ZŠ V Olšínách otevře přípravná třída a celkem šest tříd na prvním stupni. Konkrétně dvě první třídy (každá po 25 prvňáčcích), jedna druhá třída, dvě třetí třídy a jedna třída čtvrtáků. Zápis do prvních tříd pak proběhne v dubnu 2025. Harmonogram obsazenosti bude zveřejněn do konce letošního roku. Zájemci o vzdělávání budou moci na školu od září příštího roku přestoupit ze svých stávajících škol na Praze 10.

## Škola bude zaměřená na jazyky i kreativitu

„Pro děti i rodiče je zásadní vědět, jakou školu připravujeme. ZŠ V Olšínách bude škola zaměřená na podporu kreativity, bude to škola podpo-


rující pohybové aktivity i osobnostní růst. Ale především bude pevnou součástí její ‚DNA‘ výuka cizích jazyků. Žáci budou intenzivně studovat angličtinu a od druhého stupně si vyberou druhý jazyk. Zvolit mohou španělštinu, němčinu nebo francouzštinu,“ dodává radní Počarovský.


V ZŠ V Olšínách se bude vyučovat ve třídách po 25 dětech, s tradičními předměty, hodnocením slovním i známkami. Děti tu povedou ke kritickému myšlení, samostatnosti, zodpovědnosti, jakož i ke zdvořilosti a úctě k sobě i ostatním.

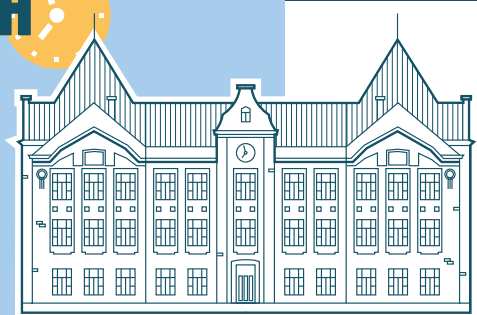
Vychází to mimo jiné z bohaté historie školy ve Strašnicích, které se říká „Stará“ či „Jubilejní“. Na konci druhé světové války měl v její budově sídlo štáb, který zde plánoval ozbrojené akce květnového Pražského povstání. Cílem školy je vychovávat děti po vzoru odvážných předků, kteří se dokázali vzepřít fašistické diktatuře a bojovali za svou svobodu. „Žákům i jejich rodičům se na ZŠ V Olšínách otevírá možnost stát u zrodu nového projektu a podílet se na vzniku a upevňování školní komunity, která bude sledovat společný cíl: vytvořit pro děti školu jako bezpečný přístav pro jejich vzdělávání, rozvoj i dospívání a odrazový můstek k dalšímu růstu,“ uzavírá Ondřej Počarovský.

## ZNOVUOTEVŘENÍ ZŠ V OLŠÍNÁCH V ZÁŘÍ 2025

**DOKONČENÍ  
REKONSTRUKCE KONCEM  
LETOŠNÍHO ROKU**








**ŠKOLA ZAMĚŘENÁ  
NA VÝUKU JAZYKŮ  
A PODPORU KREATIVITU**

**ŠKOLA PODPORUJÍCÍ  
POHYBOVOU AKTIVITU  
A OSOBNOSTNÍ RŮST**

**ZÁPIS DO PRVNÍCH  
TŘÍD V DUBNU 2025**



# SCIENCE FESTIVAL NA GUTOVCE SE PAVEDL

Dne 7. září se na Gutovce konal čtvrtý ročník festivalu pro malé i velké vědce. Cíl akce, tedy popularizace vědy, zůstal stejný. Na návštěvníky festivalu v parku, který je obvykle zasvěcen sportu a hrám, čekalo 25 interaktivních vědeckých stánků.



Děti se mohly seznámit například s paleontologií a vyrobit si odlitky zkamenělin. Odvážnější návštěvníci si díky projektu Přírodovědci.cz, který organizuje Přírodovědecká fakulta Univerzity Karlovy, mohli vyzkoušet „fear factor“ se zvířaty. Ústav experimentální botaniky pak zájemcům předvedl laboratorní rostliny pěstované v různých prostředích. Na své si přišli i cestovatelé a milovníci map a geografických či demografických hádanek.



Program vyvrcholil show Michaela Londesborougha. Tento úspěšný akademik, jenž dokáže i složité vědecké principy přiblížit široké veřejnosti včetně dětí, tentokrát představil show nazvanou *Když se molekuly zvětší*. Už se těšíme na další ročník!



## ZASTUPITELSTVO PRAHY 10 ROZHODLO O DALŠÍM KROKU V ŘEŠENÍ BUDOUCNOSTI RADNICE

Tomuto kroku předcházelo rozhodnutí RMČ ze dne 11. 9. 2024 uveřejnit výzvu k předložení nabídky týkající se koupě nebo dlouhodobého nájmu prostor pro nové sídlo radnice MČ Praha 10 a výzvu k předložení nabídky týkající se prodeje budovy úřadu MČ Praha 10 a souvisejících pozemků. Obě výzvy jsou platné do konce října 2024.

Usnesení zastupitelstva navázalo na červnové rozhodnutí RMČ nerekonstruovat objekt ze 70. let ve Vršovické ulici. Odstoupení od nákladné rekonstrukce za 1,86 miliardy korun, stejně jako schválení dalšího postupu se opírá o analýzu auditorské společnosti PricewaterhouseCoopers. MČ Praha 10 proto zveřejnila dvě výzvy k předložení nabídek. První výzva se týká prodeje bývalé radnice a souvisejících pozemků a prodej budovy Kulturního domu Eden a souvisejících pozemků. Druhá výzva pak nabízí ke koupi nebo dlouhodobému nájmu pro nové sídlo radnice MČ Praha 10.

### Rekonstrukce za 1,8 miliardy se nevyplatí

Pokud by MČ Praha 10 objekt rekonstruovala, musela by se na několik dekád zadlužit. Splácení

úvěru a úroků by paralyzovalo investice do školských kapacit mateřských a základních škol a občanské vybavenosti. Vzhledem k současným potřebám města a rostoucí poptávce po školských kapacitách, dostupném městském bydlení a dalších službách není toto řešení rozpočtově odpovědné v ekonomicky turbulentní době.

Zmíněná analýza společnosti zkoumala vedle rekonstrukce ještě další dvě varianty, a to vyčíslení nákladů na setrvání v dlouhodobém nájmu a nákup nové nemovitosti. Obě tyto varianty počítají s prodejem objektu ve Vršovické.

### Zapojení místních SVJ

Vedení MČ průběžně komunikuje se zástupci vlastníků bytů na sídlišti Vlasta, ke kterému objekt bývalé radnice přiléhá. Poslední setkání se uskutečnilo 16. září. Hlavním tématem bylo mimo jiné i vyhodnocení bezpečnostní situace v okolí bývalé radnice. Vedení MČ Praha 10 si uvědomuje, že lokalitu je nutné revitalizovat a vrátit ji do plnohodnotného života, aby opět sloužila veřejnosti.

Součástí nabídky je i prodej bývalého Kulturního domu Eden; dnes nefunkční objekt



přitahuje osoby bez domova a vandaly. Diskutované území se rozkládá mezi Koh-i-noorem a Tescem v Edenu. Je to důležité místo, které je třeba řešit komplexně.

### Výzvy do konce října

Obě výzvy k předložení nabídek „Prodej objektu původního sídla radnice Vršovická 68, Praha 10 a souvisejících pozemků a prodej budovy Kulturního domu Eden a souvisejících pozemků“ a „Koupě/dlouhodobý nájem pro nové sídlo radnice MČ Praha 10“ jsou k nalení na webu tenderarena.cz a jsou platné do 31. 10. 2024. V případě, že se nesejdou akceptovatelné a výhodné nabídky na obě výše uvedené výzvy, k finálnímu rozhodnutí o novém sídle radnice nebude možné dojít.

# SPOLEČNÝ POSTUP V OTÁZCE GARÁŽÍ NOVOBOHDALECKÁ

**Zástupci MČ Praha 10 společně se Společenstvím vlastníků jednotek a dalšími organizacemi aktivně řeší dlouhodobě neudržitelnou situaci kolem garáží v oblasti Novobohdalecká. Neobydlené a opuštěné garáže byly nelegálně zabrány lidmi bez domova, což vedlo k nepořádku, výskytu hlodavců a k nárůstu drobné kriminality. Místní obyvatelé dlouhodobě trápí tato situace, a proto radnice přistoupila k různým krokům.**

Na nedávné schůzi, která proběhla 9. září 2024 za účasti zástupců MČ Praha 10, MČ Praha 4, DPP, městské a státní policie a místních občanů, byla projednána situace a naplánován další postup. Zástupci Společenství vlastníků jednotek (SVJ) popsali, jak se situace v posledních letech zhoršila, zejména kvůli nezákonnému obsazení garáží. V létě v nich nelegálně přebývalo až 30 lidí, což vedlo k obavám ze zhoršení bezpečnosti v okolí.

## Legislativa komplikující řešení

Jedním z hlavních problémů je složitá legislativa, kdy ve většině případů nejsou majitelé staveb stejní jako majitelé pozemků, na kterých stavby stojí. Tento problém se týká jak

garáží na pozemcích DPP, tak na pozemcích Prahy 10. Radnice však našla nový způsob, jak situaci řešit – nový zákon přijatý začátkem roku 2024 dává majitelům pozemků možnost zasáhnout, pokud majitelé staveb nekonají.

I přes komplikace je stavební úřad odhodlán v kontrolní činnosti pokračovat a hledat právní cesty, jak situaci vyřešit. Krajním řešením může být soudní nárokování vlastnictví neznámých budov, přičemž radnice intenzivně spolupracuje s Magistrátem hl. m. Prahy.

## Úklid a zabezpečení garáží

První konkrétní krok již probíhá – 1. září byl zahájen rozsáhlý úklid garáží. Tento proces je sice náročný a nákladný, avšak nezbytný pro zajištění pořádku v lokalitě. Například jen z jedné garáže na pozemku DPP byly vyvezeny čtyři kontejnery odpadu. Vyklízení bude pokračovat i v dalších týdnech a měsících.

Radnice spolu s DPP plánuje nadále garáže nejen uklízet, ale také je deratizovat a případně zabezpečit proti dalšímu nelegálnímu užívání. V případě budov, které svým stavem ohrožují okolí, může být přistoupeno k uzavření prostor a následnému vymáhání nákladů po známých majitelích.

## Spolupráce s občany a další kroky

Důležitým partnerem v řešení této situace je i veřejnost. Městská policie vyzývá občany, aby hlásili veškeré přestupky, včetně nelegálního skladování nebezpečných látek, jako jsou propan-butanové lahve. Policie zároveň upozorňuje, že není možné oblast monitorovat nepřetržitě, a proto bude klíčová i sociální práce s lidmi bez domova, kterou radnice plánuje zapojit.

MČ Praha 10 se navíc připravuje na další kroky, včetně zapojení dalších institucí, jako jsou Lesy ČR, jejichž pozemky v blízkosti garáží využívají lidé bez domova pro stanování. Tento komplexní přístup by měl pomoci situaci trvale vyřešit.

