



Kbelák



**Rozsvěcení vánočního stromku
5. prosince 2009 od 10 hodin**

**Vzpomínka na Matěje Taufera a Vlastu Vejlupkovou
Nabídka volnočasových aktivit ve Kbelích**

ŠATNÍ SKŘÍŇĚ SPILKA

603 242 133

VYHOĎTE
STAROU...

KUPTÉ
NOVOU !!!

S tímto
letákem
30% sleva na
posuvné dveře

WWW.SPILKA-INTERIERY.CZ

Zprávy z Rady MČ Praha 19

Předání staveniště a zahájení výstavby na první etapu realizace **propojovací komunikace Toužimská – Mladoboleslavská** bylo zahájeno 23. 11. 2009. Stavbu bude provádět společnost Geosan.

Krátké informace z jednání s Odborem městského investora :
Chodník Sojovická – hřiště těsně před dokončením, společnost EKIS provedla práce v dobré kvalitě, zbývá dokončit veřejné osvětlení a nátěr herní betonové stěny a instalace basketbalového koše.

Chodník a přechod Hornopočernická – realizace dokončena, opět provedla společnost EKIS, zbývá dokončit přisvětlení přechodů.

Světelná křižovatka Semilská a Toužimská – provádí firma Mašata s termínem dokončení konec roku.

Křižovatka Mladoboleslavská x Žacléřská – stavba bude provedena v koordinaci se stavbou rekonstrukce silnice Hornopočernická, a to v příštím roce. V této souvislosti městská část jedná s projektantem o zajištění budoucí rekonstruované komunikace před tzv. užděním (trháním se) do stávajícího příkopu tak, aby nedošlo v tomto směru k jejímu opětovnému znehodnocení.

Chodník Semilská, zpomalovací práh a přechod pro chodce – vybudování chybějícího chodníku vpravo ve směru na Čakovice. Na základě zpracované studie proveditelnosti připravuje projektant dokumentaci stavby. Projekt je zpracován. Projednává se dokumentace k územnímu řízení.

V rámci akcí OMI HMP probíhá výběr zhotovitele na **2. etapu rekonstrukce Centrálního parku** a výstavba **tunelu** pod tratí.

V rámci této stavby proběhne i řešení **hřiště v ulici Martinická**. **Sběrný dvůr v Letňanech** se prozatím odkládá s ohledem na komplikace v územním řešení.

Rada schválila budoucí nájemní smlouvu s MUDr. Martinem Bouzkem na ordinaci praktického lékaře, a to prozatímně do prostor po hasičích do té doby, dokud nebudou uvolněny a zprovozněny prostory po bývalém bytě ve zdravotním středisku. V této souvislosti bude opětovně městská část jednat o novém dětském lékaři.

V nové hasičské zbrojnici nyní probíhá montáž nábytku a dalšího

potřebného zařízení a vybavení. Konečné stěhování do nových prostor by mělo proběhnout nejpozději do konce ledna 2010.

Popisemnémkladnémstanoviskukmožnému využití **kanalizační stoky „Kbelský sběrač“**, že je možné po jeho rekonstrukci tento bezproblémově využívat, Rada souhlasila s bytovou výstavbou mezi budoucí křižovatkou Mladoboleslavská x Toužimská a ulicí Hůlkova.

Dle sdělení vedení firmy BILLA slavnostní otevření marketu proběhne 3. 12. 2009 !!

Rada schválila finanční příspěvek hřišti **Spartak Kbely** příspěvek na opravu tribun a laviček ve výši **35 tis. Kč**.

V sobotu 5. 12. 2009 se uskuteční **slavnostní rozsvícení vánočního stromu** v Centrálním parku pod záštitou pana starosty. Opět je připraven bohatý kulturní program od 10 do 17 hodin. Od 5. 12. 2009 do 6. 1. 2010 bude také jako každoročně zprovozněno vánoční osvětlení po celém území naší městské části. Náklady na toto osvětlení do konce roku budou představovat hodnotu cca 130 tis. Kč.

Úřad městské části v řádném termínu 1. 11. 2009 spustil projekt **datových schránek**, a to bez nároku na zvýšení personálního obsazení úřadu.

Podařilo se zajistit **zvýšení četnosti svozu tříděného odpadu**, tak aby byly pokryty potřeby nově se přistěhovávších obyvatel **v centrální části Kbel**. V této souvislosti se podařilo zajistit v budově úřadu i **sběrné místo pro sběr úsporných kompaktních zářivek a výbojek**.

Rada projednala další zajištění a zdokonalování **kamerového systému** na území Kbel, zejména pak v Centrálním parku.

Trafika v ulici Bakovská změnila provozovatele – majitele, a to z firmy MAKO na paní G. Mocovou.

V uvolněných prostorách bývalého bytu v Lidovém domě vznikne **mateřské centrum** provozované sdružením DoByDup – městská část pronajala tyto prostory včetně části zahrádky tomuto sdružení se záměrem vzniku centra pro využití maminek a tatínek s dětmi zejména ve věku 2 až 4 roky a jejich volnočasových a zájmových aktivit.

Byla spuštěna pravidelná inventarizace majetku MČ.

Rada schválila návrh volby přisedících soudu pro Prahu 9 an další čtyřleté období. Tento materiál bude projednáván na řádném zasedání Zastupitelstva MČ Praha 19. Navrženi byli stávající přisedící, kteří se těší důvěře předsedy soudu.

Zasedání Zastupitelstva MČ Praha 19

Řádné 14. jednání Zastupitelstva MČ Praha 19 se uskuteční 9. 12. 2009 od 16 hodin v sále Lidového domu. Hlavními body programu budou schválení návrhu rozpočtového provizoria na období 1-3/2010, volba přisedících, majetkové záležitosti a další. Všichni jste srdečně zváni.

*Ivana Šestáková
zástupce starosty*

Vážení Kbeláci,

dovolujeme si vás všechny pozvat, zvláště pak rodiče, prarodiče i všechny přátele a známé děti z kbelské MŠ a ZŠ, do budovy radnice ÚMČ Praha 19, Semilská 43/1, kde jsou v přízemí **vystaveny prezentační nástěnky s fotografiemi ze školních aktivit našich nejmladších spoluobčanů**. Je k vidění opravdu bohatý a pestrý školní život a hlavně tvůrčí duch, který v obou vzdělávacích subjektech panuje.

Výstava je přístupná v provozních hodinách Úřadu MČ P- 19.
Tajemník JUDr. Josef Nykles

Obsah:

Kanalizace 4. pokračování.....	4	Kulturně kritický koutek.....	29
Řidič zachránil cestujícího.....	6	Z naší knihovny.....	31
Přehled činnosti kbelského fotbalu.....	26	28. říjen – co je to vlastně za den?.....	36

Světelná signalizace křižovatky Semilská-Toužimská

Předmětem stavby č.0093-TV Kbely SSZ 9.253 Semilská-Toužimská, financované Odborem městského investora MHMP je výstavba nového světelného signalizačního zařízení, které v této křižovatce chybí. Městská část se marně několik let snažila o osazení této velmi nebezpečné křižovatky světelnou signalizací, kde došlo k mnoha dopravním nehodám. Až v letošním roce bylo snažení korunováno úspěchem a dojde k realizaci. MHMP vydal platné stavební povolení a vybral zhotovitele této stavby, firmu Mašata Praha. 12.11.2009 bylo předáno staveniště a zahájeny stavební práce. Vzhledem ke skutečnosti, že v rámci rekonstrukce komunikace byly pod vozovku uloženy chráničky a přiveden napájecí kabel, proběhne výstavba bez zásahů do tělesa komunikace a tím bude omezení dopravy v minimálním rozsahu. Výkopové práce budou prováděny pouze v chodníku. Nové SSZ bude obsahovat nový mikroprocesorový řadič ACTROS SBH, který bude vybaven tak,

aby po připojení na oblastní ústřednu byl umožněn obousměrný přenos dat, informací a povelů mezi ním a oblastní ústřednou. Tento řadič bude vybaven programovými spínacími hodinami a jednotným typem ručního řízení. Do doby převzetí tohoto SSZ do správy Technické správy komunikací Praha bude osazena deska monitorovacího modulu GSM. Dále bude nainstalován paměťový modul pro sčítání intenzit dopravy. Tlačítka pro chodce budou osazena ve výšce max. 1,2 m nad povrchem chodníku. Na stožárech SSZ budou osazeny pouze dopravní značky upravující přednost v jízdě (P2,P4), tyto značky budou jen v reflexním provedení. Doba realizace bude cca 2 měsíce. Věříme, že po osazení a zprovoznění SSZ výrazně poklesne nehodovost na této křižovatce a zvýší se bezpečnost jak vozidel, tak chodců v prostoru této křižovatky.

OŽPD - Bílek

Tunel Blanka

V listopadu jsem se za Městskou část zúčastnila exkurze tunelového komplexu Blanka.

Obsahem exkurze byla například návštěva „jámy“ na Letné a ukázka tunelů. Dostali jsme helmy a reflexní vesty a po opravdu úzkých, vratkých a dlouhých železných schůdkách jsme



sestoupili do jámy. Jelikož celý den přelilo, na staveništi jsme se brodili po kotníky v bahně.

Dělníci ale říkali, že je to rozhodně lepší, než v létě prašnost. U vstupu do tunelů tradičně visela sv. Barbora – patronka všech horníků. Jáma byla opravdu hluboká a obrovská. Je neuvěřitelné, že tam, kde jsme ještě před pár lety pouštěli draky a chodili do cirkusu, je najednou něco takového – velká díra. Ale je to pro dobro města... Další součástí exkurze byla prezentace vizualizace, jak po dokončení Blanky bude město vypadat. Vizualizace byla samozřejmě krásná, kdyby se něco takového povedlo, Praha by opět zkrásněla. Nicméně opak může být pravdou. V prezentaci nám slibují například nový most přes Vltavu, jednotné řešení prvků, výsadbu dřevin a zeleně v každém dotčeném úseku, nové parky s kompletním mobiliářem (například pod Pražským hradem), nebo také nové formy osvětlení a komunikací dle norem památkářů.

Tunel Blanka a celý severozápadní Městský okruh mají jistě mnoho svých odpůrců i příznivců. Asi bychom našli spoustu jeho nevýhod, ale jaké jsou vlastně jeho hlavní přednosti? Mělo by dojít k výraznému zlepšení životního prostředí, z hlediska dopravy odlehčí historickému centru města, odlehčí se i parkování díky cca 780 parkovacích míst v podzemních garážích, a zlepší se i ovzduší, jelikož zplodiny vzniknou pod zemí tzn. mimo obytné prostory. Pomocí komínů v tunelu bude znečištěný vzduch zředěný na hygienicky požadovanou úroveň. Termín ukončení by měl být v listopadu 2011, a když padla otázka na cenu, manažer nám pouze pověděl, že z hlediska výstavby je cena 21 miliard. Ovšem výstavba není to jediné... Každý, kdo by měl zájem se o tunelovém komplexu Blanka více informovat, navštivte Informační centrum na staveništi Letná každou středu od 14 do 18 hodin. Zástupci investora, stavebních firem i projektanti jsou připraveni odpovídat na jakékoliv



otázky. V kinosále je uložena projektová dokumentace, pomocí které vám objasní detaily technického řešení jednotlivých částí stavby.

*Barbora Andělová
Referent OŽPD*

Řidič zachránil cestujícího - Zdeňkovi Šimkovi se podařil malý zázrak

Mimořádnou odvahu a schopnosti projevil 22. května Zdeněk Šimek. Udolán horkým a dusným počasím, zkolaboval za jízdy v autobusu jeden z cestujících a nebýt pomoci našeho řidiče z Klíčova, jistě by se nedožil příjezdu záchranné služby.

Chladnokrevnost, důraz a obětování překvapilo dokonce i samotného ředitele Zdravotnické záchranné služby.

Byl pátek, končila směna. Řidič Zdeněk Šimek, kterému chyběly dvě zastávky do konce směny pomalu brzdil na Proseku. Konečně dovolená – už se viděl, jak sedí na břehu rybníka u Rokycan, odpočívá od hektického ruchu velkoměsta a čeká, až zabere tučný kapr. Ještě ani nedobrzdlil a kdosi mu klepe na okno. „Prosím vás, vzadu je nějaký ožralej chlap a pořád padá na lidi a do uličky,“ stěžuje si muž. Co se dá dělat, i takové věci musí řidič řešit. Zdeněk tedy nechává dveře zavřené a popojíždí až na konec zastávky, aby nepřekážel ostatním autobusům. V rychlosti zapíná blikáčky a obtížně se prodírá ven z kabiny a mezi cestujícími. Není tu k hnutí a on musí až úplně dozadu někomu vysvětlovat, ať si vystoupí, když si na něj ostatní stěžují. Konečně mezi neochotně uhýbajícími těly spatří klátící se postavu na sedadle naproti dveřím. Je mu jasné, že tohle není žádný opilec. Muž důchodového věku je v bezvědomí, barva obličeje přechází z modré do zelené a zase naopak. Nebýt zaplněného prostoru, jistě by se dávno skácel do uličky. Zdeněk vidí, že je zle, natlačí se k němu, zkouší neúspěšně tep. Poplácání po tváři, pak rána do prsou, pak ještě jedna, druhá, třetí. Lidé se zmateně otáčejí. Chtěli přece, aby toho ožralu vyhodil, nemusí ho hned mlátit... „Uhněte, prosím, a pomozte mi ho sundat,“ obrací se Zdeněk na cestující. Ti však jen nečinně stojí a nakonec se jeden po druhém začínají vytrácet otevřenými dveřmi na ulici. Zdeněk v rychlosti pokládá muže na podlahu, roztrhává mu košili a začíná pumpovat

hrudník. Autobus je najednou prázdný, jen z ulice kdosi s otevřenou pusou hledí na srdceryvnou scénu. „Pojďte mě na chvílku vystřídat. Zavolám záchranku,“ říká mu už notně udýchaný řidič. „To ne, to ne. Mně se z toho dělá špatně,“ překvapí ho svou odpovědí čumil, aniž se hne z místa nebo odvrátí oči. Moment



zoufalství. Po dobu, než Zdeněk doběhne k vysílačce, zavolá a vrátí se přes celý autobus zpět, je cestující ponechán svému osudu. Už je u něj, v ruce drží telefon. Na drátě je lékařka, která mu radí správné tempo pro masáž. Jenže má jen dvě ruce, co teď? Naštěstí přichází po chodníku další člověk – tentokrát se špetkou odvahy. Po schodech hbitě vystoupá jakýsi mladík a přidržuje Zdeňkovi telefon u ucha, aby se plně mohl věnovat masáži. Pomáhá taky vytáhnout pacientovi jazyk.