Zástupci radnice věří, že díky intenzivní spolupráci a důslednému přístupu se situace postupně zlepší. Další setkání všech zainteresovaných stran je naplánováno na polovinu ledna, kdy budou předloženy výsledky prvních kroků a návrhy na další postup.

Radnice MČ Praha 10 je připravena situaci dál řešit, a to s ohledem na potřeby a bezpečnost místních obyvatel.

## PROJEKT „PRAHA 10 BEZ GRAFFITI III“ ZNOVU SPUŠTĚN

**Po výběrovém řízení byl znovu zahájen úspěšný projekt „Praha 10 bez graffiti III“, jehož cílem je systematické odstraňování graffiti z budov na území městské části Praha 10. Tento projekt, který přináší úlevu majitelům nemovitostí postižených vandalizmem, je realizován za významné podpory Rady městské části Praha 10.**

Projekt na zasedání rady představil radní Bc. Radek Lojda, který se dlouhodobě věnuje problematice čistoty a veřejného pořádku. „Graffiti představuje problém, který nejen kazí estetický dojem z naší městské části, ale také snižuje hodnotu nemovitostí a vytváří dojem zanedbanosti. Jsem rád, že můžeme pokračovat v tomto úspěšném projektu a nabídnout našim občanům pomocnou ruku,“ uvedl místostarosta Radek Lojda.

Projekt „Praha 10 bez graffiti III“ je součástí širšího úsilí městské části Praha 10 o zlepšení vzhledu veřejného prostoru a posílení bezpečnosti a kvality života v této části hlavního města. V minulých letech zaznamenal projekt pozitivní ohlas a přispěl k viditelnému snížení počtu graffiti na fasádách domů. Díky



podpoře městské části a zapojení odborníků z oblasti čištění povrchů se daří tento problém systematicky řešit a předcházet dalšímu poškození veřejného i soukromého majetku.

## Jak projekt funguje?

Pokud máte zájem o více informací ohledně projektu „Praha 10 bez graffiti III“ nebo se chcete zapojit, neváhejte kontaktovat Úřad městské části Praha 10. Vaše městská část je připravena postavit se čelem vandalizmu a společně s vámi udržet Prahu 10 čistou a upravenou.

Městská část Praha 10 hradí kompletní náklady na odstranění graffiti odbornou firmou. Tato nabídka je určena pro všechny majitele nemovitostí, které se nacházejí na území Prahy 10. Zájemci se mohou přihlásit do programu na základě přihlášky, kterou naleznou na webových stránkách městské části Praha 10 ([www.praha10.cz/praha10bezgraffiti](http://www.praha10.cz/praha10bezgraffiti)), nebo nás kontaktujte na e-mailu [bezgraffiti@praha10.cz](mailto:bezgraffiti@praha10.cz). Přihlášky se rychle plní, takže pokud máte na své nemovitosti graffiti, neváhejte využít této jedinečné možnosti.

Odborná firma následně provede samotné odstranění graffiti, a to za použití šetrných a profesionálních metod, které nepoškodí povrch fasády. Celý proces probíhá na náklady městské části, což představuje výraznou finanční úlevu pro majitele zasažených budov.



**Úřad jde za vámi! A začínáme v Malešicích.**



# STRATEGIE TOUR

Informační kontejner u zastávky Plaňanská

**po 7. 10. 15.00–18.00**

Slavnostní zahájení,  
oblast urbanistického rozvoje Desítky

**út 8. 10. 15.00–18.00**

Problematika životního prostředí

**st 9. 10. 15.00–18.00**

Oblast školství a kultury, péče o památky,  
rozpočet městské části

**čt 10. 10. 15.00–18.00**

Sociální služby a podpora obyvatel

**pá 11. 10. 15.00–18.00**

Kultura a sport na Desítce, péče o památky

**po 14. 10. 15.00–18.00**

Doprava, životní prostředí,  
oblast urbanistického rozvoje Desítky

**út 15. 10. 15.00–18.00**

Životní prostředí,  
oblast urbanistického rozvoje Desítky  
Speciální setkání k záměru zahradní restaurace  
s vyhlídkovou věží v Malešickém parku

**st 16. 10. 15.00–18.00**

Bezpečnost a nakládání s majetkem

**čt 17. 10. 15.00–18.00**

Sociální oblast a školství,  
rozpočet městské části

Strategie Tour se v dalších obdobích podívá do všech čtvrtí Desítky.  
Sledujte [strategieprodesitku.cz](http://strategieprodesitku.cz) pro více informací.

STRATEGIE PRO  
**DESÍTKU**

**Zveme vás na podzimní setkání**

## KAFE NA ÚŘADĚ

**21. 10. 2024 16.00–18.00**

**přízemí radnice Prahy 10**

**Vinohradská 169**

Přijďte kdykoli mezi 16.00 a 18.00 vypít dobrou kávu,  
seznámit se s projekty městské části, promluvit si  
s vedením a rozhodnout o směřování Desítky.  
Hlídkání dětí zajištěno.



# Václav Luks: Každý koncert je úplně jiný zážitek

**Collegium 1704 je uznávaným barokním orchestrem, který je známý nejen v Česku, ale i po celém světě. Svůj program pravidelně prezentují i v desítkovém divadle Vzlet. Proč si orchestr zvolil právě Vzlet? V čem jsou pražští posluchači specifičtí? A daří se s vážnou hudbou oslovit i „Vršovičáky“? Na tyto a další otázky odpovídá zakladatel a dirigent orchestru Václav Luks.**

**Co stálo původně za iniciativou Collegium 1704 a Hudební cesty Evropou? Byly vám zdi Rudolfiny už malé, nebo stál na začátku impuls přiblížit posluchačům trochu odlišný, možná komornější repertoár?**

Ano, na počátku byla touha samotných hudebníků a zpěváků Collegia 1704 věnovat se také komornějším formám a nabídnout publiku i jiný, velmi pestrý repertoár a intimní atmosféru setkávání. Collegium 1704 jako nezávislý orchestr a vokální ansámbl nikdy trvale nedisponoval vlastními koncertními prostory, proto otevření Vzletu veřejnosti pro nás představovalo novou výzvu a možnost realizace komorní řady Hudební cesty Evropou, která nabízí špičkové projekty hudebníků Collegia 1704 v přátelské atmosféře bližící se intimnosti ve světě i u nás oblíbených „house-konzertů“, kdy si posluchač může na interpreta doslova sáhnout. Náš velký koncertní cyklus v Rudolfinu samozřejmě pokračuje a neřekl bych, že by nám Rudolfinum bylo malé. Spíše naopak. Rudolfinum je příliš velké pro určitý druh koncertů komorního charakteru a přesně takovou intimitu nabízí Vzlet.

**A proč právě Vzlet, jaká vás k němu vedla cesta?**

Se Vzletem jako prostorem pro zkoušení jsme měli zkušenosti již z doby, kdy ho provozoval předchozí nájemce. Věděli jsme tedy, že pro naše potřeby představuje Vzlet ideální prostor. Následovala několikaletá rekonstrukce a zpozorněli jsme v okamžiku, kdy Praha 10 nabídla prostor formou výběrového řízení k využití. Od počátku bylo jasné, že Vzlet by měl sloužit jako multižánrový kulturní prostor, a protože jsme díky našim předchozím aktivitám měli blízko k divadlu Vosto5 i Kinu Pilotů, nabízela se idea propojit aktivity těchto tří kulturních subjektů a společnými silami se pokusit prostory Vzletu rozsvítit. Myslím, že se to skvěle podařilo.

**Svým pestrým programem často do Vršovic přinášíte světovou úroveň známou z mezinárodních pódii. Jaké jsou za ten čas, co ve Vzletu působíte, reakce posluchačů?**

Praha je specifická tím, že naprostá většina špičkových kulturních událostí se koná v samotném historickém centru. Bylo tedy jistým experimentem pokusit se vytvořit nový kulturní hotspot přinášející špičkovou kulturu mimo centrum hlavního města. Vzhledem k tomu, že Vršovice jsou městskou částí, která získala za několik posledních let úžasnou dynamiku a atmosféru, věřili jsme, že se tento experiment podaří. Jsem velmi rád, že do Vršovic za námi jezdí nejen publikum, které chodí na koncerty do Rudolfiny, ale že se nám podařilo oslovit i místní „Vršovičáky“, kteří přijali Vzlet za svůj.

**Jaký projekt byl vám osobně nejbližší, co byste pro čtenáře z celého působení Collegia 1704 ve Vzletu vyzdvihl?**

V rámci Hudebních cest Evropou ve Vzletu nenabízím výhradně koncerty Collegia 1704, ale také koncerty souborů, se kterými pravi-



delně spolupracují nebo které sami založili členové Collegia 1704. Tato dramaturgická pestrost se mi velmi líbí a myslím, že Vzletu velmi sluší. Z realizovaných projektů bych vypíchl například koncerty For Several Friends s u nás zřídka prováděným anglickým barokním repertoárem nebo souboru Tunelanders, kteří doslova roztančili sál i publikum irskými a skotskými melodiemi v úpravách barokních autorů i svých. Samozřejmě každý koncert je velký a úplně jiný zážitek, čehož si právě na Hudebních cestách Evropou velmi cením.

**Jak se díváte na budoucnost Vzletu a konkrétně zdejší náplň Collegia 1704? Můžete prozradit, na co se mohou posluchači nejen v brzké době těšit?**

Já osobně se letos velmi těším na koncert pořádaný 19. prosince, na kterém společně s Collegiem 1704 vystoupí kontratenorista Kangmin Justin Kim. Justin je mimořádný pěvec a světová hvězda barokní opery, se kterým jsem měl příležitost již vícekrát spolupracovat, a publikum se má na co těšit.

Kromě pokračování našich koncertních aktivit bychom se chtěli v roce 2025 více zaměřit na vzdělávací projekty a spolupráci se školami – dát mladým posluchačům zažít na vlastní kůži jiskřivou atmosféru večerních koncertů a motivovat je k návštěvě kulturních akcí –, což se nám postupně daří realizovat i letos. Další prioritou je také rozšíření řad našeho publika zejména o obyvatele Vršovic. O to se snažíme nejen uměleckou kvalitou a atraktivitou programů, ale i velmi vstřícným vstupným. Těším se, že jak letos, tak i v roce 2025 se budeme společně ve Vzletu setkávat u nádherných projektů Collegia 1704 a Hudebních cest Evropou!

## VÁCLAV LUKS

Studoval na Konzervatoři v Plzni, na Akademii múzických umění v Praze a vzdělání završil specializovaným studiem staré hudby na švýcarské Schola Cantorum. V roce 2005 založil pražský barokní orchestr Collegium 1704 a vokální ansámbl Collegium Vocale 1704. Pod jeho vedením soubory hostují na prestižních festivalech a účinkují ve významných evropských a světových koncertních sálech.

# Jak si udržet zdraví pomocí masáží



**DESÍTKA  
PODNIKATELŮM**

**Masáže v Obloukové patří na Desítce mezi vyhlášené již od roku 2013, ostatně stovky spokojených recenzí mluví za vše. Místní je znají a rádi je pravidelně využívají, ať již při akutní bolesti pohybového aparátu, nebo preventivně, potvrzuje zakladatelka Studia Oblouková Mgr. & Bc. Lada Válková Králová, pro kterou je studio od začátku srdeční záležitostí.**

Masáže probíhají na nenápadném místě v Obloukové, jednu ulici od stadionu Bohemians. Místo působí klidně, je to vlastně taková oáza uprostřed Vršovic; i když se studio nachází pár kroků od tramvajové zastávky Bohemians, žádný hluk k vám na lehátko rozhodně nedolehne. Kromě masáží poskytují také vzdělání budoucím masérům pod hlavičkou Masérská škola Oblouková s certifikací MŠMT.

Dále se za poslední dva roky studio rozrostlo o projekt Mobilních masáží Oblouková, kdy maséři a masérky dojíždějí za klienty domů nebo do firem po Praze. „Chtěli jsme masáže více přiblížit všem lidem, aby měli možnost užít si náš dotek kdekoliv,“ podotýká zakladatelka. „Masáže domů využívají také senioři, lidé po operacích v rámci rekonvalescence, těhotné nebo maminky na mateřské dovolené i pracovníci vyčerpaní lidé, pro které je čas nejcennější komoditou,“ tvrdí zakladatelka studia Lada Válková Králová.

## Zdraví je to nejcennější, co máte

Na otázku, s čím lidé do studia přicházejí, vyjmenovává, že často jsou to bolesti nebo bloky pohybového aparátu, nejčastěji bolest krční, hrudní nebo bederní páteře, bolest ramene, lopatky, lokte, kyčlí, kolen. „Unikátní je náš přístup k řešení bolesti, kdy využíváme vedle klasických masáží kombinaci účinných technik, jako je Dornova metoda, trigger point masáž, baňkování společně s prohřátím postiženého místa, a klient nadto odchází podpořen tejpem,“ upřesňuje Lada Válková Králová. Ne vždy se však jedná o klasickou regenerační masáž, někdy je jen potřeba chvíli přeladit a vypnout od každodenního stresu při relaxační masáži, která je mezi klienty také velmi ceněná. Naprosto unikátní je také nabídka těhotenské masáže, ajurvédské masáže nebo bambusové masáže.

## V čem se studio odlišuje?

Profesionálním, ale lidským a laskavým přístupem, vyhříváními lehátky a rašelínovými polštářky, tejpováním zdarma po masáži. Disponují zde dvěma masérkami, a tedy i možností párových masáží, masérky mají různé specializace, můžete využít nabídku dárkových poukazů on-line a platbu benefity nebo na fakturu přes FKSP pro státní zaměstnance.

„Abychom klienty podpořili celostně, poskytujeme také certifikované konzultace s Bachovými esencemi – velmi nápomocné jsou například při náročných emočních stavech,“ říká zakladatelka studia, která Bachovy esence sama klientům připravuje na míru, a dodává: „A v neposlední řadě nabízíme také individuální lekce jógy, abychom ukázali klientům správné pohybové vzorce v prevenci bolestivých stavů.“

## Zkušený tým

Akreditované Studio Oblouková v pražských Vršovicích je místo, kde vám už více než deset let tým zkušených masérek a masérů poskytuje individuální péči a nabízí relaxační, rehabilitační i terapeutické masáže. Na prvním místě je pro ně to, abyste se po jejich péči cítili naprosto



spokojeni a v harmonii. „Neustále se dál školíme a vzděláváme, abychom drželi krok se současnými poznatky v oboru. Přesto cítíme, že právě napojení se na vás, naše klienty, nás mnohdy naučí víc než kurzy a výcviky. Naším posláním je umožnit kvalitní masáž co nejlíže, a to je k vám domů, nebo nabídnout kvalitní masáž v našem Studiu Oblouková,“ vysvětluje Lada Válková Králová.

## O zakladatelce masážního Studia Oblouková

Vystudovala magisterský obor psychosociální studia a husitskou teologii na Karlově Univerzitě – právě toto studium ji inspirovalo k dalšímu zkoumání vlastní spirituality, které později prohlubovala i na meditačních pobytech v indických ašrámech. Dodnes je hluboce vděčná za to, že na své cestě měla štěstí na inspirativní učitele a mistry, kteří jí předali mnoho ze svých zkušeností. Absolvovala kurzy klasických západních masáží, ale také výcvik v biodynamických masážích, rodinných konstelacích a další. Získanou sílu a energii se proto rozhodla předat ve vlastním masážním studiu prostřednictvím masáží.

## KONTAKT

**MOBILNÍ MASÁŽE OBLOUKOVÁ**  
Oblouková 683/15, Praha 10 – Vršovice  
tel.: 777 079 165  
e-mail: [info@masaze-obloukova.cz](mailto:info@masaze-obloukova.cz)  
[www.studio-obloukova.cz](http://www.studio-obloukova.cz)

# Když ulice promluví

## SLOVENSKÁ

**Z Chorvatska na Slovensko je to přes dvě stě kilometrů. Z Chorvatské, kterou jsme prošli minule, to je do Slovenské ulice o poznání blíže. Za nějakých pět minut se dostaneme do ulice, která své jméno dostala kolem roku 1900 podle našeho východního souseda. Slovensko bylo v době pojmenování součástí Rakouska-Uherska. Dnes je Slovenská republika samostatným státem, který vznikl v roce 1993 po rozpadu České a Slovenské Federativní Republiky. Tento stát má 5,45 milionu obyvatel a hlavním městem je Bratislava.**

Slovenská ulice se nachází na rozhraní Vršovíc a Vinohrad. A právě zde bychom pod číslem 4 a 6 (čp. 1566 a 2499) našli dům, který je označován jako Šalounova vila. Jedná se ve skutečnosti o vilu určenou k bydlení a současně se zde nachází ateliér. Tato secesní stavba vznikla podle vlastního návrhu sochaře Ladislava Šalouna, který patřil k nejvýznamnějším představitelům české secese v sochařství.

### Ateliér, kde vznikl mistr Jan Hus

Pro stavbu ateliéru ve Slovenské ulici se Ladislav Šaloun rozhodl po vítězství v soutěži na pomník mistra Jana Husa pro Staroměstské náměstí v roce 1910. Stavba byla dokončena v roce 1911. Sochař si navrhl rozlehlý a dobře řešený prostor pro sochařskou práci. Obdélná stavba se skládá z velkého ateliéru, v němž Šaloun na sousoší pracoval. Hlavní místnost měla velká okna s dobrým světlem a vrata, jimiž se mohly bez obtíží pronášet rozměrné sochy. Dále se zde nacházel menší prostor s galerií pro drobnější práce, salon, slovácká jizba podle návrhu Dušana Jurkoviče, malá vstupní hala, hygienické zázemí i byt pro hlídače a také suterénní prostory, které se měly využívat pro okultistická sezení. Slovácká jizba byla ovlivněna Šalounovými cestami na Moravské Slovácko a zařazena byla v duchu folklórních trendů lidovým nábytkem a keramikou. Šaloun rovněž navrhl zahradu s rozáriem, bazénem a altánem, prostor doplnil dekorativními vázami. Zahrada vznikla na svažujícím se prostoru směrem k Ruské ulici. V únoru 1945 však byla poškozena spojeneckým bombardováním.

Ateliér patří k výjimečným příkladům secesní architektury. Fasáda objektu pak nese výrazné prvky symbolismu. Najdeme zde řadu reliéfů, ale i text básníka a představitele symbolismu Otokara Březiny.

### Místo setkávání slavných osobností

K původnímu ateliéru byl v roce 1934 přistavěn směrem na jih obytný jednopatrový domek. Na vile Šaloun spolupracoval se svým zetěm architektem Josefem Černým.

V minulosti se v domě setkávaly významné osobnosti, například sem docházeli zpěvačka Ema Destinová, architekti Osvald Polívka a Antonín Balšánek, houslový virtuos Jan Kubelík, sochař František Bílek, malíři Alfons Mucha a Josef Váchal, spisovatelé Josef Svatoopluk Machar, Jaroslav Vrchlický a Otokar Březina.



Ve vile dosud bydlí sochařovi potomci. Severní část, tedy budovu ateliéru, rodina prodala. Ta poté prošla v 80. letech 20. století nevhodnou přestavbou, a navíc několik let chátrala. Naštěstí se dnes budova nachází v majetku Akademie výtvarných umění, která stavbu v letech 2006 až 2007 opravila. Autorem zdařilé rekonstrukce byl architekt Michal Bartošek, který za ni získal v roce 2008 Cenu primátora hlavního města Prahy v rámci soutěže Stavba roku. Koncem roku 2007 začal sloužit jako výukové zázemí pro studenty a pedagogy AVU a dnes zde působí hostující zahraniční profesori.

Šalounova vila je chráněnou nemovitou památkou, která není běžně přístupná veřejnosti. Nahlédnout se do ní však dá například při Dnech evropského dědictví.

### Zakladatel českého moderního sochařství

Ladislav Šaloun se narodil 1. srpna 1870 v Praze. Nejprve studoval na kreslířské škole prof. Emila Reyniera a poté přešel do ateliéru sochaře prof. Tomáše Seidana a Bohuslava Schnircha. Roku 1896 vyhrál soutěž na výzdobu Městského muzea v Praze a v roce 1901 soutěž na již zmíněný pomník mistra Jana Husa na Staroměstském náměstí, který je jeho nejznámějším a nejvýznamnějším dílem. K slavnostnímu odhalení pak došlo 6. června 1915. Dále pracoval například na vnější a vnitřní výzdobě Obecního domu nebo hlavního nádraží. Pro Novou radnici na Mariánském náměstí vytvořil dvě kamenná sousoší – Rabiho Löwa a Kamenného rytíře. Dále například vytvořil sochu Miroslava Tyrše na nádvoří Tyršova domu. Jeho díla najdeme nejen v Praze, ale například i v Hořicích v Podkrkonoší nebo Chrudimi. Naopak kdybychom chtěli vidět Šalounovo nejbližší dílo, tak nám stačí sejít z kopce na Vršovické náměstí 67/8. Zde se totiž podílel na výzdobě vršovické Občanské záložny (dnes pobočka České spořitelny).

Ladislav Šaloun tvořil monumentální sochy a plastiky, ale navrhoval také průmyslový design. Působil jako umělecký poradce hlavního města Prahy. Byl externím učitelem na Uměleckoprůmyslové škole v Praze. Stal se členem Spolku výtvarných umělců Mánes, Jednoty umělců výtvarných nebo České akademie věd. Roku 1946 byl jako první sochař jmenován národním umělcem. Zemřel 18. října 1946 v Praze a je pochován na Vyšehradském hřbitově.

Na adrese Slovenská 2 se nachází sportovní hala pro gymnastické sporty Tělovýchovné jednoty Bohemians Praha. Před ní je umístěna bronzová socha nazvaná „Unavená“, kterou vytvořil v roce 1987 Jaroslav Hladký. Jižně od Slovenské ulice se rozprostírají Bezručovy sady.

Část zástavby ve Slovenské ulici spadá do Prahy 2, kde v čísle 3 bydlel divadelní a filmový herec Otto Šimánek (1925–1992), který se proslavil především hlavní rolí v seriálu „Pan Tau“.