„Raz, dva, tři,“ sleduje pohybem lékařčino počítání v telefonu Zdeněk. „Kolik už je to proboha minut?“ říká si. Zdá se to celá věčnost. Ruce už necítí, ale stále mu na srdci leží věta doktorky: „Jestli přestanete, tak jste ho odepsal.“ Radost se střídá se zoufalstvím – to když konečně pacient začne dýchat a zase upadá do

kómatu. „Jestli už nemůžete, masírujte mu hrudník patou,“ slyší hlas v telefonu. Na to ale Zdeněk nemá žaludek a tak radši použije namáhavější způsob – koleno. „Neměl byste už jet? Nabíráte zpoždění,“ ozve se náhle hlas z chodníku. Autorem bonmotu je postarší pán, ne nepodobný tomu, o jehož život právě Zdeněk bojuje. I když je na pokraji vyčerpání, neodpustí si řidič reakci: „Co kdybyste tady ležel vy? Měl bych přestat a jet dál?“ S výrazem hlupáka pokrčí muž rameny a odchází. Uplynulo sedm minut, z nichž každá byla pro Zdeňka nekonečnem. V dále konečně zaznívají sirény zdravotníků. Na místo se postupně sjíždějí tři vozy, posádky nasazují defibrilátor a odvázejí pacienta na speciálním masážním lůžku. Mladík, který celou dobu pomáhal a jehož jméno se již zřejmě nedozvíme, mizí v okolním ruchu. Zdeněk se ani nedodívá za odjíždějící sanitkou a sedá za volant. Blůza promočená potem je najednou studená. Dispečer ho posílá rovnou do garáže. Zdeněk mechanicky startuje a projíždí zbytek trasy. Na nic nemyslí, ví jen, že musí v garážích ještě natankovat. A tehdy – během čekání, až bude nádrž plná – to na něj dopadne plnou vahou. Nemůže se hýbat, třese se po celém těle a ani otočit klíčkem v zapalování není schopen. Těžko mohl tušit, že dovolená, která měla být relaxací od práce, bude vlastně terapií po traumatickém zážitku. Rybaření na venkově si tak zasloužilý řidič a držitel Jánského plakety užil dvojnásob. „Díky němu pacient tuto příhodu ohrožení života přežil, a to bez neurologického deficitu,“ píše ředitel pražské záchranné služby ve zvláštním dopise našemu generálnímu řediteli. A jak říká sám Zdeněk Šimek, kterému právem náleží mimořádná zaměstnanecká odměna: „Pro mě je největší odměnou to, že jsem pomohl zachránit život člověka.“

Ten zachráněný člověk je můj manžel, s nímž oslavím příští rok 50 let společného života. Chtěla bych touto cestou, poděkovat panu Šimkovi za vše, co pro záchranu života mého manžela vykonal, posádce záchranné služby, lékařskému personálu na ARU a následně na oddělení JIP ve Vinohradské nemocnici. Můj dík patří i onomu neznámému mladíkovi, který jako náhodný kolemjdoucí přispěl na pomoc.

Po přečtení článku v časopise pracovníků Dopravního podniku hl.m. Prahy, akciové společnosti č.7 a 8/2009, jsem si uvědomila, že lidská solidarita a soucítění, nepatří v dnešní době k vyhledávaným disciplínám. Mám na mysli plný autobus cestujících, mezi nimiž se nenašel jediný, který by podal pomocnou ruku.

Nechci vás obtěžovat svými pocity, které jsem spolu se svou rodinou prožívala v dalších týdnech. Manžel se vrátil domů!

Má hluboká úcta a poděkování patří všem, kteří nasadili všechny síly při záchraně člověka.

Jana Zichová

Obyvatelé Kbel budou mít čistší ovzduší

V listopadu letošního roku město zahájí výstavbu nové páteřní komunikace, která propojí ulici Mladoboleslavskou v městské části Kbel s ulicí Veselskou v Letňanech. Komunikace výrazně odlehčí dopravně přetížený střed Kbel, a to především v ulicích Toužimská, Semilská a Vrchlabská, kde jsou občané vystaveni neustálému nárůstu automobilů a nadměrnému smogu. Stavbu velké dopravní spojky Praha rozdělila do dvou etap a plánuje ji dokončit v roce 2011. Práce se uskuteční mimo stávající zástavbu, a tak nebudou omezovat místní obyvatele.

„Městská část Kbel je doslova zahlcena automobilovou dopravou a výstavba nové komunikace je zde pro nás prioritou číslo jedna. V současné době projíždí středem Kbel tisíce automobilů směrem z Letňan na Brandýs nad Labem nebo Satalice. Nejvíce zasaženi jsou obyvatelé žijící v ulicích Toužimská, Semilská a Vrchlabská, kteří jsou vystavováni neustálému nárůstu provozu osobních i nákladních aut,“ vysvětlil náměstek pražského primátora Pavel Klega a dodal: „Vzhledem k nadměrnému množství výfukových plynů a hluku se zdejší občanům zhoršily životní podmínky. Není proto možné zachovat dopravu středem městské části. Nová komunikace Kbel nejen dopravně odlehčí, ale povede mimo její obytné části.“

V listopadu letošního roku chce město zahájit první etapu výstavby nové páteřní komunikace Toužimské, která doplní systém velkých dopravních spojek jako jsou Vysočanská radiála či Východní spojka. Komunikace propojí městskou

část Kbel s Letňanami. První etapa zahrnuje úsek mezi ulicemi Mladoboleslavskou a tzv. starou Toužimskou, což je komunikace spojující Kbel s Čakoviciemi. Město by ji mělo dokončit ve druhém pololetí roku 2010 a ze svého rozpočtu za ni zaplatí zhruba 120 milionů korun. V návaznosti na dokončení první etapy hodlá Praha plynule přejít na druhou část výstavby, jejíž trasa je mnohem delší. „Druhá etapa bude volně pokračovat od staré Toužimské a naváže na komunikaci v ulici Veselská v Letňanech. V roce 2011 tak dojde k převedení automobilové dopravy z hustě obydlené severní části Prahy na výpadovou komunikaci v ulici Mladoboleslavská,“ přiblížil postup stavby Pavel Klega. Náklady na druhou etapu se vyšplhají zhruba na 250 milionů korun.

U výstavby komunikace Toužimské ale město skončit nechce. Závěrečným krokem pro vyřešení dopravní obslužnosti severní a východní části metropole bude vybudování ještě jedné dopravní cesty, a sice od Mladoboleslavské ulice směrem na Satalice do ulice Budovatelská, která pak plynule přechází na Vysočanskou radiálu. Nová komunikace pak umožní převedení dopravy rovněž ze Satalic a Kyjí. Jedná se o technicky a investičně náročnou stavbu a v současné době probíhá schvalovací proces k technické studii. „Obě stavby výrazně zlepší dopravní obslužnost v celé oblasti. Obyvatelé se navíc nemusejí obávat žádných omezení, budované komunikace jsou totiž projektovány mimo stávající zástavbu městských částí Kbel, Čakovice, Satalice i Letňany,“ ubezpečil Klega.

V Praze 29. 10. 2009

Zdroj: <http://magistrat.praha-mesto.cz>

Farní charita Neratovice informuje o službách pro občany Kbel

Farní charita Neratovice působí již 18let v 15 městech a obcích na území Středočeského kraje a městské části Praha 8,9 a její zaměstnanci vykonávají jak zdravotní, tak i sociální péči v terénu. Pro tuto činnost máme příslušné kvalifikace, potřebné registrace, vyškolený personál, dlouholeté zkušenosti, provozní zázemí i klienty, kteří jsou s naší prací spokojeni a vyžadují tuto službu právě od naší organizace.

Zdravotní ošetrovatelská služba je praktikována na základě indikace praktického nebo ošetroujícího lékaře v nemocnici a je plně hrazena z veřejného zdravotního pojištění a klienti na tuto činnost nic nedoplácí. Naše zdravotní sestry mají registraci dle zákona a mají možnost se dále vzdělávat. U pacientů provádíme odběry krve, aplikace inzulinů a injekcí, ošetrovatelskou rehabilitaci po cévních mozkových příhodách a úrazech, ošetření defektů, stomií, komplexní péči a péči o terminálně nemocné. V dnešní době se upřednostňuje péče o terminálně nemocné v domácí péči, což znamená, že technické vybavení zdravotních sester musíme stále více doplňovat a přibližovat vybavení nemocnic. Naším klientům půjčujeme též kompenzační pomůcky-lůžka, antidekubitní matrace, invalidní vozíky, WC křesla, chodítka atd.

Druhou službou Farní charity je služba **sociální**, kterou si klienti hradí sami, např. z příspěvku na péči. Sociální službu nabízíme klientům na území MČ Praha 19 – Kbel, Stalice a Vinoř.

Pečovatelská služba svým klientům nabízí: pomoc s osobní hygienou, nákupy, úklid, donášku oběda, donášku léků, pochůzky k lékaři, na poštu i na úřady a další věci související s chodem domácnosti a péčí o vlastní osobu.

Naše pečovatelky docházejí do bytů klientů a pomohou se vším, co je potřeba.

V plném rozsahu zabezpečují „své“ stálé klienty, to je ty, kteří

využívají naše služby celoročně, ale přibývají i ti, kterým se zhoršil jejich zdravotní stav nebo jim odjely ošetřující rodiny na dovolenou, a proto přechází veškerá péče na nás.

O naše klienty se staráme nejen ve všední dny, ale těm, kteří to potřebují, poskytujeme službu i v sobotu a v neděli a to až 3x denně. Obě služby vedle sebe zajišťují komplexní péči a tím je pro klienty naše služba zárukou kvality.

Velký zájem je také o pobyt v denních stacionářích, které naše organizace provozuje v Obříství a v Černošcích a rádi bychom v případě zájmu založili další. Klienti mohou díky těmto zařízením pobývat se svými blízkými a pouze po dobu, kdy jejich rodiny jsou v zaměstnání nebo se z jiného důvodu nemohou po určitou část dne o své blízké postarat, tráví čas u nás ve stacionáři. Naše pracovnice organizují pestrý program, který si každý klient může vybrat podle svého momentálního zdravotního stavu či chuti.

Jsmo velice rádi, že služby můžeme poskytovat na vysoké profesionální úrovni, že klienti i jejich rodiny naši práci oceňují a že díky naší pomoci mohou prožívat plnohodnotný život v kruhu svých nejbližších.

Každý s kbelských občanů, který by měl o naše sociální služby zájem, nás může kontaktovat na telefonních číslech 315 685 190 nebo 736 670 631 Mgr. Dana Jarešová, která Vám podá podrobné informace a zařídí vše potřebné.

V případě zájmu o zdravotní službu musíte kontaktovat svého praktického nebo ošetroujícího lékaře, který Vám péči doporučí a naindikuje. Poté se můžete obrátit na stejná telefonní čísla vrchní sestry Eliška Maršíková.

Miloslava Machovcová
ředitelka Farní charity

Strážníci dohlédnou o Vánocích na podvodníky

Vánoce, kouzelná doba rozsvícených stromečků, dárků a zavěšeného jmelí. Svátky s sebou ale bohužel nepřinášejí jen pohodu. Tlačenic, front a předvánočních zmatků tradičně využívají například kapsáři. Na ně, ale třeba i na dodržení pravidel při prodeji zábavní pyrotechniky v Praze 19, dohlédnou strážníci.

Svátky a především konec roku jsou spojeny s oslavami ohňostroji, ať už těmi velkými, na něž dohlíží profesionálové, nebo těmi soukromými. Právě zábavní pyrotechnika tak představuje jedno z rizik, jež oslavy svátků provázejí.

„Zábavní pyrotechnika je sortiment, na který se strážníci zvláště zaměřují, nedodržování předpisů pro jeho prodej je velmi nebezpečné,“ uvedl obvodní ředitel Městské policie v Praze 9 Vlastimil Olič.

Podle ředitele Oliče je ale třeba, aby jistá pravidla při nákupu dodržovali i sami zákazníci. Zábavní pyrotechniku by například nikdy neměli nakupovat u stánků, ale v kamenných obchodech. Samozřejmostí je, že u pyrotechniky bude přiložen návod a že bude označena kategorie nebezpečnosti. V opačném případě by zákazník zboží kupovat neměl. Pyrotechnika se dělí do čtyř tříd podle stupně nebezpečnosti. První třída je prodejní bez

omezení věku, pokud s ní ale bude manipulovat dítě, rozhodně by mělo být ve věku, kdy bude schopné přečíst návod a porozumět mu. Pyrotechniku II. třídy lze pořídit až od osmnácti let, ani rodiče by mladším potomkům neměli takové výrobky kupovat. Pyrotechnika III. a IV. třídy již patří pouze do rukou profesionálů a je neprodejná bez příslušného povolení. Pokud vám pyrotechnika nevybuchne, nepokoušejte se ji opět zapálit nebo rozebrat. Špatné skladování a vlhkost totiž může zpomalit dobu výbuchu. Pokud není v návodu napsáno jinak, doporučuje se půl hodiny počkat a pak pyrotechniku vložit do nádoby s vodou.