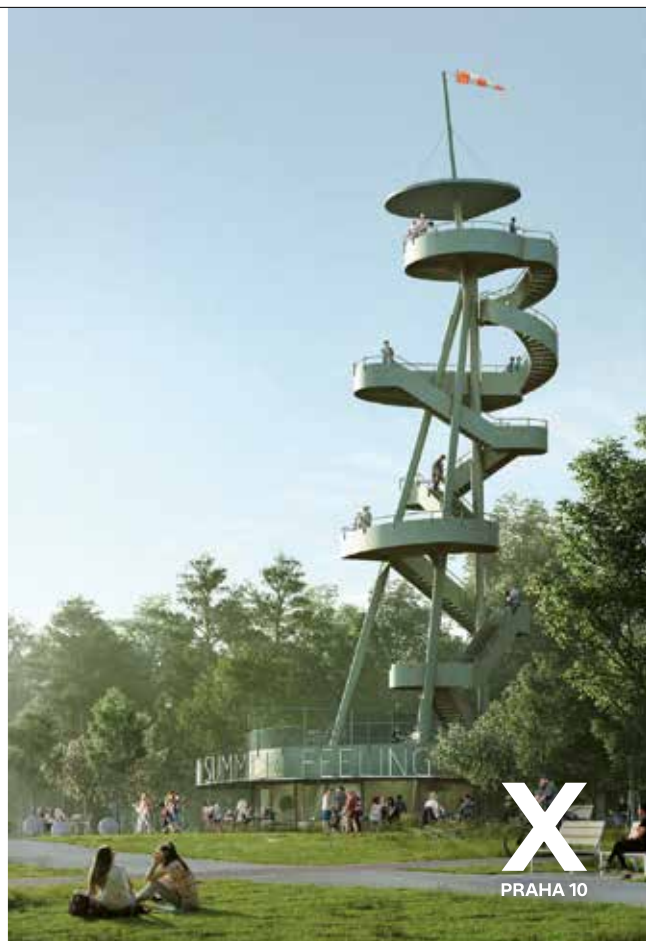
**Vernisáž výstavy soutěžních návrhů architektonické soutěže s autorskou prezentací vítězného konceptu architekta Logana Amonta ze studia Amont**

## SETKÁNÍ S ARCHITEKTEM ZAHRADNÍ RESTAURACE S VYHLÍDKOVOU VĚŽÍ

**24. 10. 2024 | 16:00**

**Malešický park**

Soutěž byla vyhlášena za účelem ověření a rozpracování původní vize Malešického parku z roku 2009 o umístění vyhlídky a restaurace. Výstava bude podkladem pro veřejnou diskusi nad budoucí podobou původně plánované restaurace a vyhlídky a potrvá do 30. 11. 2024.



**2. ročník ankety**

## PODNIKATEL DESÍTKY

O PODNIK, FIRMU NEBO ŽIVNOSTNÍKA ROKU 2024



**Hlasujte od října 2024!**

Hlasujte pro svého oblíbeného podnikatele v kategoriích:

GASTRONOMIE  
RELAX - KRÁSA - ZDRAVÍ  
ŘEMESLA  
OSTATNÍ SLUŽBY - PRODEJNY

Více informací a pravidla najdete na webu MČ Praha 10.  
[podnikateldesitky.praha10.cz](http://podnikateldesitky.praha10.cz)



# JÓGA



**1. 10. – 19. 12. 2024**

ZŠ Švehlova 12  
úterky | 17.00–17.50 | teens od 11 let  
úterky | 18.00–19.00 | dospělí

Střední průmyslová škola Na Třebešíně 69  
čtvrtky | 18.00–19.00 | dospělí

zdarma | [praha10.cz/sportujemesdesitkou](http://praha10.cz/sportujemesdesitkou)



# OTÁZKY A ODPOVĚDI K VÝDEJNĚ PARKOVACÍCH OPRÁVNĚNÍ

**Chcete ušetřit čas při vyřizování parkovacího oprávnění v městské části Praha 10? Nově se můžete objednat online na konkrétní hodinu a vyhnout se frontám. Výdejna parkovacích oprávnění se nachází přímo v budově radnice na Váňhradské ulici. Ať už se chystáte žádat o nové oprávnění, nebo potřebujete prodloužit stávající, připravili jsme pro vás odpovědi na nejčastější otázky, které vám celý proces usnadní.**

**Proč je nutné parkovací oprávnění po uplynutí opět prodloužovat?**

Parkovací oprávnění je vydáno na dobu určitou, za podmínek stanovených Magistrátem hlavního města Prahy. Pro oprávnění na další období se ověřuje, že podmínky pro nárok na parkovací oprávnění jsou splněny a trvají, proto je nutné dodat dokumenty aktuálního data.

**Proč je nutná další administrativa?**

Parkovací oprávnění se vydává na vlastníka, proto je v ostatních případech nutné doložit celkovou navazující souvztažnost od vlast-

níka až po žadatele o parkovací oprávnění (leasing, úvěr, smlouva o pronájmu vozidla, potvrzení o příjmu...)

**Jak lze prodloužit parkovací oprávnění?**

Prodloužit parkovací oprávnění lze přes portál k parkování, a to měsíc před koncem platnosti oprávnění nebo na výdejně, kde lze prodloužit parkování dva měsíce před koncem platnosti oprávnění. Při každé změně nebo prodloužení se musí opět doložit všechny dokumenty potvrzující právní vztah k vozidlu.

**Jak s Pečovatelským parkovacím oprávněním?**

Pečovatelské parkovací oprávnění nelze zřídit ani prodloužit přes portál. Vždy pouze na výdejně s doložením všech příslušných dokumentů a originálů technických průkazů nebo osvědčení o registraci vozidla.

**Co když je vozidlo ve společném jmění manželů?**

Oprávnění pro vozidlo ve společném jmění manželů nelze zřídit ani prodloužit přes por-



tál. Vždy pouze na výdejně, protože výdejny parkovacích oprávnění jako samospráva nemají možnost si ověřit skutečný stav v základních registrech, např. trvání manželství. Tudíž nelze předpokládat, že stav, který byl před rokem, v době žádosti o prodloužení stále trvá. Výjimkou ohledně vydání SJM přes portál je užití elektronického podpisu obou manželů na čestném prohlášení.

**Tradiční oslavy svátku svatého Martina na Desítce**

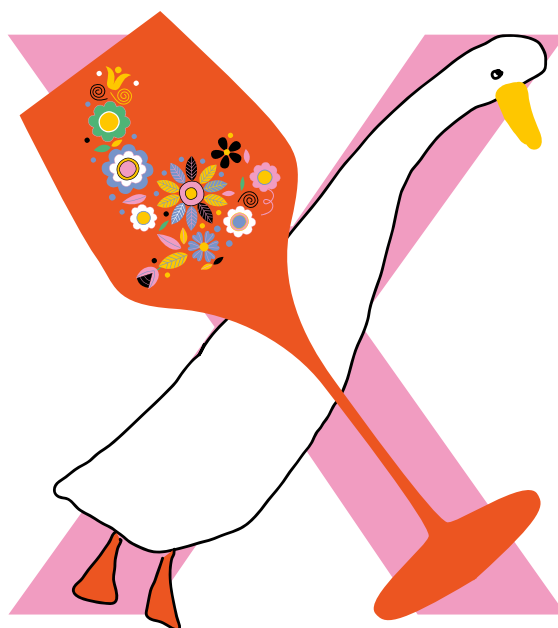
## SVATOMARTINSKÉ SLAVNOSTI

**16. 11. 2024 | 14.00**

**nám. S. Čecha**

cimbálová muzika a tanec  
vinaři s mladými víny  
svatomartinské pochoutky  
degustace vín  
dílničky pro děti  
požehnání vínu místním farářem  
svatomartinské ohně  
opékání jablek a špekáčků

[praha10.cz/svatymartin](https://praha10.cz/svatymartin)



**X**  
PRAHA 10

# SOCIÁLNÍ PORADENSKÉ CENTRUM – DOTAZY K PRÁVNÍMU PORADENSTVÍ

Z vyhodnocování dotazů návštěvníků centra plyne, že obyvatelé Prahy 10 hledají často právní a odborné poradenství pro seniory a pro ty, kdo se ocitli v těžké životní situaci a potřebují pomoc. Pracovníci centra proto připravili přehled služeb, který je i s dalšími informacemi též k dispozici v Sociálním poradenském centru v budově radnice. Každá organizace má trochu jiná pravidla a podmínky, proto se na kontaktní čísla nebo na samotné centrum neváhejte obrátit s dotazy.

Občané Prahy 10, kteří jsou klienty odboru sociálního a ocitnou se v tíživé rodinné, bytové nebo finanční situaci, mohou využít také projektu bezplatného právního poradenství, které je poskytováno jednou za 14 dní přímo v prostorách radnice. Obrátit se můžete na odbor sociální osobně nebo prostřednictvím Sociálního poradenského centra – tel.: 267 093 513.

Každý z nás se může dostat do složité situace, kdy si neví rady, jak ji řešit či na koho obrátit. Nemusíte být na řešení svých problémů

sami. Mezi organizace, které v Praze nabízejí bezplatné právní poradenství, patří např.:

**OBČANSKÁ PORADNA SPOLEČNOU CESTOU**  
[www.spolcest.cz/obcanska-poradna-o-s-spolecnou-cestou/](http://www.spolcest.cz/obcanska-poradna-o-s-spolecnou-cestou/)  
 Spytihněvova 162/4, Praha 2 – Nusle  
 Objednání na tel.: 223 011 642  
 nebo na e-mailu: [poradna@spolcest.cz](mailto:poradna@spolcest.cz)

**OBČANSKÁ PORADNA REMEDIUM – PRAHA 3**  
[www.remedium.cz](http://www.remedium.cz)  
 Tel.: 272 743 666, mobil pro objednávání klientů: 735 613 901  
 E: [obcanskaporadna@remedium.cz](mailto:obcanskaporadna@remedium.cz)

**DLUHOVÁ PORADNA**  
[www.dluhovylabyrinth.cz](http://www.dluhovylabyrinth.cz)

**OBČANSKÁ PORADNA PRAHA, z. s.**  
 Poradna: Praha 1, Jakubská 3, tel.: 222 310 110  
 Kontaktní pracoviště poradny: Praha 6, Veleslavínská 39, tel.: 235 312 939

**DOBROVOLNICKÉ CENTRUM PROTĚŽ**  
<https://dcprotez.cz/>  
 Rybalkova 186/33, 101 00 Praha 10 – Vršovice

Mgr. Tamara Svrčková 733 643 952  
 E: [dc.protez@centrum.cz](mailto:dc.protez@centrum.cz)

**STUDENTSKÁ PRÁVNÍ PORADNA VE SPO-LUPRÁCI S HL. M. PRAHOU**  
 Kancelář poradny: Škodův palác, Jungmannova 35/29, Praha 1, přízemí – přepážka č. 7

**OBČANSKÁ PORADNA PROXIMA SOCIALE, o. p. s**  
 Poradenství probíhá prostřednictvím osobních, telefonických a e-mailových konzultací:  
<https://www.proximasociale.cz/>  
 Rakovského 3138/2, 143 00 Praha 4 – Modřany  
 tel.: +420 241 770 232,  
 e-mail: [poradna@proximasociale.cz](mailto:poradna@proximasociale.cz)

**POMÁHÁME POŠKOZENÝM**  
<https://www.pracovni-uraz.cz/>  
 Napište svůj dotaz nebo problém na: [pomahame@poskozenym.cz](mailto:pomahame@poskozenym.cz)  
 Zavolejte a poradte se na: +420 606 538 053

**BEZPLATNÉ PRÁVNÍ PORADENSTVÍ**  
<http://www.lawyers-cz.com/cs/>  
 Kontakt pouze přes e-mail:  
[lawyers@lawyers-cz.com](mailto:lawyers@lawyers-cz.com)

## CHYTRÝ TELEFON

PRO SENIORY PRAHY 10 | PODZIM 2024



**pondělí | 4., 11., 18., 25. 11. a 2. 12. 2024**  
**začátečníci I: 8.00–10.00 | začátečníci II: 10.30–12.30**  
**mírně pokročilí III: 13.00–15.00 | mírně pokročilí IV: 15.30–17.30**

**UMČ Praha 10, Vinohradská 3218/169, Praha 10**  
**zasedací sál Bratří Čapků**

PŘIHLÁŠKY si můžete stáhnout na webu [praha10.cz](http://praha10.cz) nebo vyzvednout v informační kanceláři UMČ Praha 10.