Důslední budou strážníci v Praze 9 i v případech nenechavých kapsářů. Prevence krádeží ale opět začíná u samotných lidí, hlavně ti by se měli chovat ostražitě. „Především by lidé měli dávat větší pozor na své peněženky, zejména v místech, kde se shlukují a dochází ke tlačenicím, ve kterých mají kapsáři přímo ideální podmínky. Lépe je i v nákupním shonu sledovat, co se děje v bezprostředním okolí. V žádném případě také není dobré nechávat ve vozidlech zavazadla a cenné věci,“ doporučil náměstek pražského primátora Rudolf Blažek, do jehož kompetence bezpečnost v hlavním městě spadá.

(teg)

Linka 156 znamená pro Pražany větší bezpečí

Linka tísňového volání pražské městské policie s číslem 156 se stala pevnou součástí života Pražanů. Pro obyvatele hlavního města je stejnou jistotou jako linky záchranky nebo hasičů. Za první tři čtvrtletí roku 2009 evidovali v Centrálním operačním středisku celkem 174 804 volání, při nichž občané oznámili 115 trestných činů a 31 426 přestupků. Mimo jiné strážníci díky telefonickému upozornění zadrželi 112 podezřelých ze spáchání trestného činu. „V srpnu se například podařilo strážníkům zadržet podvodníka, který chtěl okrást nevidomou ženu přímo v jejím bytě v domě s pečovatelskou službou. Jedenasedmdesátiletá paní zjistila, že se jí ztratily obálky s penězi a volala na tísňovou linku městské policie,“ uvedl první náměstek primátora Rudolf Blažek, do jehož kompetence bezpečnost v metropoli spadá. Doplnil, že hlídka byla na místě bleskově a tak se jí podařilo zloděje zastihnout ještě v bytě. Byl tak překvapený, že se ani nesnažil zapírat a odcizených jedenaosmdesát tisíc vydal. V září se zase díky telefonátu podařilo strážníkům zadržet nebezpečného devianta, který půl roku obtěžoval žáčky jedné školy. Muž se před nimi svlékal a onanoval. Jedno z děvčat zavolalo na tísňovou linku 156 a strážníci muže nacyhtali přímo při činu. Kromě tísňové linky

156 poskytuje městská policie možnost volání také neslyšícím občanům. Ti mohou kontaktovat Centrální operační středisko buď prostřednictvím faxu připojeného paralelně k lince 156, nebo tím, že pošlou SMS zprávu na speciálně upravený mobilní telefon s číslem 724 003 333.



KARTA PRVNÍ POMOCI

Zjistí, co se stalo! Zavolej pomoc! Dbej o vlastní bezpečnost!

Zastav masivní krvácení
stlač místo nad ranou nebo v ráně
končetinu zvedni nad úroveň srdce



Uvolni dýchací cesty
zakloň hlavu
předsuň dolní čelist a pootvěři ústa



2 vdechy

Nepřímá masáž srdce a umělé dýchání

30 stlačení hrudníku



Stabilizovaná poloha



Hasiči

150

Záchranka

155

Policie

158

Integrovaný záchranný systém

112

Změna vyhlášky č.341/2002 Sb

Od 15. září 2009 nabývá účinnosti vyhláška č.283/2009 Sb., která mění vyhlášku Ministerstva dopravy a spojů č.341/2002 Sb., o schvalování technické způsobilosti a o technických podmínkách provozu vozidel na pozemních komunikacích, ve znění pozdějších předpisů. Mimo jiných bodů této vyhlášky je změna v obsahu lékárníčky.

Součástí každé lékárníčky je **Karta první pomoci**. Vytisknutou kartu první pomoci můžete použít do své lékárníčky.

Takovéto vybavení lékárníček bude povinné u všech vozidel po 1.1.2011, do 31.12.2010 mohou být vozidla vybavena lékárníčkou stávající včetně absence karty první pomoci.

OŽPD – Bílek

Schůdnost chodníků v zimním období

Nabytím účinnosti zákona, kterým se mění zákon č.13/1997 Sb.o pozemních komunikacích, vyvstala obcím a městům v celé České republice nová odpovědnost i nové povinnosti. Nejinak je tomu v hlavním městě Praze i jeho městských částech. Lze konstatovat, že městské části hl.m. Prahy cítí svoji odpovědnost vyplývající ze změny celého systému správy chodníků ve smyslu tohoto zákona. Za schůdnost chodníků zodpovídá jeho vlastník, což se v naší městské části týká převážně většiny chodníků. V letošním zimním období jsme zařadili chodníky do dvou pořadí. V prvním pořadí jsou chodníky, které jsme udržovali v minulých letech tj. kolem budov městské části, kolem zdravotnických a školských zařízení a u obchodních zařízení a dále všechny schodiště. Na těchto chodnících by měla být zajištěna schůdnost do 12 hodin od spadu sněhu. Ostatní chodníky budou zařazeny do druhého pořadí údržby a zde by měla být zajištěna schůdnost do 17 té hodiny následujícího dne. Zastávky MHD zajišťuje Technická správa komunikací Praha.

Ze zákona vyplývá, že musí být zajištěna schůdnost (ne čistý chodník do sucha) a chodec musí přizpůsobit chůzi stavu a povaze chodníku. Chodníky se budou udržovat dle výšky spadu sněhu pluhováním, zametání rotačním koštětem nebo posypem inertním materiálem. Hlavní město Praha je pojištěno proti úrazu na chodnících. Dále je pojištěna také firma provádějící údržbu. Je nutné počítat s tím, že se v důsledku změny zákona zhorší situace v zajištění zimní údržby u méně frekventovaných chodníků. Věříme, že tuto velmi složitou problematiku přijmete s pochopením a vy, kteří jste chodníky podél svých nemovitostí pravidelně uklízeli, budete uklízet i nadále a pomůžete v naší městské části zajistit schůdnost chodníků. Na rychlé zajištění schůdnosti chodníků v celém rozsahu nemá městská část finanční prostředky a ani příslušnou techniku. Tímto bychom ještě jednou chtěli poděkovat všem spoluobčanům, kteří pomohou se zimní údržbou.

OŽPD - Bílek

ATVS Palestra – VOŠ, s.r.o. - Diagnostické centrum Palestra

V rámci zvyšování kvality výuky je v budově VOŠ Palestra od listopadu otevřeno diagnostické centrum se špičkovým přístrojem InBody 230. Diagnostické centrum je určeno zejména studentům škol VOŠ Palestra a VŠTVS Palestra pro podporu výuky diagnostiky, funkčního vyšetření a odborné praxe. Diagnostické centrum je ale také otevřeno veřejnosti, jak individuálním zájemcům, tak i majitelům a provozovatelům fitness center a sportovních klubů pro jejich členy a klienty. Centrum je vybaveno cyklo ergometrem a běžeckým pásem pro zjišťování a měření zátěžových charakteristik při sportovním výkonu a přístrojem InBody 230. InBody 230 je jeden z nejspolehlivějších přístrojů pro diagnostiku a analýzu složení lidského těla – tzv. analyzátor. Samotná analýza je velmi rychlá a jednoduchá, jelikož trvá okolo 30-ti sekund. Je třeba, aby analyzovaná osoba byla na boso (bez bot i bez ponožek). Není nutné, aby byla bez oblečení, jelikož na InBody se dá nastavit váha, která se dá odečíst. Jediný, kdo nesmí analýzu na InBody podstoupit, jsou osoby s kardiostimulátorem. Naopak přístroj změří a poskytne výsledky všem od 6 – 99 let.

Co všechno mohou zjistit analýzou složení těla na InBody?

- Složení těla
- Svaly – tuky
- Diagnóza obezity
- Vyváženost postavy
- Retence vody (otoky)
- Útrobní tělesný tuk
- Doplnující údaje
- Komplexní vyhodnocení
- Růstový diagram
- Cvičební plán

Diagnostické měření vám provedou studenti školy v rámci svých odborných praxí pod vedením učitelů a zaměstnanců

školy. Případné úpravy svých stravovacích, formovacích nebo cvičebních plánů na základě provedené analýzy můžete konzultovat s našimi odborníky na výživu a cvičení a samozřejmě i s lékařem. Objednat na vyšetření se můžete telefonicky na čísle 286 850 860 u paní Bc Ivety Švárové



kdokoliv v týdnu, poradenské konzultační středisko vám pak své služby na objednávku nabízí v vždy v úterý, podrobnější informace najdete i na www.palestra.cz.

Kontaktní informace:

Bc Iveta Švárová, Ing. Petr Hedrlín, ATVS Palestra VOŠ s.r.o., Slovačikova 400/1 Praha 9, Tel. 286850860, www.palestra.cz

Defibrilátory – záchrana lidských životů

Vážení občané, opětovně Vás informujeme, že Městská část Praha 19 zakoupila poloautomatické defibrilátory, které mohou při včasné použití zachránit život člověka v kritickém stavu. Tyto defibrilátory jsou v případě potřeby k dispozici občanům Kbel a nacházejí se:

- na recepci hlavní budovy Úřadu MČ P19 (v Semilské ul. 43), tel. 284 080 811;
- ve zdravotním středisku Kbely u MUDr. Vávrové či MUDr. Anýžové, tel. 286 857 112, 286 857 157;
- v Domě seniorů v Mladoboleslavské ul. 20, u paní Maršálové na tel. 286 857 937.

Použití tohoto přístroje je velice jednoduché, zaměstnanci úřadu a lékaři jsou proškoleni v jeho ovládní. Přístroj po zapnutí sám hlasovým průvodcem navede ošetřujícího, jak má postupovat. Defibrilátor nemůže pacientovi ublížit – sám vyhodnocuje situaci, kdy se má použít elektrický výboj.

Použití defibrilátoru je vhodné zejména v případě bezvědomí pacienta, kdy pacient nedýchá a není hmatný puls.

Poloautomatický defibrilátor značky Schiller FRED Easy funguje na Li-MnO₂ baterie s životností 5 let v pohotovostním režimu, je umístěn v brašně s popruhem přes rameno (snadná manipulace) o rozměrech 7 x 23 x 22 cm.

Funkce:

- automatická analýza EKG křivky,
- návrh intenzity resp. spuštění výboje,
- zobrazení instrukcí a důležitých údajů na LCD displeji včetně hlasové instruktáže v českém jazyce,
- multipulsní bifázický impuls Multipulse Biowave,
- rozpoznání komorové tachykardie (HR > 180/min.) a fibrilace,
- intenzita výboje – dospělí: 90 – 130 -150J
- intenzita výboje – děti: 15 – 30 – 50J

Zásady První pomoci

- postiženého uložte do vodorovné polohy na zádech (tvrdá podložka)
- zkontrolujte a vyčistěte ústní dutinu (žvýkačka, uvolněná zubní protéza, ...)
- dobře upevněnou zubní protézu v ústní dutině ponechte, udržuje tvar měkkých tkání
- uvolněte dýchací cesty – proveďte záklon hlavy, předsuňte dolní čelist a pootevřete ústa (tzv. trojitý manévr)
- pokud postižený sám dýchá a je hmatný puls, uložte postiženého do stabilizované polohy
- přivolejte lékařskou pomoc a vyčkejte u postiženého do příjezdu lékaře
- při zástavě dýchání a krevního oběhu zahajte **KPR** (kardiopulmonální resuscitaci – umělé dýchání z úst do úst a nepřímou srdeční masáž)
- v tomto okamžiku je účinné použít zmíněný **defibrilátor**, který pomůže obnovit srdeční činnost
- pokud nemáme k dispozici defibrilátor, zahajte sami resuscitaci

Postup při resuscitaci:

- položte postiženého na tvrdou plochu na záda,

- zajistěte volné dýchací cesty
- místo stlačování pro nepřímou srdeční masáž – uprostřed hrudníku nad hrudní kosti
- při masáži mějte napjaté lokty, ramena nad hrudníkem postiženého
- proveďte 2 úvodní vdechy, zkontrolujte pohledem pohyby hrudníku
- navažte nepřímou srdeční masáží s frekvencí 100 stlačení za minutu a hloubkou stlačení 4 – 5 cm
- resuscitace **jedním zachráncem** – udržujte poměr frekvence stlačení a vdechů 30:2 (platí pro dospělé i děti)
- **KPR dvěma zachránci:**
- první zachránce provádí nepřetržitě nepřímou srdeční masáž s frekvencí 100 stlačení za minutu
- druhý zachránce provádí umělé dýchání s počtem 8 - 10 vdechů za minutu bez nadměrného nadechování (vyšší frekvence dýchání je nevhodná a snižuje účinnost KPR)
- při provádění vdechů nepřestávejte ve stlačování hrudníku! (minimalizujete pokles průtoku krve mozkem a zásobování srdce kyslíkem a živinami)
- pro zamezení vzniku a rozvoji únavy by se zachránci měli střídát cca po 2 minutách; výměnu zachránců proveďte do 5 sekund



S resuscitací pokračujte do úspěšného obnovení dýchání a krevního oběhu, příjezdu lékaře nebo úplného vyčerpání fyzických sil.

Poznámka: Úder pěstí z výšky cca 40 – 50 cm do srdeční krajiny (prekordiální úder) k obnovení srdeční činnosti může být účinný, pokud je proveden cca do 10 – 30 s od zástavy srdce v případech, kdy k zástavě srdeční činnosti dojde před svědky.

PAMATUJTE

- okamžitá laická KPR zvýší naději na přežití postiženého 2–3x!
- každá minuta bez KPR snižuje pravděpodobnost přežití postiženého o 10–15 %
- u stavů náhlých srdečních zástav hraje dominantní úlohu precizní provádění nepřímé masáže srdce
- je prokázáno, že přerušování nepřímé masáže srdce již na 4–5 sekund významně snižuje zásobování srdce krví

Včasné, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může nejen omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života.

*Ing. Ivana Zámyslická,
odbor tajemníka, úsek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci*

Poradenství pro občany po poškození mozku a jejich rodiny

Vzhledem k tomu, že se na naše sdružení často obracejí rodinní příslušníci či občané po poškození mozku s žádostmi o radu či podporu, rozšířili jsme nabídku námi poskytovaného poradenství. Stále nabízíme možnost emailového poradenství a telefonických konzultací, ale od září navíc poskytujeme psychologické poradenství a e-poradnu/fórum na www stránkách CEREBRA.

Na našem webu www.cerebrum2007.cz můžete po zaregistrování se pokládat do jednotlivých kategorií online poradny své dotazy, připomínky, doporučení či naopak poradit lidem, kteří se nacházejí v podobné situaci jako Vy. Na Vaše dotazy Vám budou mimo jiné odpovídat naši spolupracující odborníci (neurologové, neurochirurgové, psychologové, ergoterapeuté, fyzioterapeuté, sociální pracovníci, logopedi,...) či pracovníci CEREBRA. V rámci emailové poradny a e-poradny se nejčastěji setkáváme s dotazy týkajícími se služeb po poškození mozku, rehabilitace, obtíží v oblasti fyzických a smyslových deficitů, poruch kognitivních funkcí, emocí a chování. Rodinným příslušníkům i lidem po poškození mozku dále nabízíme možnost individuálních poradenských konzultací s psycholožkou Mgr. Slávkou Škvarekovou. Od začátku poskytování služby psychologického poradenství začali službu využívat hlavně příbuzní osob po poranění mozku, ale i po cévních mozkových příhodách. Nejčastějším problémem je složitá problematika motivace osob po poškození mozku k rehabilitaci a vůbec nějaké

aktivitě. V poradenství pomáháme rozklíčovat jednotlivé faktory motivace a zkusíme hledat možnosti a způsoby, jak člověka po poškození mozku motivovat. Důležité je, aby se vnější motivace postupem času měnila na vnitřní a aby byla nenásilná. Dalším velice častým problémem je únava u pečujících osob a pocit že "nejsem schopný/á zvládat náročné situace", které přináší péče o blízkého po poškození mozku. Velice častým příznakem je únava. Příbuzní pečují dnem i nocí o svého nejbližšího, a tak jim často chybí odpočinek. V poradenství se zkusíme dívat na nutnost sebepodpory a péče o sebe tak, aby výdej energie byl vhodně kompenzovaný příjmem a nenastávala únava. Další velice častou je i otázka „jak zvládat agresi“, která je v některých případech symptomem po poškození mozku. Zkoumáme způsoby zvládnání jednotlivých situací, které agresi vyvolávají a zjišťujeme způsoby, jak se v jednotlivých situacích zachovat. Součástí poradenství může být i nácvik relaxace. Konzultace jsou poskytovány zdarma. V případě zájmu o osobní poradenství se můžete objednat na telefonním čísle 773 540 589.

Bc. Tereza Žilová, Mgr. Slávka Škvareková
CEREBRUM-Sdružení osob po poškození mozku a jejich rodin

www stránky: www.cerebrum2007.cz
email: cerebrum@cerebrum2007.cz

Svačí vaše dítě ve škole? A víte co?

První desítky škol se v České republice přihlásily k účasti na projektu Svačiny do škol. Děti tak dostanou zdravou svačinu přímo do třídy, aniž musí mít u sebe peníze a rozhodně ji nezahodí do koše – samy si ji totiž objednají na internetu, podle své chuti.

Možná patříte k rodičům, kteří vybaví svou ratolest každé ráno domácí svačinkou. Možná jste rodičem, který dítěti místo svačiny dá „na svačinu“. Ať už patříme ke kterékoliv skupině rodičů, často zjistíme, že domácí svačina zůstala nedotčená v aktovce, nebo že z ranní dvacetikoruny zbyl v zadní kapse kalhot zmačkaný obal od čokoládových tyčinek. Přitom právě na snídani a svačině závisí energetické poměry v dětském organismu během školní výuky – a od nich se odvíjí například míra pozornosti či základy budoucího zdraví. Dopřát

školním dětem zdravou svačinu, dodat ji zaručeně čerstvou až do školy, aniž by děti musely mít při sobě peníze a udělat ze svačin zábavu je cílem projektu Svačiny do škol, který v České republice právě startuje. Rodiče mohou dětem svačiny předplatit převodem na bankovní účet, složenkou, nebo přes systém PaySec a děti si na internetu svačinu samy vyberou a objednají, klidně na den, týden nebo i měsíc dopředu. Zdravou svačinu dostanou až do třídy, přímo z výroby, čerstvě připravenou.

Celý objednávkový systém je přístupný z internetové adresy www.svaciny.eu. Děti si mohou vybírat ze sladkých i slaných svačin, salátů, jogurtů. Rodiče mohou mít jistotu, že jejich dítě svačí – a že svačí zdravě.

Alexandr Bílek, autor projektu Svačiny do škol

Beijaflor-relax, pro zdraví a krásu.

Nemusíte jezdit daleko. Stačí se zastavit ve Kbelích na rohu Mladoboleslavské a Hůlkovy ulice v denních lázních Beijaflor-relax.

Majitelka paní Scholleová vás přivítá s úsměvem a provede vás lázněmi. Vše vám ukáže a vysvětlí. Potřebujete omladit pleť, odstranit vrásky, akné, zbavit se chloupků? Paní Scholleová na to má dva přístroje. Jeden s kyslíkem, druhý laserový. A právě ten laserový je možno použít na obličej v současné době, kdy již nepobýváte na sluníčku. S úpravou pleti vám poradí i zkušená kosmetička. Doporučí, co máte používat, abyste vypadala co nejlépe. Chcete zhubnout? I na to je zde myšleno. Jednak je zde zvláštní stůl, kde kombinací ultrazvuku, elektrostimulace a infrasvěkla můžete svou hmotnost snížit bez jakékoliv dřiny z vaší strany. Dále je zde druhá možnost jak redukovat hmotnost. Oblek s infračerveným zářením. Toto záření působí jak na tukovou tkáň, tak i na unavené svaly a klouby. Použití obleku je finančně méně náročné než dříve popsáný způsob. A jestli chcete na svá bolavá záda a klouby

zkusit ještě něco jiného, zkušená masérka se pokusí masáží zbavit vás těchto obtíží.

A nakonec „bomba“. Relaxační vana NEOQI medic. Zde prožijete velmi příjemné chvílky. Po jejím použití se budete cítit jako znovuzrození. Teplá koupel odplaví vaše starosti a únavu.

A teď něco o zdraví.

Všichni víme, že základem je PREVENCE. Výborný lékař vám zde poradí, co s vysokým tlakem, vyšším cholesterolem, nemocemi cév a podobně. To abyste se nemuseli bát civilizačních chorob. A úplně na konec: V lázních je nově otevřena krásná sauna. Saunování asi znáte a víte, že je to mimo jiné výborná prevence nemocí z nachlazení a dalších obtíží. Jak vidíte, v denních lázních Beijaflor-relax se řeší nejen krása, ale i zdraví. Nevíte, co darovat k vánocům? Přijďte si pro dárkový poukaz!

VEŘEJNÉ SETKÁNÍ 21. 10. 2009 – PLÁNOVÁNÍ ROZVOJE SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

Dne 21. 10. 2009 proběhlo v Lidovém domě v Praze – Kbelích veřejné setkání občanů se zástupci radnice a poskytovateli sociálních služeb. Setkání bylo zaměřené na „plánování rozvoje sociálních služeb v Praze 19“. Byly zde prezentovány výsledky dotazníkového šetření, které proběhlo na území Městské části Praha 19 v červnu 2009. Dále pak občané, zástupci poskytovatelů sociálních služeb a i zástupci radnice jednali u kulatých stolů na témata sociální služby a kvalita života seniorů, osob se zdravotním postižením a rodin s dětmi na území Městské části Praha 19. Diskuze u jednotlivých stolů probíhaly velmi živě, bylo zřejmé, že je spousta věcí, které občany zajímá, pálí a že mají i spoustu nápadů na různá řešení. Kdo měl zájem, mohl se

přihlásit do tzv. pracovních skupin, které budou dále pracovat na těchto tématech. Pracovní skupiny nejsou uzavřené, kdokoliv má o danou oblast zájem, může se ke skupinám připojit. Výsledky dotazníkového šetření jsou zveřejněny na internetové stránce Prahy 19 (www.praha19.cz).

Na tvorbě, zpracování a následném prezentování dotazníkového šetření se velkou měrou podílela organizace Agora CE, jejich zástupci také provázeli veřejným setkání. Velké poděkování patří všem občanům Kbel, Satalic a Vnoře, kteří se účastnili setkání, a také zástupcům poskytovatelů sociálních služeb.

Jaroslava Kučerová
Vedoucí OSVZ

Health Club Blue Orange představuje nový sportovně-relaxační kurz pro starší generaci

Žádný věk není dost vysoký na to začít pravidelně cvičit. Naopak, v dnešní době si stále více lidí i v pokročilejším věku uvědomuje, jak velký vliv na jejich zdraví mají dostatek pohybu a zdravá strava. A právě pro starší generaci, kterou



nabídka běžných fitness center často neuspokojuje, je určen nový sportovně-relaxační kurz „Generace 50+“, který nabízí Health Club Blue Orange v pražských Letňanech. Pro ty, kdo Blue Orange neznají, je třeba uvést, že jde o unikátní centrum, které nabízí vysoce kvalitní služby z oblasti fitness, wellness, relaxace a zábavy. Jeho srdcem je privátní health club, který díky komplexnosti nabízených služeb patří k nejlepším health clubům v České republice.

Jak přesně kurz probíhá?

Na první konzultační hodině se klient seznámí se svým osobním trenérem a fyzioterapeutem, zhodnotí se klientův zdravotní stav a stanoví se cíle kurzu. Následně trenér klientovi připraví individuální tréninkový a výživový plán. Klient pak dochází jednou týdně na trénink v posilovně a cardio fitness a jednou týdně na lekci na přístroji Power Plate, který má mj. vynikající účinky na zlepšení flexibility a rozsahu pohyblivosti a zvýšení hustoty kostní tkáň. Všechny tyto lekce kurzista absolvuje pod dohledem svého osobního trenéra, který mu poskytuje individuální péči a odborný dohled. Součástí tréninkového plánu jsou i lekce v pohybovém sále dle výběru (př. pilates, power joga, bosu...), a to jednou týdně. Celkem tedy klient absolvuje 3 lekce cvičení týdně. K potřebné relaxaci jsou k dispozici pánské a dámské sauny, vířivky nebo služby fyzioterapeuta či masérky. V ceně kurzu je obsaženo 30 minut masáže. Na závěr kurzu si klient se svým trenérem zhodnotí dosažené výsledky a dozví se vhodné alternativy a doporučení do budoucna. Zápisy do kurzu probíhají průběžně, takže je možné se zapsat kdykoliv. Kurz trvá 5 týdnů a jeho cena je 6 500,- Kč. V současné době Blue Orange nabízí také kurzy: Začínáme, Zhubněte 5 kg za 6 týdnů, Zdravá záda, Detoxikační kúra a Těhulky. Více informací o kurzech najdete na www.blueorange.cz nebo přímo v centru Blue Orange na adrese: Tupolevova 676, 199 00, Praha 9.

Kbely - proměna za 70 let

Vážení spoluobčané,
doporučuji k Vaší pozornosti trvalou expozici
historických leteckých fotografií dokumentujících
rozvoj Kbel od roku 1938 do roku 2007.

Jsem rád, že se tak podařil můj dlouhodobý záměr tuto
expozici vytvořit.

Expozice je umístěna v hlavní budově kbelské Radnice
(Semilská 43/1) na schodišti vedoucím z přízemí do 1. patra.

JUDr. Josef Nykles
tajemník Úřadu MČ Praha 19

MUDr. Dana Burdová, stomatologická ordinace

Mladějovská 416/9, 197 00 Praha 9 – Kbely
tel.: 286 852 379, 720 665 371

Oznamuji všem pacientům, že od ledna 2010 bude rozšířena
ordinační doba:

Pondělí	08:00 – 17:00
Úterý	08:00 – 15:00
Středa	08:00 – 17:00
Čtvrtek	12:00 – 17:00
Pátek	08:00 – 14:00 (každý druhý pátek se neordinuje)

Dále oznamuji, že již nyní se mohou noví pacienti telefonicky
objednat a při první návštěvě budou v naší ordinaci
zaregistrováni.