REGISTRACE proběhne 23. října 2024 od 8.00 hod. v informační kanceláři na Vinohradské 3218/169. Přijďte osobně s vyplněnou přihláškou. Budete zapisováni v pořadí, v jakém k registraci přijdete.

Po naplnění kapacity kurzu je registrace ukončena a končí příjem přihlášek. V daném roce se senior může zúčastnit kurzu dané úrovně pouze jednou. Kurzy jsou určeny pro občany 60+ s trvalým bydlištěm v MČ Praha 10 a jsou ZDARMA.



## PRO SENIORY PRAHY 10 | 60+

## REHABILITAČNÍ CVIČENÍ PRO SENIORY



**úterky | 3. 9. – 17. 12. 2024 9.00–9.45**  
 SK Slavia Praha, Vladivostocká 10  
 sraz ve vestibulu plaveckého stadionu

**čtvrty | 5. 9. – 19. 12. 10.30–11.15 a 11.30–12.15**  
 TJ Astra Zahradní Město, V Korytech 17  
 sraz před hlavní budovou

s sebou sportovní oblečení a obuv + karimatku!  
 bez registrace a zdarma | dotazy na [sport@praha10.cz](mailto:sport@praha10.cz)



## PŘÍPAD MICHALA K.

**Michal byl velice úspěšný realitní makléř. Dva roky žil s přítelkyní Danielou, plánovali rodinu a společnou budoucnost. Den po svých třiatřicátých narozeninách, kdy se vracel autem ze služební cesty, nezvládl řízení a havaroval.**

Na první pohled malá nehoda měla pro Michala nedozírné následky. Verdikt lékařů zněl: poškození míchy a ochrnutí od pasu dolů. Daniela neunesla, že bude žít s mužem na vozíku, a Michala opustila. Na odbor sociální se s žádostí o pomoc obrátila Michalova maminka, která o něj po nehodě pečovala. Sociální pracovnice navštívila Michala a zkontaktovala jej nejdříve s Centrem Paraple, kde Michal využil třítydenní služby pobytové sociální rehabilitace.

### Invalidní důchod

Sociální pracovnice mu pomohla i při vyřizování dalších praktických věcí. Michal zatím pobíral dávky nemocenského pojištění, ale protože byl jeho zdravotní stav neměnný a ochrnutí bylo podle lékařů trvalé, podal si žádost o invalidní důchod.

— *Invalidní důchod je dávkou důchodového pojištění sloužící k finanční podpoře osob, jejichž nepříznivý zdravotní stav jim dlouhodobě znemožňuje plnohodnotné pracovní zapojení. Pro většinu osob je k vyřízení žádosti příslušná Česká správa sociálního zabezpečení. Žádost o invalidní důchod si můžete podat kdykoli, jestliže vám váš zdravotní stav dlouhodobě neumožňuje se plnohodnotně zapojit do pracovního procesu.*

### Příspěvek na péči

Michal si na Úřadu práce ČR požádal i o příspěvek na péči, o průkaz osoby se zdravotním postižením a příspěvek na mobilitu.

— *Příspěvek na péči je nepojistná sociální dávka pro osoby, které potřebují péči nebo pomoc druhé osoby, z této dávky potom čerpají*

na úhradu sociálních služeb. Příspěvek na mobilitu je určen na úhradu dopravy pro osoby se zdravotním postižením. Náleží osobám, kterým byl přiznán průkaz pro osoby se zdravotním postižením ve stupni ZTP nebo ZTP/P.

Michalův byt nebyl uzpůsoben pro člověka pohybujícího se na invalidním vozíku, proto se musel upravit, aby se v něm Michal mohl sám pohybovat a obsloužit. Sociální pracovnice doporučila podat žádost o příspěvek na úpravu bytu, který aspoň částečně pomůže pokrýt náklady spojené s rekonstrukcí bytu.

— *Nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku má osoba se zdravotním postižením charakteru dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu, a její zdravotní stav nevylučuje přiznání tohoto příspěvku. Smyslem příspěvku je pomoci těmto osobám financovat pomůcky, které jim pomohou v každodenním životě nebo jim umožní sebeobsluhu.*

### Průkaz ZTP

Postupem času a po zajištění první finanční podpory se Michal soustředil i na rehabilitaci. Nakonec mu byl přiznán invalidní důchod, dostal i příspěvek na péči a po vydání průkazu pro osoby se zdravotním postižením (ZTP) mu sociální pracovnice pomohla vyřídit také parkovací průkaz do auta.

— *Parkovací průkaz označující vozidlo přepravující osobu těžce zdravotně postiženou mohou získat držitelé průkazu ZTP nebo ZTP/P, s výjimkou osob postižených úplnou nebo praktickou hluchotou. Platnost parkovacího průkazu je stejná jako platnost průkazu ZTP nebo ZTP/P.*

V současné době, již dva roky po nehodě, se Michal snaží žít aktivním životem. Na rehabilitaci se seznámil se Soňou, kterou potkal stejný osud po pádu ze schodů. Přestože je jejich vztah dosud čerstvý, oba cítí, že je naplňuje, a dovedou být zase šťastní.

## PRAHA 10 PŘÁTELSKÁ – I K CIZINCŮM

**Věděli jste, že jeden ze čtyř obyvatel Desítky je cizinec? Na území MČ Praha 10 žilo k 1. 1. 2024 oficiálně necelých 28 tisíc cizinců. Praha 10 tak kopíruje celopražský trend. Cizinci mají na populační vývoj Prahy v posledních 20 letech klíčový vliv, bez nich by počet obyvatel Prahy klesal. Jedná se zejména o obyvatele v produktivním věku, a pro hlavní město se tak v některých odvětvích stávají klíčovou pracovní silou, bez které by na pracovním trhu chyběli zaměstnanci.**

I na Praze 10 je demografická struktura cizinecké populace oproti české výrazně mladší (zejména nadprůměrným zastoupením zejména věkové skupiny 30–45 let). Například žáků s cizím státním občanstvím bylo v uplynulém školním roce přes 2000, což tvořilo přes 13% všech žáků v mateřských, základních a středních školách na území MČ Praha 10.

### Zapojování cizinců do života na Desítce

Integraci cizinců chceme řešit systémově, kvalitně a na základě aktuálních dat, aby jejich soužití s českou populací bylo bezproblémové a aby Praha 10 byla bezpečnou městskou částí. Proto jsme si na začátku tohoto roku nechali od Konsorcía nevládních organizací pracujících s migranty zpracovat analýzu „Integrace cizinců na území MČ Praha 10“. Zpráva kromě popisu aktuálního stavu obsahuje přehled doporučení, které nám pomohou s úspěšným začleňováním cizinců do života naší městské části. Základními oblastmi jsou kurzy českého jazyka, volnočasové programy a společné komunitní aktivity a usnadňování komuni-

kace cizinců s úřadem. Zároveň se tato doporučení pro práci s cizinci otisknou i do aktualizace strategického plánu udržitelného rozvoje naší městské části, a to ve strategickém cíli v oblasti „Praha 10 přátelská“. Zpráva je ke stažení na [www.strategieprodesitku.cz](http://www.strategieprodesitku.cz).

### Organizace pracující s cizinci

Na území MČ Praha 10 působí řada aktérů, jejichž práce je pro integraci cizinců do naší společnosti klíčová. S těmito partnery (rodinná centra K2 a Jablčkov, jazykové školy Bohemia institut a Barevný svět jazyků nebo spolky KC Mana a Petrklíč) realizujeme již druhým rokem projekty na podporu začleňování za finanční podpory Magistrátu hlavního města Prahy, Ministerstva vnitra ČR a Úřadu Vysokého komisaře Organizace spojených národů pro uprchlíky.

Do konce roku je v rámci projektů plánováno ještě několik integračních aktivit, mimo jiné kurzy češtiny, psychologické poradenství, klub pro seniory a kulturní klub. Pro více informací o těchto aktivitách sledujte webové stránky konkrétních organizací nebo kontaktujte koordinátorku integrace Mariji Skybu na [marija.skyba@praha10.cz](mailto:marija.skyba@praha10.cz).

— **Šimona Huitric**, oddělení strategického rozvoje a participace



MINISTERSTVO VNITRA  
ČESKÉ REPUBLIKY





# Politické fórum

**Veronika Žolčáková** / zastupitelka, VLASTA a STAN s podporou KDU-ČSL

Víte, že v Praze 10 působí asi 50 dětských skupin s kapacitou přes 680 dětí? Na Desítce se dlouhodobě zaměřujeme na podporu sládobování rodinného a pracovního života. Usilujeme o zvyšování kapacit dětských skupin a dalších služeb pro rodiny s dětmi. Když rodiče vědí, že dítě tráví čas v přátelském a otevřeném prostředí, je pro rodiče snazší věnovat se své práci. Proto dětské skupiny zřizuje a provozuje sama městská část v rámci Centra sociální a ošetrovatelské pomoci, dále finančně i jinak podporujeme rodinná centra Jablíčkov a K2 zřizující dětské skupiny a v nedávné době jsme navázali spolupráci a komunikaci s provozovateli dětských skupin soukromých. Vytvořili jsme pro rodiny rozcestník, kde najdou přehledné informace o všech dětských skupinách v Praze 10 na webu <https://strategieprodesitku.cz/detske-skupiny/>. Rodiče tam najdou rozdělení podle lokality, informace o kapacitě, ceně, otevírací době a také celkovou mapu dětských skupin. Nenašli jste nějakou dětskou skupinu? Napište nám! Co plánujeme dále? Pracujeme na přehledu praktických lékařů i pediatriů, abyste snadno našli dostupnou péči, a na rozcestníku služeb. Chceme, aby rodiny v Praze 10 věděly, kde získají přehledně a srozumitelně potřebné informace, a snadno dohledaly, kdo jim může v jejich situaci pomoci.