PRODEJ BYTŮ 731 440 124

**Luštěnická****PRAHA 9-KBELY**

- 1 + kk až 4 + kk
- cena od 1.990 mil. Kč
- sklípek a parkovací stání v ceně bytu
- u přízemních bytů předzahrádka v ceně
- termín dokončení 11/2009
- 20 min MHD do centra
- v objektu pouze 37 bytů

www.lustenicka.cz

NOVÝ BYTOVÝ PROJEKT

bytový projekt

Luštěnická

LUŠTĚNICKÁ

Bytový projekt Luštěnická je jedinečným projektem rekonstrukce bytového domu ve velmi klidné a příjemné lokalitě pražské městské části Kbely. V okolí bytového domu je pouze stávající cihlová třípodlažní zástavba z šedesátých let a nádherná vzrostlá vegetace, která spolu s koncovou polohou domu nabízí ničím nerušené bydlení v zeleni a klidu.

Některé byty jsou mezonetové a jiné nestandardně, ale o to víc dispozičně zajímavě řešené.

Jelikož se jedná o rekonstrukci stávajícího objektu, naši klienti již od první návštěvy místa uvidí, v jakém prostředí budou žít – nekupují byt, který je reálný pouze na papíře.

Nebezpečí intoxikace oxidem uhelnatým = CO

Od začátku letošního roku 2009 evidovala Záchraná služba hlavního města Prahy – územní středisko záchrané služby celkem 66 případů intoxikace oxidem uhelnatým, přestože každoročně upozorňujeme veřejnost na tragické následky otrav i jejich vysoké počty. V letošním roce již šest případů skončilo

kam naložit. Buňky bez kyslíku neumí žít a rychle odumírají. Nejrychleji nervové – mozkové. Proto jsou i zachránění pacienti po otravě CO často postižení nebo jim odumírá mozek. Léčba – podání 100% kyslíku je mnohdy marná přesto, že se pacienti léčí v barokomoře, kde se pomocí vysokého tlaku snaží kyslík do



tragicky – smrtí. Za měsíc říjen evidujeme devět otrav, v listopadu zatím byly dva případy otravy CO. V zimních měsících se více používají plynová zařízení a méně se větrá, proto se počet případů otravou CO zvyšuje. K otravám však dochází i v letních měsících, protože plynové karmy se využívají k ohřevu vody a horké počasí tzv. brání lepšímu odtahu komínů. Podle našich dosavadních poznatků se nejčastěji otraví mladé dívky při dlouhodobém pobytu v koupelně, kde je karma, kterou voda dlouho protéká – ohřívá se při sprchování. Čím více karma pracuje, tím vzniká více jedovatých zplodin a zejména smrtící CO... Oxid uhelnatý je jedovatý plyn, který má silnou přilnavost k hemoglobinu (krevnímu barvivu), s nímž vytváří karboxyhemoglobin, čímž je znemožněna vazba kyslíku na červené krvinky a tím i přenos kyslíku v podobě oxyhemoglobinu z plic do tkání. Vazba oxidu uhelnatého na hemoglobin je přibližně dvousetkrát silnější než kyslíku a proto jeho odstranění z krve trvá mnoho hodin až dní. Příznaky otravy se objevují již při přeměně 10 % hemoglobinu na karboxyhemoglobin. Zjednodušeně – velmi laicky si lze situaci představit tak, že červené krvinky jsou vagonky vláčku, který vozí kyslík (náklad) k buňkám v organismu z plic. Pokud vagonky naplní karboxyhemoglobin (karboxyd obsadí volné místo dříve a snáze než kyslík – vytlačí ho), tak už se kyslík nemá

buněk vtlačit a vytěsnit karboxyd.

Příznaky otravy

Otrava probíhá rychle, mezi její příznaky patří – zčervenání po obličejí a těle, silné bolesti hlavy, závratě a zvracení, objevují se poruchy zraku, poruchy dechu až



s přechodem do náhlého bezvědomí.

Doporučení

Lidé by měli dbát na revize plynových zařízení vč. pravidelné údržby a vyčištění nebo i na výměnu nevyhovujících a zastaralých spotřebičů v jejich domovech a revize komínů vč. vyčištění a posouzení odborníky. V bytech a domech by mělo být vhodné odvětrání místností, kde je plynový spotřebič musí být zachován průtah pro kyslík.

První pomoc v případě otravy oxidem uhelnatým

Nejdříve otevřít okna a silně větrat, aby se zachránce též nestal obětí otravy. Okamžité vyvedení, vynesení postiženého z uzavřeného prostoru na čerstvý vzduch, okamžitě volat tísňovou linku 155, kontrola stavu dýchání a srdeční činnosti do příjezdu posádek. U těžkých stavů otravy je laická pomoc omezená, spočívající pouze v umělém dýchání z plic do plic a při srdeční zástavě nepřímá srdeční masáž, protože takovéto stavy vyžadují specializovanou pomoc – umělou plicní ventilaci, léčbu v přetlakové komoře (barokomoře). Na tísňové lince 155 Vám poskytnou odbornou radu i pomoc v případě nouze a do příjezdu posádky.

Přesto, že tomu panující teploty nenasvědčují, pomalu ale jistě bude podzim vystřídán zimou, která znamená pro naše posádky zvýšený počet výjezdů vzhledem k vlhkému povrchu komunikací, více úrazů při pádech na zledovatělých chodnících. Případně silné mrazy přinášejí podchlazení a omrzliny, předvánoční hektické období může znamenat pro některé z nás psychické i fyzické vyčerpání. Nejrušnějším dnem pražských záchranářů bývá již tradičně oslava konce roku. I když jsou mnohdy

nároky na vytížení našich posádek opravdu veliké, věříme, že Pražany nezklameme a budeme vždy tam, kde nás bude zapotřebí.

Přejeme Vám klidné Vánoce, hodně zdraví a pohody v příštím roce

Tiskové oddělení ZZS HMP – ÚSZS
www.zzshmp.cz

TO NEJLEPŠÍ

Z DESKOVÝCH HER



WWW.MODERNIHRY.CZ

NEBO VE ZNAČKOVÝCH PRODEJNÁCH ALBI

SLEVOVÝ KUPÓN NA NÁKUP SPOLEČENSKÝCH HER

NC GALERIE FÉNIX Praha

OC LETŇANY Praha

15%

Sleva platí při předložení tohoto kupónu v pražských značkových prodejnách ALBI

Platnost kupónu je do 31.12.2009.

Slevu nelze kombinovat s ostatními slevami!

STŘEDOVĚK - netradiční slavnostní otevření kbelského parku

Městská část Praha 19 pro vás uspořádala v sobotu 24.10.09 vsutku netradiční slavnostní otevření kbelského parku a v rámci této uskutečnila středověkou slavnost se vším všudy, co k ní patří. O atmosféru středověku se v průběhu celého dne postaraly profesionální



soubory historického šermu a dobových tanců MERLET, udatní rytíři v soubojích, mnoho druhů středověké hudby a tanců, ohňová i fakírská show, dobové tržiště a ukázky starých řemesel. Věříme, že se naše akce u všech návštěvníků setkala s kladným ohlasem a že na všechny přichozí dýchlá doba středověku. Případné odezvy, náměty, od dětí obrázky všech možných zážitků ze slavnosti, toto



vše, prosím, směrujte na e-mail: sarka.egrtova@kbely.mepnet.cz.

Vzpomínka na Matěje Taufera a Vlastu Vejlupkovou

Přestože jsem svého pradědečka Matěje Taufera osobně již nezažila, neboť zemřel více jak dva roky před mým narozením, byl v naší rodině stále přítomen. Kromě fotografií rozvěšených na čestných místech a různých upomínkových předmětů, které pradědeček dovezl z cest a které podněcovaly moji zvědavost,



hlavně díky vyprávění Matějovy dcery, mojí babičky Vlasty Vejlupkové. Jako malá jsem u babičky ve Kbelích často pobývala a poslouchala příběhy o dalekých zemích, které pradědeček navštívil, ať už během své krátké „kariéry“ námořníka, nebo později jako letecký mechanik. Mnoho vzpomínek na pradědečka mám z dětství spojených s pobyty na jižní Moravě, kam jsme do Slavonic s babičkou jezdili za příbuznými do mlýna, v němž tehdy ještě žila pradědečkova sestra Josefka. Nejčastěji se vyprávění pochopitelně stáčelo na povstání v Boce Kotorské, kde se v roce 1918 bouřil spolu se svým nejlepším přítelem Josefem Vágnerem a ostatními námořníky, a na pradědečkovy zážitky z dálkového letu z Prahy do Tokia, kam letěl v roce 1927 s podplukovníkem Skálou. Původně s účastí na tomto letu váhal, neboť měl doma ženu a dvě malé děti a nechtělo se mu od nich na delší dobu pryč, nakonec po krátkém rozmyšlení nabídku přijal. Po překonání mnohých těžkostí přistáli v Tokiu, kde se konala velkolepá osmidenní oslava za účasti japonské vlády. Celý let byl značně dobrodružný, plný neuvěřitelných historek, které pradědeček s odstupem času rád dával k lepšímu. Na zpáteční cestě se několikrát dostali do značných problémů. Nad mořskou úžinou se stroje zmocnila nebezpečně silná bouře, později kvůli sacímu ventilku byli bohužel přinuceni nouzově přistát v tajze, demontovat letadlo a zbytek cesty domů dojet vlakem. Kvůli tomuto nepříliš šťastnému zakončení výpravy bylo jejich přijetí v Praze chladné a jejich cesta na dlouho zapomenuta, jejich statečnost nedoceněna. Později vyšlo o jejich odvážném dálkovém letu několik článků v odborných i populárních časopisech. V roce 1928 se Matěj Taufer zúčastnil spolu s kpt. Kallou na Š-216 leteckého závodu kolem zemí Malé dohody. Za války odmítl spolupráci s okupanty, odešel jako úředník do továrny Avie a spolupracoval s ilegálním hnutím. Po válce pracoval v Československých aeroliniích. Zemřel 3. listopadu 1971. Matěj Taufer nebyl jen vynikajícím

leteckým mechanikem. Byl velkým životním optimistou se smyslem pro humor, bouřlivákem, ale také velkým vlastencem, sokolem, nadšeným sportovcem, vášnivým rybářem, vynikajícím vypravěčem a znalcem lidí. Neměl problémy s aklimatizací v novém prostředí a dokázal si všude rychle získat přátele a příznivce svou otevřenou a veselou povahou. V neposlední řadě byl též milujícím manželem, otcem a posléze dědečkem. O jeho hluboké lásce k rodině svědčí i dopisy z cest, které jsem našla v babiččině pozůstalosti. Jako třeba právě ten z výpravy do Japonska, kde píše své dceři Vlastě: „Moje zlatá malá beruško, mnoho a mnoho jsem na tebe vzpomínal, ty moje malá všetečko, buď hezky hodná, přivezu ti hezkou panenku, ale musíš hezky poslouchat mamičku. Zdraví a líbá tě tvůj Tatiček.“ V současné době je možné spatřit část letadla, na kterém se s pplk. Skálou vydali do Tokia, ve vojenském leteckém muzeu ve Kbelích, spolu s několika fotografiemi. Řád vycházejícího slunce, nejstarší japonský řád udělovaný civilistům, vojákům i cizincům, kteří se zasloužili o Japonsko, jímž byl Matěj Taufer v Japonsku vyznamenán, je uložen v depozitáři vojenského muzea na Žižkově. Menší expozice jeho fotografií je vystavena i v Leteckém muzeu Viléma Göttha v Dačicích. Slavnostní otevření nových ulic ve Kbelích, pojmenovaných po Matěji Tauferovi a Josefu Vágnerovi, a odhalení pamětní desky, které se konalo 13. října 2009, je další splátkou dluhu tomuto odvážnému leteckému pionýrovi. Byla jsem velice ráda, že se této pocty mohla moje babička, paní Vlasta Vejlupková ještě zúčastnit. Ráda bych za to poděkovala organizátorům, zvláště starostovi Pavlu Žďárskému a tajemníkovi Josefovi Nyklesovi, kteří zároveň zajistili



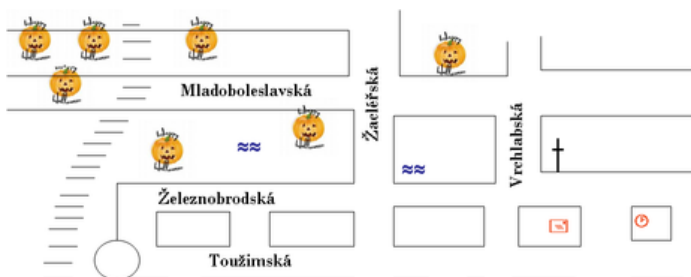
babičce dopravu sanitním vozem, bez něhož by vzhledem ke zdravotnímu stavu její účast již nebyla možná. Můj dík patří též posádce ambulance společnosti Hromas Michalu Rudolfovi a Kamilu Svobodovi, kteří se o babičku během slavnosti příkladně starali. Babička byla dlouhodobě těžce nemocná, nicméně přes veškeré zdravotní obtíže, se kterými se v té době potýkala, byla nesmírně šťastná a vděčná, že se tatínkova ocenění dožila a zúčastnila.

2. listopadu v brzkých ranních hodinách Vlasta Vejlupková tiše odešla za Matějem Tauferem.

Martina Veselá

S prvňáčky, s paní učitelkou a s rodiči – 2. část

Před letními prázdninami prvňáci, teď už druháci kbelské základní školy (třída 2.B) se dva měsíce po zahájení školního roku opět pustili spolu s rodiči a s paní učitelkou do dalších společných akcí. Chce se říci *Vlítli jsme do toho rovnýma nohama*, a to za tmy, se strašidly a u ohně. Doprovodné fotografie jsou vyvěšeny na třídním webu <http://1b.skola-kbely.cz>.



Halloween night aneb Seznamujeme děti se zvyky jiných kultur

Internetová encyklopedie Wikipedia říká, že Halloween je svátek, který se slaví 31. října, většinou dětmi, které se oblékají do strašidelných kostýmů a chodí od domu k domu s tradičním pořekadlem *Trick or treat (Koledu nebo Vám něco provedu)* a „koledují“ o sladkosti. Svátek se slaví většinou v anglicky

Chodit od dveří ke dveřím jsme si hned napoprvé netroufli, proto jsme předem domluvili ve kbelských ulicích dveře, které se koledníkům otevrou. Dýně, coby předem domluvené dveře, jsme zanesli do mapky, jenž nás vedla po koledě.

I nastal halloweenský podvečer. Sešli jsme se na zahradě jednoho tajemného kbelského domku. Na větvích stromů viseli oběšenci a tu a tam z větve na větev „přeskočil“ pavouk. Ze všech tmavých koutů se ozývalo *boo, boo, boo*. Tma nás naštěstí nepohltila úplně, protože světlo z dýní bylo silnější.

Na zahradě proběhla poctivá příprava malých i velkých strašidel - naučili jsme se tři říkanky a podle věku jsme se zahráli čajem či svařeným vínem. Poté jsme na nic nečekali a vyrazili jsme na halloweenskou koledu - koledovala malá strašidylka, velcí strašidláci jim kryli záda. Koleda dopadla bezvadně – u dveří svítily dýně, dveře se po zazvonění otevřely, domácí s nadšením poslouchali koledníky a s potěšením je obdarovali sladkostmi. Rozdělení koledy nastalo u ohně (na ohništi) v novém kbelském parku, který si bude muset na rozmanitost svých návštěvníků zvyknout. Jeho otevření bylo přímo královské a hned týden poté se v něm proháněla strašidla. Evidentně se jim tam líbilo.

Těšíme se, že příští rok budou ve Kbelích svítit dýně nejen u dveří v okolí Mladoboleslavské ulice a že se nakonec všichni společně sejdem po koledě u ohniště v parku.

Děkujeme MČ Praha Kbely za oficiální „zapůjčení“ parku



mluvících zemích, převážně v USA, Kanadě, Velké Británii, Irsku, Austrálii, Novém Zélandu a v mnoha latinskoamerických zemích. Po letošním posledním říjnovém dni doplňujeme, že se slaví i ve Kbelích.

strašidlům. Za rok přijdeme s žádostí opět, *boo, boo, boo, ...*

bvh

Účast Kbelského sboru na 16. ročníku soutěže o Putovní pohár zasloužilých členů „Hříměždice“

Hříměždice se nacházejí v okrese Příbram, v krásném přírodním prostředí. Sraz jsme měli v 7. 00 hodin u Hasičárny. Vyjeli jsme z Prahy směr Cukrák, kde byla první přestávka na kávu. Během hodiny jsme dojeli na Dobříš, kde následovala bezpečnostní přestávka, prohlídka města. Do Hříměždic jsme dojeli v 10, 30 hodin. Hříměždičtí hasiči nás velice dobře přivítali. Této soutěže se zúčastnilo 24 družstev mužů a 20 družstev žen. Kbely působily jako technická četa. Velice krásné počasí, zkrátka pohoda, klídek. Na závěr celého cvičení proběhlo slavnostní hodnocení celé soutěže. Kbelští hasiči získali krásný pohár, který osobně předala slavná zpěvačka, paní Helenka Vondráčková. Starosta Hříměždic poděkoval Kbelským hasičům a pozval nás na příští ročník. Velké poděkování patří Kbelským hasičům, kteří vzorně reprezentovali Městskou část Praha 19:

Jan Malovanik, Zdeněk Janoušek, Jirí Hýbl, Jaroslav Šulc, Josef Mikšovský.



CoByDup na středověké slavnosti

MČ Praha 19 nabídla našemu občanskému sdružení CoByDup možnost podílet se na přípravě středověké slavnosti organizované u příležitosti otevření Centrálního parku ve Kbelích v sobotu 24. října 2009. Tuto nabídku jsme s radostí přijali a uspořádali pohádkovou hru pro děti. Na dětském hřišti s lodí provázely maminky z našeho sdružení a další dobrovolnice (všechny



převlečené za princezny) děti hrou s názvem „Aby se drak nažral a princezna zůstala celá“. Na začátku hry se děti a jejich rodiče seznámili s pohádkovým příběhem o draku Podzimákovi, který přiletěl do království krále Kbelyslava, aby snědl princeznu Kbelandu. Děti však měly šanci princeznu zachránit. Pokud by se drak přejedl kaštiny, které podzimním drakům voní po princeznách, tak by už rozhodně neměl chuť princeznu sežrat. Nanejvýš by měl chuť princeznu požádat, aby mu skočila pro

limonádu. Tento vychytralý plán se dětem podařilo uskutečnit. Potřebné kaštiny děti získaly po splnění pěti úkolů: nalezení obrázků se středověkými motivy umístěných po hřišti, zvládnutí jízdy na divokém plyšovém oři, porážení kuželek, vypuštění papírové vlaštovky ze strážního koše a povzbuzení princezny a jejího bratra prince – loutky – veselou písničkou nebo vtipem. Nasbírané kaštiny děti tiše odnesly drakovi do sluje a pak si zašly k jedné z princezen pro sladkou odměnu.



Navíc prvních sto soutěžících dětí získalo krásnou papírovou růži a malou kbelskou pohádku vztahující se právě k novému parku. Tu si můžete přečíst také na našich webových stránkách. Děti přišlo nespočet a všechny plnily úkoly ostošest. Divokého plyšového oře si děti ochočily natolik, že je poslouchal na slovo, princezna s princem se i přes hrozící nebezpečí upřímně smáli vyprávěným vtipům a zpívali s dětmi jejich překrásné písničky, vlaštovky byly dětmi neohroženě posílány do teplých krajů a kuželky se divily, že leží tak často na zemi. A obrázky se středověkými motivy? Ty si říkaly, že si měly pořídit raketoplán a schovat se na oběžné dráze, protože tady na Zemi neměly šanci se před dětmi ukrýt. V podvečer musela být hra ukončena, jelikož drak byl přečpaný tak moc, až si všichni dělali starost, aby se mu neudělalo špatně. Nakonec však bezpečně odletěl pryč a princezny, i když padaly únavou, byly šťastné, protože je děti zachránily.

Děkujeme MČ Praha 19 za možnost zúčastnit se a za veškerou poskytnutou podporu, maminkám a dobrovolnicím děkujeme za přípravu a realizaci pohádkové hry a hlavně děkujeme dětem, že si s námi tak rády hrály!

Za o. s. CoByDup

*A. Nezbedová a M. Varga Beladiová www.mc-cobydup.cz
Krásné Vánoce a vše nej v roce 2010 přeje CoByDup!*

Zdeněk Petříček

Zaměření, výroba, montáž

- ➔ těsnění do oken a dveří
- ➔ markýzy
- ➔ čalounění vstupních dveří
- ➔ garnyže

- ➔ žaluzie a rolety
všech typů včetně venkovních
- ➔ shrnovací lamelové dveře,
vanové a sprchové zástěny
- ➔ síť proti hmyzu

Tel.: 286 884 339, 606 350 270



Salon Sylvia
Železnobrodská 764, Praha 9 - Kbely

- kosmetika MATIS PAYOT
- gelové nehty
- manikúra, pedikúra
- líčení (i svatební)
- prodej spodního prádla

Provozní doba: Po - Pá, dle objednávek
tel.: 286 856 363 mobil: 723 585 748

Těšíme se na Vaší návštěvu.

www.salonsylvia.wz.cz

Výživové poradenství

- konzultace v oblasti zdravého stravování
- redukční stravovací plány
- individuální stravovací plány na míru klienta
- ukázkové redukční i objemové jídelníčky
- doporučení vhodného pohybu pro klienta

Vše bez hladovění,
záračných
koktejlů a jojo
efektu!!



Objednejte si nezávaznou schůzku s výživovým
poradcem na uvedených kontaktech:

tel: 774255677, e-mail: daniela@flirtyflowers.cz

Městská část Praha 19
pořádá a zve všechny děti, rodiče i prarodiče
ze Kbel i okolí na nově pořádané kulturní akce

v sobotu 12.12.2009 od 15hodin
v Lidovém domě Kbely (Toužimská 244)



NA POHÁDKOVÝ MINIMUZIKÁL
NA MOTIVY BOŽENY NĚMCOVÉ

v podání divadelního souboru Julie Jurištové
(http://www.dediva.cz/dobro_a_zlo.htm).

Vstupenky v částce 70,-Kč/ks
bude možno zakoupit v pokladně MČ Praha 19 (tel. pokladna:
284080860)

či přímo před akcí v Lidovém domě Kbely.

LÉČÍTE SE DLOUHODOBĚ BEZ ÚSPĚCHU? REKONEKTIVNÍ LÉČBA

harmonizace těla i duše,
nová forma energetické léčby nemocí i postižení
s potvrzenými výsledky po celém světě.

informační Esoterický web, bylinky, feng -shui,
horoskopy, numerologie, léčitelství atd.

www.abracadabra.cz

VÝKLAD KARET -TAROT
odpovědi na Vaše otázky :
LÁSKA, ZDRAVÍ, PENÍZE, INVESTICE

OBJEDNÁNÍ SLUŽEB : mob. 777 878 822

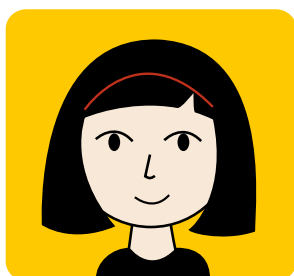
pobočky:

Praha 9, Hrdlořežská 8/208
(metro, B Vysočanská, A Skalka,
bus.č. 177, 195, 183, st.Pod Táborem
Praha 2, Vinohradská 38
(fitness) metro A,C Muzeum, A nám.Míru,
tram č.11 st. Italská

**s tímto vystřihnutým inzerátem
sleva 20%
na rekonektivní léčbu**

Výchovně vzdělávací projekt Dejme šanci dětem

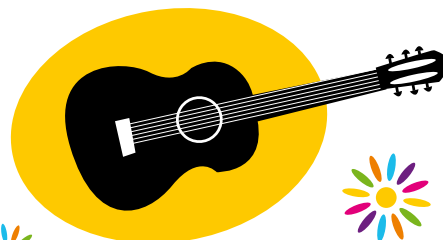
www.sance.cz



Přispějte 18leté Klarise z dětského domova na její přání získat řidičský průkaz.



Pomožte Danovi vyrůstajícímu v pěstounské rodině k tomu, aby se mohl pravidelně zlepšovat v hraní na kytaru.



Podpořte libovolným finančním příspěvkem děti vyrůstající v dětských domovech a v pěstounské péči a pomozte jim tak zvýšit jejich vzdělání a startovací šance pro vstup do běžného života.

Mají předpoklady a zájem, ale nemají finanční prostředky.

Pomůžete jim?



Projekt realizuje:

spolu dětem
obecně prospěšná společnost

Projekt podporuje:



HODNOTY ŽIVOTA občanské sdružení

Jak jsme toho byli svědkem...

Venku bylo sychravé podzimní ráno, které se nijak netvářilo, že by mělo uvítat výjimečný den pro Prahu a hlavně její kbelskou část. A přeci, toto sychravé ráno bylo pro mnoho lidí v Praze 19 velice významné. Byla totiž předposlední říjnová sobota roku 2009 a Kbeláci měli dostat od svých zastupitelů historický dárek – nový Centrální park Kbely. V okolí parku bylo, oproti běžně poklidným kbelským ráno, velice živo. Všude se míhali pořadatelé velkolepé akce, která otevření krásného zeleného parku uvozovala, a nad vším tím mumrajem stánkařů pořadatelů a již obhlížejících zvědavců, měla bedlivý dozor i policie. Byli jsme tu i my, občanské sdružení HODNOTY ŽIVOTA, kterým se dostalo té cti, abychom společně s Kbeláky mohli oslavit jejich velký den, a při té příležitosti i přiblížit naši činnost, která spočívá především v aktivní činnosti v naplňování ochrany veřejného zdraví a v pomoci při řešení problematiky drog, kriminality, a dalších společensky patologických jevů. Snažili jsme se, abychom udělali Kbelům jejich den ještě veselejší, a abychom pomohli šířit ze všech koutů vykukující radost z akce otevření parku, jenž byla velice dobře radnicí zorganizována. Po celý den se pak z amfiteátru, který rozšířen o velké pódium dominoval celému parku, šířila dobrá nálada do všech koutů parku, který byl lemován více či méně dobovými stánky a zbožím. Radniční infostan, který nám byl z části umožněn pro naši prezentaci užít, byl taktéž jedním z nich, avšak byl vlastně jediným, kde návštěvníci měli vše zdarma, a tak byl k naší velké radosti velmi oblíbenou zastávkou velké většiny procházejících. Ale rozhodně nelze říci, že by přichozím šlo jen malý dárek a letáček sdružení, který zde na ně čekal, protože

pozorný pozorovatel by si jistě všiml těch mnoha rozhovorů, často na velmi společensky zásadní téma, které u tohoto stánku bylo nadneseno. A není se co divit, vždyť mezi hlavní cíle občanského sdružení HODNOTY ŽIVOTA patří tak podstatné věci, jako jsou právní stát a lidská práva, lidské zdraví, úcta k lidské důstojnosti, svoboda a demokracie, rovnost, solidarita. Vždyť i k zábavě, a možná hlavně k ní neodmyslitelně náleží témata, která svojí důležitostí překračují životy každého jednotlivého z nás, a jejichž řešení nám umožňují organizovat a užívat si takovéto společenské oslavy. A právě z takových pohnutek společenské prospěšnosti se občanského sdružení HODNOTY ŽIVOTA snaží pomoci například poradenstvím, pomocí jednotlivcům i organizacím, komunikací a spoluprací s veřejností, školstvím a dalšími vzdělávacími institucemi, tvorbou a prosazováním moderních koncepcí a koordinací odborných programů, spoluprací se zahraničními i domácími organizacemi a sdruženími zabývajícími se podobnou činností, publikacemi a zprostředkováváním informací, organizací kulturních a vzdělávacích akcí, protože všichni co na této společenské pomoci spolupracujeme, věříme, že to má cenu, že náš svět může být prostě lepší, pro nás, pro naše děti. Na závěr bychom chtěli dodat snad jen slib, který jsme již před časem dali panu starostovi Pavlu Žďárskému, a to, že jestliže bude ze strany MČ Praha 19 zájem, pak některý ze svých následných projektů zaměříme právě na správní obvod MČ Praha 19, abychom pomohli Kbely přinejmenším udržovat stejně krásné jako je tomu dnes. Věříme totiž v HODNOTY ŽIVOTA.