**Michal Kočí** / zastupitel, Piráti P10

- Co se děje? Díky tlaku Pirátů radnice připravuje kompenzační opatření reagující na razantní (až o 150 %) zvýšení nájmu organizacím, které poskytují sociální a další služby (vzdělávací, volnočasové). Kompenzace by měla mít podobu slevy na nájemném, jak Piráti také navrhli.
- Podobné nepromyšlené excesy jsou v tomto volebním období časté – loni zrušený operativní úklid se letos s ohlasem obnovil. Letos se otevřelo poradenské sociální pracoviště poté, co loni bylo zrušeno kontaktní centrum bydlení.
- Cimrmanovský nádech má diskuse o analýze rekonstrukce vršovické radnice – všichni o ní mluví, málokdo ji viděl. Piráti usilují o její zveřejnění a magistrát je v jejich snaze podpořil. Díky tlaku Pirátů musí radnice zveřejnit informace vztahující se k analýze v podobě tzv. doprovodné informace. Sama analýza je dle radních „tajná“.
- Tajemstvími se to jen hemží – tajný je i výzkum výskytu rizikového chování u žáků 6.–9. tříd ZŠ, jenž byl dokončen v červnu. Přes stálý zájem nám výzkum nebyl poskytnut.
- Tajemstvími je obestřeno i v lednu založený Nadační fond Praha 10 pomáhá. Stále není uveden ani v nadačním rejstříku.
- O tom, jak Piráti varovali radního Maršálka (VLASTAN) před aplikováním prazvláštního dotazníku u veřejné zakázky na správu zeleně, a vše dopadlo fiaskem, si povíme příště.

[WWW.PIRATI10.CZ](http://WWW.PIRATI10.CZ)

**Romana Šimová** / zastupitelka, ANO 2011

Bytová situace na Praze 10 není zdaleka ideální. Radní se pyšní těmito Zásadami na pronajímání bytů, které říkají: „Vedení městské části si uvědomuje svou společenskou a veřejnou odpovědnost a vnímá existenci konkrétních skupin osob, které jsou z různých důvodů znevýhodněny na trhu s bydlením nebo je v zájmu obce těmito osobám poskytnout byt (např. učitelé, strážníci). Těmito občanům hodlá poskytovat možnost pronájmu obecních bytů za předem

stanovených a transparentních podmínek.“ Ale realita je zcela opačná! Radnice uzavřela nájemní smlouvu s Majetkovou, a. s., na pronájem 18 bytů za nájemné 83Kč za m<sup>2</sup> a ta je dále bude podnájemat za tržní nájemné. Smlouva neprošla předjednáním na komisích ani výběrech a je uzavřena na 10,5 roku. Jedná se o celkovou plochu cca 1190 m<sup>2</sup>. Rozdíl mezi vstupní cenou nájmu a tržní cenou je řádově několik desítek milionů pro Majetkovou, a. s. Navíc občané, pro které jsou obecní byty určeny, na tyto byty nedosáhnou. Jaké je tedy hospodaření s byty v rukou radních Prahy 10? Skutečně je transparentní a určeno pro potřebné? Kolik bytů bude tímto způsobem vyvedeno do Majetkové, a. s., a potřební občané na ně nikdy nedosáhnou? Tyto otázky položíme za klub ANO na zastupitelstvu 23. září, kde pravidelně bojujeme za zájmy občanů! Více najdete na [www.ano-praha10.cz](http://www.ano-praha10.cz) a [praha10.anobudelip.cz](http://praha10.anobudelip.cz).

**Stanislav Šimek** / zastupitel, SPD, Trikolora a NK

Dobrý den všem občanům Prahy 10. Píšu tento příspěvek 10. 9. 2024, a protože nám začal nový školní rok, chtěl bych popřát všem našim předškolákům, školákům a studentům v Praze 10 hodně štěstí a úspěchů ve studiu a jejich rodičům a pedagogům trpělivost při jejich výchově a vzdělávání. Komu jinému věnovat tyto řádky, když ne našim nejmenším, adolescentům a, promiňte mi ten výraz, i našim pubertákům. Na tyto „adresy“ je třeba směřovat naši pozornost, protože to je naše pýcha a naše budoucnost. Víte, nejjednodušší je všechno a všechny kritizovat. Školství nevyjímá. Jako zastupitel za opoziční SPD bych to snad i měl dělat a nikdo by mi nic nemohl vyčítat. Já to ale neudělám a ani to dělat nechci. Chci věřit, že starost a péče o naši mládež jak ze strany státu, tak i u nás ve vedení MČ Prahy 10 a i samotných pedagogů je výborná. Že mládež je vzdělávána na vysoké odborné úrovni. Že mládež je vychovávána nejen v duchu vlastenectví, nýbrž především k úctě k sobě, druhým, přirozeným autoritám, našim seniorům, a hlavně ke státu, o který se každodenně opíráme. Tak tedy ještě jednou, přeji všem školou povinným, rodičům, pedagogům i nepedagogům hodně štěstí a trpělivosti v novém školním roce 24/25.

**Pavel Šutka** / zastupitel, Společně pro Prahu 10

František Plánička, legendární fotbalový brankář Slavie i československé reprezentace, se dočkal své divadelní hry, kterou připravila naše městská část ve spolupráci se Strašnickým divadlem. Premiéra se odehrála 12. 9. ve zmíněném Strašnickém divadle a k naší radosti se jí účastnila jak dcera a vnuk pana Pláničky, tak zástupci červenobílého klubu. Pro fanoušky Slavie vůbec by se měla hra stát takřka povinností. Pro ty, kdo se mezi fandky fotbalu neřadí, je podstatné, že vedle strhujícího životního příběhu samotného Pláničky hra mapuje nejen osudy fotbalu, ale i celé země od první republiky až po obě totality, které ji následně zasáhly. Aniž bych chtěl prozrazovat detaily samotného představení, Plánička všemi těmito nelehkými dobami prošel s hlavou vztyčenou. I to se promítlo do skutečnosti, že mu bylo ze strany UNESCO uděleno ocenění fair play, stejně jako titul fotbalového rytíře. Představení je součástí tematického roku věnovaného Františku Pláničkovi k příležitosti výročí 120 let od jeho narození. Zahrnuje výstavy ve veřejném prostoru (Zahradní Město, Vršovice), komentované prohlídky, tréninky walking fotbalu pro seniory, otevřené tréninky chytání pro děti, velký fotbalový turnaj škol z Prahy 10 a další. Za spolupráci na celém ročníku patří velký dík klubu Slavia Praha.

# PŘISTAVENÍ KONTEJNERŮ NA OBJEMNÝ ODPAD

Do kontejnerů lze odkládat výhradně domovní odpad objemného charakteru jako 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 pro odpad z podnikatelské činnosti. K bezplatnému předání objemného odpadu (i nebezpečného) lze využít sběrné dvory hlavního města Prahy, např. ul. U Plynárny, Teplárenská, Zakrytá, Perucká nebo Malešická č. 74. Ve sběrných dvorech je otevřeno od pondělí do pátku od 8,30 do 18,00 hodin a v sobotu od 8,30 do 15,00 hodin (v ul. Zakrytá do 18 hodin).

## TERMÍNY PŘISTAVENÍ

katastr	místo přistavení	datum	čas
Strašnice	Nad Vodovodem x Slunečná	4. 10.	15:00–19:00
Strašnice	Srbínská, mezi garážemi, u tř. odpadu	5. 10.	8:00–12:00
Vršovice	Vladivostocká x Gruzínská	5. 10.	10:00–14:00
Záběhllice	Sněženková x Meruňková	7. 10.	14:00–18:00
Strašnice	Křenická x Olešská	7. 10.	15:00–19:00
Záběhllice	Bramboříková, parkoviště	8. 10.	15:00–19:00
Malešice	Rektorská x Bakalářská	9. 10.	14:00–18:00
Záběhllice	Kamelova mezi č. 2 a 4	10. 10.	15:00–19:00
Vršovice	U Vršovického nádraží x Ukrajinská	11. 10.	15:00–19:00
Vršovice	Vršovická x Karpatská	12. 10.	8:00–12:00
Vršovice	Pod Altánem x Na Vrších	12. 10.	10:00–14:00
Záběhllice	nám. Mezi Zahrádkami (okraj parku)	14. 10.	14:00–18:00
Vršovice	Přípotoční x Oblouková	14. 10.	15:00–19:00
Malešice	Káranská x Pobožská	15. 10.	15:00–19:00
Vršovice	Madridská x Norská	16. 10.	14:00–18:00
Záběhllice	Ostružinová x Jahodová	17. 10.	15:00–19:00
Michle	Elektrárnská x Nad Vršovskou horou	18. 10.	15:00–19:00
Strašnice	Doubravčická x Tehovská	19. 10.	8:00–12:00
Malešice	Tuchorazská (konec ulice)	19. 10.	10:00–14:00
Vršovice	nám. Svatopluka Čecha x Minská	21. 10.	14:00–18:00
Strašnice	Na Třebešíně x Nad Kapličkou	21. 10.	15:00–19:00
Vinohrady	Dykova x U Vodárny	22. 10.	15:00–19:00
Záběhllice	Průhonická x Vestecká	23. 10.	14:00–18:00
Vršovice	Petrohradská x Pod Stupni	24. 10.	15:00–19:00
Vinohrady	Říčanská x Benešovská	25. 10.	15:00–19:00
Vršovice	Sámova x U Vršovického nádraží	26. 10.	8:00–12:00
Vršovice	Magnitogorská x Tádžická	26. 10.	10:00–14:00
Michle	Na Slatinách (u můstku)	29. 10.	15:00–19:00
Strašnice	Nedvězská č. 6–12	30. 10.	14:00–18:00
Záběhllice	Práčská č. 37 (před školou)	31. 10.	15:00–19:00
Vršovice	28. pluku x Na Míčánkách	1. 11.	15:00–19:00
Michle	Na Křivce x Osnická	2. 11.	8:00–12:00
Vršovice	Na Hroudě x U Hráze (okraj parku)	2. 11.	10:00–14:00
Vršovice	Litevská x Bajkalská	4. 11.	14:00–18:00
Strašnice	Nad Primaskou x Nad Olšinami	4. 11.	15:00–19:00

# VYUŽIJTE BEZPLATNÝ SVOZ NEBEZPEČNÝCH ODPADŮ

Svozové vozidlo se přistavuje dle stanoveného harmonogramu. Na stanovištích lze bezplatně předávat nebezpečné složky domácích odpadů, jako jsou baterie, akumulátory, nespotřebované a staré léky, teploměry, barvy, lepidla, pryskyřice (včetně nádob od takových přípravků), nádoby od sprejů, mazací oleje a tuky (kromě jedlého), zářivky a jiné odpady s obsahem rtuti, domácí a zahradnické chemikálie, detergenty (odmašťovací přípravky), pesticidy (přípravky na hubení plevele, hmyzu apod.), kyseliny, hydroxidy, ředidla, fotochemikálie. Odpady je nutné předat výhradně osádce svozového vozidla. **Odebírají se také použité jedlé oleje v uzavřených plastových nádobách, ideálně v PET lahvičkách.** Další letošní termíny svozu najdete na stránce [www.praha10.cz/odpady](http://www.praha10.cz/odpady) nebo pro více informací využijte kontaktní e-mail: [bezodpadu@praha10.cz](mailto:bezodpadu@praha10.cz).