Kateřina Březinová **předsedkyně sdružení HODNOTY ŽIVOTA občanské sdružení**

Tričko života

Originální způsob jak podpořit aktivity občanské sdružení HODNOTY ŽIVOTA. Pomozte nám ochraňovat ty nejcennější hodnoty lidského života, kterými jsou lidské zdraví, úcta k lidské důstojnosti, svoboda a demokracie, rovnost, solidarita, právní stát a lidská práva. Kupte si TRIČKO ŽIVOTA jen za 199,- Kč. Cena je samozřejmě vedena snahou, aby pomohla, a přitom nijak nezatěžovala žádný rodinný rozpočet, a proto také když se dohodnete s kamarádkou, v práci, v rodině a objednejte si více triček na jednu adresu, tak v takovém případě Vám bude částka 90 Kč za poštovné a balné, která není součástí ceny trička, účtována pouze jednou! Darujte k Vánocům TRIČKO ŽIVOTA, a dejte tak dárek i mnoha dětským duším.

Vyplněný kupon zašlete na adresu HODNOTY ŽIVOTA, občanské sdružení, Souběžná 171, 277 15, Tišice

Jméno a příjmení	Doručovací adresa	Počet kusů
Trička jsou výhradně v barvě občanského sdružení HODNOTY ŽIVOTA, která je žlutá, velikost (S,L,M,XL)		
Ke každé zásilce je účtováno poštovné a balné ve výši 90 Kč.		

STARÉ VÁNOČNÍ ZVYKY, KOUZLA A POVĚRY

Zanechme na chvíli toho věčného shánění, shonu a nervozity. Zastavme se a staňme se na okamžik zase dětmi, které se těší na VÁNOCE.

Zkusme si společně s nimi třeba připomenout staré vánoční zvyky.

Snad žádné období během roku není spojeno s tolika pověrami a kouzly jako právě Vánoce. Spousta obřadů a mýtů pochází z dávných předkřesťanských dob a byly spojeny se slavením zimního slunovratu.

V dobách, kdy o životě a smrti rozhodovala sklizeň a plodnost domácích zvířat se magické praktiky týkaly především zajištění dobré úrody. Věštilo se ale i o budoucnosti, zdraví,

dětech, lásce...

Po čase se některé z magických obřadů proměnily ve společenskou zábavu, oživující Štědrý den a noc o prvek tajemna, jiné byly zapomenuty. Povězme si alespoň o některých.

LODIČKY

Není mnoho lidí, kteří by alespoň jednou v životě o Vánocích nezkoušeli pouštět lodičky ze skořápek ořechů. Ale i tak si připomeňme, jak se to dělá:

Je velmi důležité, aby si svou lodičku každý zhotovil sám. Při věštbě můžeme položit jakoukoliv otázku týkající se lásky, rodiny, práce, úspěchů, majetku atd...

Smí se položit jen jedna jasně formulovaná otázka a to v okamžiku, kdy budete v lodičce zapalovat svíčku a spouštět ji na vodu.

A co všechno mohou lodičky prozradit ?

LODIČKA :

- **zůstala u břehu** - v příštím roce žádné změny, vše zůstane při starém
- **se hned potopí** - jakákoliv snaha zlepšit svou situaci bude marná
- **se při plavbě dotýká jiné lodičky** - láska a přátelství
- **utvoří kruh s ostatními** - bezproblémové soužití, vzájemná úcta, přátelství a tolerance
- **se ocitne uprostřed ostatních** - majitel lodičky potřebuje ochranu a pomoc, je zranitelný a citlivý
- **se ocitne mimo kruh** - majitel v nadcházejícím roce rodinu opustí
- **se točí v kruhu** - nerozhodnost, nevíte co od života chcete
- **se zhasnutou svíčkou** - neupřímnost, komplikovaný citový vztah
- **sama dopluje k druhému břehu** - získáte, po čem toužíte

ROZKRAJOVÁNÍ JABLEK

U štědrovečerní večeře se při této věštbě určovalo, jak to bude se zdravím jednotlivých členů rodiny v nadcházejícím roce. Každý si rozkrojil svoje jablko. Pokud se po rozkrojení objevila hvězdička, znamenalo to, že dotyčný bude celý příští rok zdravý. Objevil-li se křížek, nevěstilo to nic dobrého.

JMELÍ

Jmelí patří vedle stromečku také k vánocům. Této věčně zelené rostliny si povšimli již naši předkové. Připadala jim tajemná - vždyť roste vysoko v korunách stromů a její plody, bílé bobule,

se podobají perlám a dozrávají právě v prosinci. A protože bylo tajemné, mělo mít i kouzelné účinky.

Věřilo se tedy, že chrání před ohněm a zavěšovalo se do domů, aby bránilo v přístupu čarodějnicím a zlým duchům. Věřilo se, že přináší štěstí stejně jako podkova nebo čtyřlístek. Podle Keltů zajišťuje plodnost, proto se pod ním dodnes líbáme. Navíc přináší do domu štěstí, odvahu a lásku.

Ve středověku se používalo jako významná léčivá rostlina a moderní věda léčivé účinky jmelí potvrdila. Jmelí obsahuje látky snižující krevní tlak a podporující rozšiřování cév, a proto se z něj získávají tyto látky k výrobě léčiv proti arterioskleróze.

O jmelí také existuje mnoho legend. Podle jedné bylo jmelí kdysi stromem, z jehož dřeva byl zhotoven kříž, na kterém zemřel Kristus. Strom prý hanbou seschl, aby se přeměnil v rostlinu, která zahrnuje dobrem všechny, kdož pod ní projdou. Jmelí prý nosí štěstí tomu, kdo je jím obdarován, a nikoliv tomu, kdo si jej koupí sám.

Vánoční jmelí roste na listnatých stromech, jejichž listy na podzim opadávají a jeho užívání jako dekorativní vánoční rostliny se do Evropy rozšířilo z Anglie. Tento zvyk se u nás dodržuje dodnes a lidé stříbrné, zlaté či zelené snitky jmelí připevňují k lustru či dávají do váziček na stůl.

POVĚRY U ŠTĚDROVEČERNÍ VEČEŘE

- Podle tradice mělo být na štědrovečerním stole devatero pokrmů.
- Magickou moc měla plachta, pokrývající stůl. Na jaře z ní hospodář rozseval obilí, aby bylo pěkné a nebylo potlučené od krup.
- Pro hojnou úrodu bylo třeba sníst nejprve lžici hrachu.
- Někde vařili polévku s dlouhými nudlemi, aby mělo žito dlouhé klasy.
- Večeře se začínala a končila modlitbou, ve které se vzpomínalo na zemřelé členy rodiny.
- Hospodyně nesměla vstát od stolu, jinak by jí neseděly slepice na vejcích, obsluhovala tedy děvčata.
- Zbytky jídla byly zakopány do země, aby byla úrodná.

Potřebujete se zbavit přebytečného tuku?

Nejnovější neinvazní (bezbolestná) metoda určená k redukci přebytečných tukových polštářů. Dále poskytujeme trvalou depilaci, odstranění pigmentace, odstranění žilek, omlazení pleti a masáže.

Relaxační studio METATRON

Tel.: 603 393 029, 605 262 418

K Hutím 664/7, 198 00 Praha 9 – Hloubětín

email: SevenAngels@email.cz

Do konce roku zaváděcí ceny a slevové balíčky.



Před terapií

Po 4 terapiích

otevřeno denně 9:00- 21:00



ROZSVĚCENÍ VÁNOČNÍHO STROMKU

ZAČNE BRZY PRVNÍ ADVENTNÍ VÍKEND.
BLÍŽÍCÍ SE VÁNOCE JSOU TAK ZNÁT UŽ TĚMĚŘ VŠUDE.
K JEJICH ATMOSFÉŘE NEODMYSLITELNĚ PATŘÍ I ZPÍVÁNÍ
KOLED, VŮNĚ SKOŘICE A VANILKY, JAKOŽ I VÁNOČNÍ DOBROTY
A PŘEDEVŠÍM KRÁSNĚ OZDOBENÉ VÁNOČNÍ STROMY.

NA JEDEN Z NICH SE MŮŽETE PŘIJÍT PODÍVAT
V SOBOTU 5.12.2009
DO NOVÉHO CENTRÁLNÍHO PARKU VE KBELÍCH.

PROGRAM::

- 10H ÚVOD + POHÁDKA MRAZÍK – DIVADLO „HOUSLE NA STROMĚ“
V NASTUDOVÁNÍ: MARKÉTY KILINGEROVÉ, BARBORY MARYSKOVÉ, SONI TOMKOVÉ
10,50 – VÁNOČNÍ LEGENDY I.VSTUP
11,00 – DĚTI Z KROUŽKŮ FLĚTNY UČITELKY MONIKY ULRICHOVÉ
11,20 VÍLÍ POVÍDÁNÍ O VÁNOCÍCH
12,00 – VYSTOUPENÍ DĚTÍ ZE KBELSKÉHO KLOKÁNKU (FONDU OHROŽENÝCH DĚTÍ)
12,30 – TĚŽKÁ PÁRA I.VSTUP
12,45 - PŘÍPRAVA NA ROZSVĚCENÍ STROMEČKU
13,00 – BÁSNĚ A KOLEDY DĚTÍ ZE ZŠ ALBRECHTICKÁ
13,20 – VÁNOČNÍ LEGENDY II.VSTUP
13,40 – TĚŽKÁ PÁRA II.VSTUP
14,00 – VÍLÍ POVÍDÁNÍ S DĚTMI O MIKULÁŠI
14,30 – VÁNOČNÍ LEGENDY III.VSTUP
14,40 TĚŽKÁ PÁRA III.VSTUP - KOLEDY
15,00 – MIKULÁŠ - NADÍLKA



VÁNOČNÍ STROMEK SE ROZSVÍTÍ V 16,15H A IHNED POTÉ ZAČNOU ZPÍVAT DĚTSKÉ
SBORY BROUČKŮ A KAMARÁDŮ
POD VEDENÍM SBORMISTRYNĚ VERONIKY DVOŘÁČKOVÉ-ŽOFÁKOVÉ,
PO CELOU DOBU ZDE BUDE ŽIVÝ BETLÉM
MOŽNOST PROJÍŽDKY MALÝCH DĚTÍ NA OSLÍKOVI
VOŇAVÉ VÁNOČNÍ DOBROTY Z VÁNOČNÍHO TRŽIŠTĚ
DĚTI S RODIČI SI MOHOU VYZKOUŠET STARÉ VÁNOČNÍ ZVYKY (LITÍ OLOVA, VĚŠTĚNÍ
OSUDU Z JABLÍČEK, VÝROBA OZDOB Z PŘÍRODNÍCH MATERIÁLŮ ATD).

CELÝM PROGRAMEM PROVÁZÍ VÁNOČNÍ VÍLA Z OS COBYDUP.



PŘEJEME VŠEM POHODOVOU SVÁTEČNÍ NÁLADU
A TĚŠÍME SE, ŽE SI S NÁMI PŘIJDETE ZAZPÍVAT.



Chcete studovat v Praze a přitom získat anglické, celosvětově uznávané vzdělání?



Staňte se studentem, studentkou

Britského vzdělávacího centra Edexcel

Business Academy Prague, Vinořská 163, Praha 9 – Satalice

Co nabízíme?

- statut zahraničního studenta a s tím spojené všechny výhody včetně půlroční stáže
- mezinárodní a českou maturitu souběžně
- navazující mezinárodní bakalářské studium
- za výhodnou cenu online titul MBA
- doklad o ukončeném vzdělání uděluje londýnská centrála a příslušná univerzita v Anglii.