## TRASA A (ZÁBĚHLICE) – STŘEDA 9. ŘÍJNA

místo přistavení	čas
křižovatka ul. Záběhlická x Na Botiči	15:00–15:20
křižovatka ul. Na Vinobraní x Ve Slatinách (parkoviště)	15:30–15:50
křižovatka ul. Hyacintová x Břečťanová	16:00–16:20
křižovatka ul. Želivecká x Tulipánová	16:30–16:50
nám. Mezi Zahrádkami x Podléšková x Chrpová	17:00–17:20
křižovatka ul. Ostružinová x Jahodová (parkoviště)	17:30–17:50
křižovatka ul. Sněženková x Mládežnická	18:00–18:20
křižovatka ul. Topolová x Jabloňová (u OD CII)	18:30–18:50
křižovatka ul. Jasminová (pod č. 33) x Přesličková	19:00–19:20
křižovatka ul. Mattioliho x Velenovského	19:30–19:50

## TRASA C (VRŠOVICE, STRAŠNICE) – ÚTERÝ 29. ŘÍJNA

místo přistavení	čas
křižovatka ul. Vladivostocká x Krasnojarská	15:00–15:20
křižovatka ul. Jakutská x Volyňská x Dukelská	15:30–15:50
křižovatka ul. Litevská x Kubánské nám.	16:00–16:20
křižovatka ul. Na Hroudě x U Hráze	16:30–16:50
křižovatka ul. Srbínská x Svojetická	17:00–17:20
křižovatka ul. U Trati x Na Spádu	17:30–17:50
ulice Nosická (u domu č. o. 20)	18:00–18:20
křižovatka ul. Saratovská (parkoviště) x Kralická	18:30–18:50
křižovatka ul. Nad Primaskou x Nad Olšinami	19:00–19:20

## TRASA D (STRAŠNICE) – SOBOTA 2. LISTOPADU

místo přistavení	čas
křižovatka ul. Mokřanská x Běžná (u separace)	08:00–08:20
křižovatka ul. Rubensova x Přetlucká	08:30–08:50
křižovatka ul. Křenická x Olešská	09:00–09:20
křižovatka ul. Štíhlíká x Tehovská x Doubravčická	09:30–09:50
křižovatka ul. Krupská x Voděradská	10:00–10:20
křižovatka ul. Pod Strání (u č. 24) x Nedvězská	10:30–10:50
křižovatka ul. Slapská x Žermanická x Štěchovická	11:00–11:20
křižovatka ul. Dětská x Brigádníků (u stanoviště třídění odpadu)	11:30–11:50
křižovatka ul. Dvoutletky x U Kombinátu	12:00–12:20
křižovatka ul. Michelangelova x Raffaelova	12:30–12:50

# KDE NAJDETE KONTEJNERY NA ZAHRADNÍ BIOODPAD?

Velkokapacitní kontejnery jsou určeny pro zahradní bioodpad, jako jsou větve, tráva, listí, spadané ovoce, zbytky rostlin, případně jiné bioodpady ze zahrádek rodinných domů. Do kontejnerů není možné vkládat jiné druhy odpadů. K odkládání bioodpadů slouží také **Sběrné dvory hlavního města Prahy** nebo **stabilní sběrné místo bioodpadu**, které se nachází v ulici Dřevčická (cca 100 metrů od ulice Černokostelecká). Předání bioodpadu ve sběrných dvorech či sběrně bioodpadu je pro občany města zdarma. Více informací na [www.praha10.cz](http://www.praha10.cz) v informační složce „životní prostředí“.

## TERMÍNY PŘISTAVENÍ

katastr	místo přistavení	datum	čas
Vinohrady	Dykova x U Vodárny	04. 10.	15:00–18:00
Strašnice	Žernovská x Štíhlická	05. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Mokřanská x Běžná	05. 10.	13:00–16:00
Záběhlice	U Záběhlického zámku, záliv za domy č. o. 1j	06. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Brigádníků x U Kombinátu	06. 10.	13:00–16:00
Záběhlice	Střemchová x Meruňková	11. 10.	15:00–18:00
Záběhlice	Na Vinobraní x Nad Trnkovem	12. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Vyžlovská, parkoviště proti č. o. 24	12. 10.	13:00–16:00
Strašnice	Dobročovicová x Kružberská	12. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Běchovická x Révová	12. 10.	13:00–16:00
Strašnice	Nedvězská, za ul. Strašinská	13. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Středová x K Háječku	13. 10.	13:00–16:00
Strašnice	Prusická x Uhrňíněveská	18. 10.	15:00–18:00
Malešice	Vydrova x Strnadova	19. 10.	09:00–12:00
Záběhlice	Slunečnicová x Ostružinová	19. 10.	13:00–16:00
Michle	Pod Sychrovem I. (za č. o. 64) x Na Křivce	20. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Nad Primaskou x Nad Olšinami	20. 10.	13:00–16:00
Strašnice	U Kombinátu, v ohybu ulice	25. 10.	15:00–18:00
Strašnice	Křenická, vedle č. o. 29	26. 10.	09:00–12:00
Michle	Za Sedmidomky x Pod Bohdalcem I.	26. 10.	13:00–16:00
Malešice	Na Universitním statku – parkoviště	27. 10.	09:00–12:00
Strašnice	Dětská, v ohybu ulice	27. 10.	13:00–16:00
Strašnice	Nad Vodovodem x Slunečná	1. 11.	15:00–18:00
Michle	Na Slatinách, „náměstíčko“ – u můstku	2. 11.	09:00–12:00
Vinohrady	Vlašimská x Bratří Čapků	2. 11.	13:00–16:00
Strašnice	Kounická x Rostoklatská	3. 11.	09:00–12:00
Záběhlice	Ostružinová x Jahodová – parkoviště	3. 11.	13:00–16:00

## JAK HLÁSIT NEPOŘÁDEK A ZÁVADY VE VEŘEJNÉM PROSTORU

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

Formou záznamu přes službu „Mobilní rozhlas“ na stránce [municipolis.cz](http://municipolis.cz)

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

Podáním na úřad, např. formou MMS zprávy na 736 490 364 nebo zasláním na e-mail [zavady@praha10.cz](mailto:zavady@praha10.cz)

Přes odkaz „HLÁŠENÍ ZÁVAD“ přístupný na hlavní stránce webu [praha10.cz](http://praha10.cz)

[zmente.to](http://zmente.to)

Možné je využít také magistrátní službu „změřte.to“ na [zmente.to](http://zmente.to)







---

## KAM PŘÍMO HLÁSIT OSTATNÍ ZÁVADY VE VEŘEJNÉM PROSTORU

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

Dlouhodobě odstavené vozidlo – vrak  
Správa služeb hl. m. Prahy

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

Poruchy na veřejném osvětlení:  
Technologie hl. m. Prahy

[zavady.tsk-praha.cz](http://zavady.tsk-praha.cz)

Poškozené chodníky, vozovky,  
dopravní značení, světelná signalizace:  
Technická správa komunikací hl. m. Prahy






**DESÍTKA  
BEZ ODPADU  
OPERATIVNÍ ÚKLID**

## Výstavy s ekotematikou

V průběhu října je možné ve venkovních prostorech na Praze 10 zhlédnout tři výstavy, které radnice městské části připravila v rámci svých ekoosvětových aktivit. První z nich se nachází na oplocení dětského hřiště v ulici Přípotoční. Na deseti panelech jsou představena „desítková“ desatera s ekologickou tematikou. Dozvíte se, jak v několika jednoduchých krocích může každý z nás snížit množství odpadu, co znamenají pojmy upcycloace, swap či reuse, kde získat větší povědomí o bezodpadové domácnosti nebo jak dlouho trvá odpadu, než se rozloží v přírodě.

### Pozitivní proměny

V parku Solidarita je připravena výstavní kolekce z cyklu *MÁ VLAST – CESTAMI PROMĚN*, která mapuje pozitivní proměny v české krajině a městech. Na panelech je možné se seznámit s obnovou chátrajících objektů, úspěšnými rekonstrukcemi veřejně užívaných objektů nebo renovacemi veřejných prostranství, jako jsou parky, odpočinková místa, hřiště apod. Náhled proměn ze všech koutů republiky je na webových stránkách, kde lze pro tu nejzdařilejší hlasovat, viz [www.cestamipromen.cz/hlasovani](http://www.cestamipromen.cz/hlasovani).

### Happening v parku

V parku Malinová se představí *Výstava na stromech*, s podtitulem *Fairtrade funguje*. Jedná se o celorepublikový happening připravený organizací Fairtrade Česko a Slovensko na podporu důstojné práce. Letos se v týdnu od 5. do 12. října 2024 koná desátý ročník zaměřený tentokrát na fungování systému Fairtrade a život pěstitelů ve světě. Na Praze 10 ji lze navštívit v parku Malinová, kde bude výstava umístěna z přičinění radnice MČ Praha 10. Ke zhlédnutí bude ale i na jiných místech v Praze, např. v ulicích Vladivostocká a Murmanská, a ty lze dohledat v mapě na stránce [www.fairtrade.cz/zapojte-se/vystava-na-stromech/](http://www.fairtrade.cz/zapojte-se/vystava-na-stromech/).

# Prof. PhDr. ZDENĚK MATĚJČEK, CSc. 1922–2004

26. 10. uplyne 20 let od úmrtí světově uznávaného dětského psychologa a pedagoga Zdeňka Matějčka. Svůj život zasvětil především dětem. Zvláště těm nejpotřebnějším dával své srdce a pomáhal jim bojovat s jejich trápením. Jistě také proto, že i on trápení důvěrně znal z vlastního života. Ani čtyři ortopedické operace mu nepomohly zbavit se hole, jež se mu postupně stala v životě „družkou“. Nikdy se však nevzdal v zápase se svým handicapem a vedl k tomu jako psycholog i ostatní postižení. Věnoval se kromě jiného dyslexii, v jejímž výzkumu dosáhl vynikajících výsledků. Za zásluhu v tomto výzkumu se stal členem poradního sboru Mezinárodní (... **pokračování v tajence**) a předsednictva Mezinárodní akademie pro poruchy řeči. V roce 1969

pak přijal pozvání profesora Švejcara, aby učil na katedře pediatrie ILF. Tady se zaměřil na výuku lékařů, zvláště pediatriů. Mnoho let přednášel i na katedře psychologie FF UK v Praze klinickou psychologii a psychologické poradenství. Později v 90. letech zde založil fond – Nadaci profesora Matějčka – k podpoře nejlepších diplomových prací z vývojové psychologie. Profesor Matějček má velký podíl i na rozvoji sociálních zařízení a komplexní péče o děti u nás, která je – také jeho zásluhou – na vysoké úrovni. Přitom nedával své dílo a zásluhy, vpravdě světového dosahu, nikterak na odív. Žil šťastně v kruhu své rodiny, o niž obětavě pečovala jeho žena Jarmila, v pražských Vršovicích na Kubánském náměstí číslo 24.

POMŮCKA: ANTONIONI, ARKI, JUNONA, TRINITÁŘ, ŽUPA	ANGL. VÝRAZ	SKANDI- NÁVSKÝ DÉMON	1. DÍL TAJENKY	X PRAHA 10	BUDOVÁNÍ	STMELUJÍCÍ LÁTKY	KLADKY (SLANGOVĚ)	X PRAHA 10	PARLAMENT ČESKÉ REPUBLIKY (ZKR.)	KÓD IRSKA	POLSKÉ MĚSTO	2. DÍL TAJENKY	SILNÝ PROVAZ	ALKIN
TELEFONNÍ ZKRATKA				STÁTNI PŘÍRODNÍ REZERVACE (ZKR.)				SCHRÁNKA (ZAST.)						
ANGLICKÁ ZKRATKA PRO CHYBU (ERROR)				ANGL. TAKY PŘIPRA- VENÉ Z VODY				PUMPOVAT ŠPANĚLSKÉ SÍDLO						
DRUH PSA									STARO- REKOVÉ INIC. HERČ- KY LEWAN- DOWSKÉ					
NEBULA								NAKLONĚNÍ TŘEBAŽE						
X PRAHA 10	CITO- SLOVCE PŘEKVA- PENÍ	ŠATY ANGL. NÁS						ROSTLINA S DUŽNA- TÝMI LISTY ZNAČKA OBJEKTIVU					FRAN- COUZSKÁ ŘEKA	LYŽE (ZAST.)
MANŽELKA JUPITERA							SPOJKA OSOBNÍ ZÁJMENO			V PRAVOU CHVÍLI NEOZNA- ČENÝ JMÉNEM				
SOUVISE- JÍCÍ S ESY						MALÁ OSA CHEM. ZN. ZLATA					DOMÁCKY NIKOLA ŘÍMSKY 3			
X PRAHA 10	CHUCHVA- LEC	NÁZEV HLÁSKY V VELKÝ HLUK			ITALSKÝ FILMOVÝ REŽISÉR NÁZEV PÍSMENE C									
KUSY LEDU				CHEM. ZN. MĚDI INIC. ČESKÉHO PREZIDENTA			MUŽSKÉ JMÉNO SEKNUTÍ (KNIŽNĚ)						INDICKÝ ŠACHISTA	ZUB SLOUŽÍCÍ K UKUSO- VÁNÍ POTRAVY
ZPĚVNÁ SLABIKA			NÁZEV HLÁSKY P ŘECKÝ OSTROV			ČLEN ŽEBRAVĚHO ŘÁDU KOMITÁT V UHRÁCH								
STŘEDO- VĚKÝ ZBROJNOŠ					ČÁSTICE ZVOLACÍ TYP SLOVO- SLEDU			OSOBNÍ ZÁJMENO CITO- SLOVCE DOVTÍPENÍ			UMÍNĚNÝ ZÁPOR POŽÁRNÍ OCHRANA (ZKR.)			
X PRAHA 10	INIC. HERCE ROUSE PŘEDLOŽKA			3. DÍL TAJENKY BYVALÉ OZNAČENÍ LETOPOČTU					MĚSTSKÁ POLICIE (ZKR.) INIC. ZPĚVAČ- KY LOUNOVÉ			ARCHIVNÍ ZÁBĚRY (ZKR.) VÝZVA K TICHU		
BEDNĚNÍ							PŘEPY- CHOVÁ							
UZAVŘENÁ KŘIVKA VEJČITÉHO TVARU							ARABSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO				OZNAČENÍ NÁKLADNÍCH VAGONŮ			

Správné znění tajenky nám zašlete e-mailem ([redakce@praha10.cz](mailto:redakce@praha10.cz)) nebo poštou (Desítka, měsíčník městské části, Vinohradská 3218/169, 100 00, Praha 10) do 20. října 2024. Nezapomeňte uvést svou adresu, telefonní číslo či jiný kontakt. Tři vylosovaní výherci od nás obdrží knihu. Tajenka z minulého čísla zní „Perunově a Kladské ulici“. Knihu za správnou odpověď od nás dostanou: Marie Pecková ze Záběhlic, Evženie Budínová a Václav Holub, oba ze Strašnic.



**Moudrá Síť**

Pro seniory 60+ ZDARMA!

„Jak instalovat Whatsapp?“

Spolek Moudrá Síť ve spolupráci s Moudrou Sovičkou z.s.

**POMÁHÁ SENIORŮM správně a bezpečně ovládat moderní technologie**

„Nevíte si rady s mobilem, počítačem, tiskárnou nebo jiným zařízením? Náš dobrovolník se s vámi sejde v knihovně, u vás doma nebo dle domluvy a pomůže vám.“

„Nefunguje tiskárna...“

Jděte na [www.moudrasit.cz](http://www.moudrasit.cz), klikněte na **Potřebuji pomoc**, popište svůj problém a my se vám ozveme!

Nebo nás kontaktujte na tel. **778 701 780**, bezplatné lince **800 220 044**, e-mailu [ivana@moudrasit.cz](mailto:ivana@moudrasit.cz)

Městská knihovna v Praze with support from Google.org

moudrá sovička Nadační fond VEOLIA SDRU K Nadace Vodafone



**Pečovatel NADAČNÍ FOND**

**X PRAHA 10**

NF Pečovatel vás zve **7. 11. 2024 v 19:00** na **BENEFIČNÍ KONCERT IVO JAHELKY A SKUPINY COP**

+ bohatá tombola se super cenami

Kde: Kulturní dům Barikádníků na P10  
Vstupenka za 500 Kč na [www.smsticket.cz](http://www.smsticket.cz)



# 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**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play



Přihlaste se k odběru na [praha10.munipolis.cz](http://praha10.munipolis.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



## KOUPĚ, PRODEJ, PRONÁJEM

- Tým špičkových makléřů
- Sídlo na Praze 10 (naproti Hamrspanu)
- Působnost po celé ČR



Poradenství a cenová analýza **ZDARMA!**

CENA - RYCHLOST - BEZPEČNOST



SKENUJ MĚ!

**RE/MAX**  
Central

Placená inzerce – P10/10/24/OKP/1368



zdravotni-  
terapie.cz



## TERAPIE OD HLAVY AŽ PO PATY

Mgr. at Bc. Erika Krejčí Havlasová

MgA. Pavla Hovorková

pořádají

praktický seminář

**TRÉNINK PAMĚTI + ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ + VÝTVARNÉ TVOŘENÍ  
+ ZAPOJENÍ PRAVÉ A LEVÉ HEMISFÉRY**

Vhodné pro kategorii 40+ a seniory

- / Máte problémy s pamětí a chcete to řešit?
- / Rádi byste předešli nemocem souvisejících s degenerativním onemocněním mozku?
- / Jste po úraze hlavy?
- / Nabízíme praktický seminář, kde na začátku provedeme úplně jednoduchou diagnostiku.
- / Naučíme vás mnemotechnické pomůcky k trénování paměti.
- / Jemným zdravotním cvičením protáhneme a rozproudíme vaše tělo.
- / Umělecko-výtvarnými technikami naladíme vaši mysl.

**Místo konání** Hostivařská 133/64, 102 00 Praha 15 – Hostivař

Nutná rezervace e-mailem nebo prostřednictvím SMS, děkujeme.

Také realizace seminářů na klíč – pro firmy, multifunkční centra, domy s pečovatelskou službou, domovy seniorů...

Těšíme se na Vás / Erika a Pavla

Mgr. Erika Krejčí Havlasová (+420 724 662 747) / erika.havlasova@seznam.cz  
MgA. Pavla Hovorková (+420 723 482 011) / hovorko@email.cz

[www.zdravotni-terapie.cz](http://www.zdravotni-terapie.cz)

Placená inzerce – P10/10/24/OKP/0395



**PentaHospitals**

Nemocnice Vršovice

## Unikátní roboticky asistovaná operace kolenního kloubu

Propojení špičkové robotické technologie ROSA se zkušenostmi našich lékařů.

[www.nemocnicevrsovice.cz](http://www.nemocnicevrsovice.cz)



PRO VÍCE  
INFO



Placená inzerce – P10/10/24/OKP/1295

## řádková inzerce

! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU !  
Vyklízíme sklepy, byty, pozůstalosti, zahrady atd.  
Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. Tel.: 773 484 056  
P10/10/24/OKP/1367

Provádím zednické a malířské práce, obklady, dlažby a další práce dle domluvy.  
Tel.: 721 757 399  
P10/10/24/OKP/0765

Koupím byt v Praze 10, přímo od majitele.  
Tel.: 604 617 788  
P10/10/24/OKP/1985

Trápí vás počítač, mobil, TV nebo tiskárna?  
Počítejte s námi. Provádíme čištění, zrychlení, instalace, opravy, vzdálenou pomoc, obnovu dat, výuku a digitalizaci. Volejte 731 732 737, Ruská 1343/200. Těšíme se na vás. Váš itcan.cz  
P10/10/24/OKP/1237

OPRAVA ŽALUZÍ – VÝMĚNA VODICÍCH LANEK – NOVÉ ŽALUZIE – SÍŤ PROTI HMYZU – SEŘÍZENÍ OKEN. Tel.: 733 720 950, pavel.janci@email.cz  
P10/10/24/OKP/2007

Pedikúra a masáže, vše u vás doma.  
Tel.: 603 440 480  
P10/10/24/OKP/0222



ALZHEIMER HOME představuje unikátní projekt propojení špičkových zdravotních a sociálních služeb v rámci péče o nemocné s Alzheimerovou chorobou a ostatními typy demence. Domovy po celé republice jsou určené klientům, kteří potřebují 24 hodin denně, 365 dní v roce pomoc jiné osoby.



Potřebujete více informací?

Kontaktujte nás: +420 604 366 496, [info@alzheimerhome.cz](mailto:info@alzheimerhome.cz).  
Navštivte naše webové stránky [www.alzheimerhome.cz](http://www.alzheimerhome.cz).



Placená inzerce – P10/10/24/OKP/1296

Citlivě, vlídně, profesionálně – s více než stoletou tradicí

## Pohřební služby hl. m. Prahy

Oblouková 25, P 10, tel. +420 271 721 405

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

Bezplatná telefonní linka s nepřetržitým provozem: 800 10 10 50



Sjednávací kanceláře:

- Pobřežní 72, P8
- Vínohradská 214, P10
- Plzeňská 30, P5
- Národní obrany 39, P6
- Modřanská 15, P4
- Oblouková 25, P10
- Průběžná 284, Jesenice
- Mírová 69, Kolovraty
- zahraniční repatriace, P8
- pohřební Ateliér, P10



Hřbitovy  
a pohřební služby  
hl. m. Prahy



Placená inzerce – P10/10/24/OKP/0212



NOVINKA

## Odborné konzultace v EUC Lékárně Plaňanská

### Nově jsme pro naše zákazníky připravili službu odborných konzultací v lékárně

Konzultace **Lékové poradenství** je určena pro všechny, kteří užívají více léků nebo doplňků stravy a chtějí vědět, zda tyto přípravky užívají správně.

**Odvykání kouření** je určeno pro všechny, kteří s tímto zlovykem chtějí přestat, což mnohdy není snadné. S odbornou pomocí se však úspěšnost odvykání významně zvyšuje. Pro pacienty, kteří používají ke své léčbě inhalátor, je připravena konzultace **Inhalační technika**. Díky správnému používání inhalátoru se maximalizuje efekt léčby a minimalizují se možné nežádoucí účinky.

Poruchy paměti patří mezi jedny z nejčastějších potíží vyššího věku. Jejich příčinou může být Alzheimerova choroba nebo jiné formy demence, či dokonce deprese. Jejich včasné odhalení je pro pacienta a jeho léčbu zásadní. Proto jsme připravili konzultaci **Testování paměti**.

Konzultace probíhají v soukromí v samostatné konzultační místnosti.

Na konzultaci **se objednejte** předem **osobně** přímo v lékárně, telefonicky na čísle **+420 281 019 258** nebo e-mailem na adrese **konzultace.plananska@euc.cz**.