**Naše středisko je v Londýně
hodnoceno tou nejvyšší známkou kvality.**

Přijďte se přesvědčit a navštivte Den otevřených dveří v pondělí 7.12.2009,
nebo v sobotu 9.1.2010 na adrese Obchodní akademie Vinořská 163,
Praha 9 – Satalice od 8.00 hod. do 18.00hod. tel. 286857164, mobil:737785735
www.mbaonline.cz, nebo www.oapraha.cz

Přehled činnosti kbelského fotbalu

V letošní sezóně je opět spousta nových věcí, areál se mění před očima, neustále se budují lepší podmínky pro hráče, ale i diváky (ozvučení celého areálu, světelná tabule,...-viz obrázky). Co se týká herní činnosti, i zde je jedna velká novinka, a to založení C mužstva dospělých. Bohužel s herní činností nemůžeme



být spokojeni snad kromě mládeže /viz samostatné články/. A mužstvo dospělých je silně omlazeno, nastoupil k němu i nový trenér-p.Luboš Vondra. Podle kvality získaných hráčů byly očekávány lepší výsledky a rozhodně klidnější přezimování. Na podzim získaných 14 bodů a umístění na 11. místě tabulky vůbec neodpovídá potenciálu tohoto týmu. Hlavně mrzí zbytečné porážky na domácím hřišti a bohužel klesající kvalita hry. Je sice spousta hráčů zraněných nebo z jiných důvodů nehrajících, ale kádr je dostatečně široký, aby si s touto skutečností poradil. Do jarní části čeká mužstvo určitě spousta změn a hlavně hodně práce, ale pořád je s čím pracovat a věříme, že na jaře uvidíme vzestup do klidnější části tabulky. **B** mužstvo dospělých rozehrálo svou soutěž velmi pozitivně, zpočátku se drželo v horní části tabulky, ale také přišly slabší výkony a došlo k pomalému sestupu tabulkou. Hlavně po ostudné porážce doma se sousedními Miškovicemi (2:10) došlo bohužel k rezignaci trenéra Urbana

a tým čeká hlavně stabilizace kádra a určitě půjde herně opět vzhůru. **C** mužstvo dospělých se ve své soutěži pomalu rozkoukává, nemá kam sestoupit, to ho ale neomlouvá z toho,

že by muselo být poslední. I zde očekáváme velké jarní zlepšení. Všechna tato činnost by nešla realizovat bez podpory MÚ Praha Kbelý, firmy Teamstore.cz, dalších soukromých firem, ale i samozřejmě všech dobrovolných pracovníků a příznivců domácího klubu. Jejich důvěru bychom neradi zklamali. Nakonec velké poděkování náleží i místnímu fanclubu a dalším skalním fanouškům, pro které jsou podzimní výsledky velkým zklamáním. Ale pevně věříme v lepší jarní část soutěže. Ohromné poděkování náleží také Sboru dobrovolných hasičů Kbelý, kteří pravidelně spolupracují velmi obětavě s naším oddílem. V letošním roce se výrazně podíleli na opravě správné budovy (nátěr, oprava střechy, žlaby a svody,...), ale hlavní dík jim patří při opravě zavlažování, kdy několikrát za den udržovali hřiště pomocí kropící techniky. Každý si dovede představit, jak by hřiště vypadalo v letních měsících bez této pomoci. Proto děkujeme jmenovitě těmto hasičům: Jiří Hýbl, Jan Malovaník, Miroslav Šťastný, Jaroslav Šulc, Zdeněk Brabec, Zdeněk Janoušek, Josef Mikšovský.

22.1.2010 pořádá oddíl kopané Spartaku Kbelý tradiční ples sportovců v Lidovém domě, od 16 hod. Zde bude setkání trenérů, rodičů a mladých fotbalistů a od 20 hod. ples dospělých. Všichni jste srdečně zváni.

Přehled činnosti mládeže

Starší příprava

Ročník 2009/2010 zahájilo mužstvo starší přípravy podstatně lépe než předchozí. Bylo znát, že se kluci sehráli a získali zkušenosti. Kádr doplnilo 8 hráčů, kteří přišli z mladší kategorie. Bohužel aktivní fotbalovou kariéru ve svých 10-ti letech ukončil kapitán Radek Fiřtík (dal přednost basketu) a opora zadních řad Libor Rambousek (dal přednost golfu). V



létě jsme velmi slušně zahráli na turnaji v Běchovicích, kde jsme získali 2. místo. Soutěž jsme odstartovali velmi dobře – 4 výhry v řadě. Pak přišel částečný útlum, ale závěr podzimu už

jsme opět zvládli. Přezimujeme na 5. místě s malou ztrátou na tři týmy před námi. Z mužstva je třeba pochválit zejména Kubu



Griebela, Mirka Pastrňáka a Matěje Dolejšího za nasazení, bojovnost a přístup, Tomáše Vlase za výbornou hru v útoku,

spolehlivost a střelbu gólů, Honzu Zalužanského za dobré výkony v brance, Kubu Váňu za všestrannost, Jirku Lustika za vedení obrany a rozehru. Naším cílem pro jarní část sezony je udržet podzimní výkony a výsledky a pokusit se dosáhnout na 3. místo v tabulce. Rozhodně na to máme. Na jaře bychom také rádi zahájili tréninky na „velkém“ hřišti a začali tak kluky připravovat na přechod do vyšší věkové kategorie. Děkujeme rodičům za podporu a fandění při zápasech!

Mladší příprava Spartak Kbely

Po podzimní části ročníku 2009/2010 je naše příprava na 7. místě. Musíme mít velkou trpělivost, protože výchova malých fotbalistů je „běh na dlouhou trať“ a některé výsledky a výkony jsou jak na houpačce. Umíme podat výborné výkony /např. proti Jižnímu Městu nebo týmu z Krče, kteří patří k nejlepším v naší skupině. Umíme však také dostat 2 góly v jedné minutě, jako v Dubči, trápit se např. na Junioru a v Dolních Počernicích. Zlepšení je poznat i na zvýšeném počtu vstřelených branek. V zimě budeme trénovat v tělocvičně a jsme přihlášení na zimní halovou ligu v Běchovicích.

V březnu budeme pořádat turnaj „O kbelský koláč“.

Protože naši malí fotbalisté jsou prima parta, sejdem se na Mikuláše a rozloučíme se společně s podzimní sezónou. Děkujeme trenérům a rodičům, kteří nám hodně pomáhají.

TJ SOKOL KBELY – Mladoboleslavská 209, Praha – Kbely

Oddíly:

AEROBIK: pí. Bezkočková, Zárubová, Hájková, VEDOUCÍ Šimáková

ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ ŽENY A MUŽI: Englová

STOLNÍ TENIS MUŽI: Vladimír Srb, Vladimír Svoboda 723811869, (www.ping-kbely-pong-ct.wz.cz), předsedkyně Eva Bartoňová

CVIČENÍ DĚTÍ 3 až 8 let: pí. Sládková

ODBÍJENÁ MUŽI: Minařík Oldřich (rekreace)

ODBÍJENÁ ŽENY: Kyrálová Kamila 606591121 (soutěž Praha)

KOŠÍKOVÁ: Zdeněk Šedivý:

MUŽI A – PŘEBOR A	DOROST 20 – PŘEBOR PRAHY – DO 20 LET
MUŽI B – PŘEBOR B	ST.DOROST – PŘEBOR PRAHY – DO 18 LET
MUŽI C – TRÍDA A	ML.DOROST – PŘEBOR PRAHY – DO 16 LET
MUŽI D – TRÍDA B	MINIBASKET

(spojení na internet – e-mail: grusa@volny.cz a cebakjiri@seznam.cz)

POZEMNÍ HOKEJ: Jiří Kačmařík – PŘÍPRAVKA, ML.ŽÁCI, ST.ŽÁCI, DOROST, MUŽI – I.LIGA (kontakt – www.phsk.wz.cs)

KOŠÍKOVÁ REKREA: MUŽI (CYKLISTIKA)

KOPANÁ: sekretář – Mgr.Tomáš Minařík 739054783

AFK KBELY: ředitel oddílu Jan Musel, manager Tomáš Haniak (spojení – www.kbelyfotbal.wz.cz)

MUŽI A – I.A TRÍDA – trenér Luboš Vondra	MUŽI B – II.B TRÍDA – trenér Jaroslav Urban
MUŽI C – III. TRÍDA	ST.PŘÍPRAVKA – II.TR.SK.C. –H.Vlas
ML.PŘÍPRAVKA – II.TR.SK.E-E.Haniaková	PŘEDPŘÍPRAVKA – 2003_2007
ML.ŽÁCI – 1998_1999	

VYHLÉD – NAPLNIT VŠECHNY ML.KATEGORIE =DOROST,ŽÁCI!

ROZVRH HODIN V SOKOLOVNĚ

PO		ST	
15.00-17.00	KOPANÁ	15.30-17.30	KOŠÍKOVÁ
17.00-18.00	ZTV DĚTI – p.Sládková	17.30-18.30	POZ.HOKEJ – PŘÍPRAVKA + ML.ŽÁCI
18.00-19.00	POZ.HOKEJ – PŘÍPR.+ ML.ŽÁCI	18.30-19.30	POZ.HOKEJ – ST.ŽÁCI + ML.DOROST
19.00-20.00	AEROBIK	19.30-21.00	
20.00-21.00	ZDRAV.CVIČENÍ (ŽENY + MUŽI)		
ÚT		ČT	
15.30-17.30	KOŠÍKOVÁ	16.00-17.00	
17.30-19.30	POZ.HOKEJ – ST.ŽÁCI + ML.DOROST	17.00-19.00	ODBÍJENÁ – MUŽI – ŽENY – REKREACE
19.30-21.30	MUŽI		
		PÁ	
		15.30-17.30	KOŠÍKOVÁ
		17.30-21.30	KOPANÁ

Hasiči SDH Kbely nezapomněli ani o prázdninách...

Hasiči SDH Kbely nezapomněli ani o prázdninách...
Hned začátkem letních prázdnin 4. a 5. července 2009 se v Třebíči uskutečnilo Mistrovství republiky v disciplínách 100 m překážek a dvojboj jednotlivců. SDH Kbely reprezentovala Klára Vondřichová, kterou čekaly dva náročné dny. Do Třebíče se odjíždělo velmi brzy ráno, po příjezdu se závodníci ubytovávali a následovala jejich registrace. Odpoledne se soutěžilo v běhu na 100 m překážek a poté ještě testy z požární všestrannosti. Druhý den dopoledne proběhla soutěž v dvojboji



kostelík a rozhlednu a nakonec jsme si vychutnali krásu slavnostního nástupu a vyhodnocení. Další akcí o prázdninách byla dobrovolnická účast na hasičských mezinárodních soutěžích, která se konala 17. – 26. července 2009 v Ostravě. Zúčastnili se členové SDH Kbely Ladislav Babuš, Hana Ondřejová, Michaela Moravcová a dorostenci Ladislav Moravec a Marie Petříková. Po pátečním příjezdu jsme se ubytovali na

studentských kolejích v Ostravě-Porubě. V sobotu jsme se seznámili s pracovními činnostmi všech dobrovolníků jakožto personálu zajišťující hladký průběh soutěží. Dorostenci pomáhali s ubytováním všech soutěžících nejen z Čech, ale i z celého světa. Od neděle byla naše práce na směny, protože jsme pomáhali při rychlejším odbytu strážníků při snídaních a večerech na menze v Porubě a při obědech na stadionu ve Vítkovicích. Pro přesun jsme používali místní „šaliny“. Ostatní pracovali v úklidové četě. Ve volných chvílích si bylo možné prohlédnout Ostravu, její památky a historii, nebo se dívat a povzbuzovat Czech team. Po nedělním návratu nám bylo jasné, že to byl moc krásný, i když pracovní týden, na který budeme ještě hodně dlouho vzpomínat. Členové dobrovolných hasičů Kbely nejen sami soutěží a připravují se na opravdový požární zásah, ale pomáhají Požárnímu

července 2009 se v Třebíči uskutečnilo Mistrovství republiky v disciplínách 100 m překážek a dvojboj jednotlivců. SDH Kbely reprezentovala Klára Vondřichová, kterou čekaly dva náročné dny. Do Třebíče se odjíždělo velmi brzy ráno, po příjezdu se závodníci ubytovávali a následovala jejich registrace. Odpoledne se soutěžilo v běhu na 100 m překážek a poté ještě testy z požární všestrannosti. Druhý den dopoledne proběhla soutěž v dvojboji



hasičskému sboru při krizových stavech nebo jako dobrovolníci na různých akcích. Vždy je o zážitky a dobrý pocit z odvedené práce postaráno. SDH Kbely – Mladí hasiči pracují po celý rok. Každé pondělí se schází od 16,30 hod do 18,30 hod v klubovně, do konce roku 2009 ještě ve staré Hasičské zbrojnici, ale od nového roku již v nové budově HZ. Všichni, kdo máte zájem seznámit se blíže s prací dobrovolných hasičů a stát se členy SDH Kbely, tak neváhejte a přijďte mezi nás. Vítejte všechny děti od 6 do 15 let, ale i ty starší od 15 do 100 let.

Přijďte mezi nás, všechny vás srdečně zve

*Michaela Moravcová, Hana Ondřejová
Vedoucí MH Ladislav Babuš
www.kbely.hasicipraha.eu
foto: Ladislav Horáček*

KKK – Kulturně kritický koutek

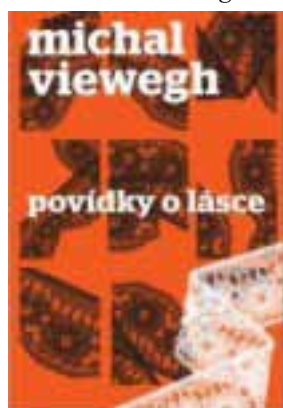
Vážení kulturní příznivci,

pomalou a jistě se blíží zima a spolu s ní čas adventní a konec roku. Je to doba pro mnohé krásná a velmi oblíbená, avšak pro některé období stresu a velkých příprav. Je těžké v této hektické době pomýšlet na kulturu. Málokdo z nás má čas navštívit divadlo, nějakou výstavu nebo doma odpočívat při čtení knihy svého oblíbeného autora. Nicméně se Vám pokusím nabídnout několik tipů, jak obohatit Váš kulturní život. A protože není jednoduché uspokojit každého, nabízím tentokrát jakýsi mix kultury v několika podobách...

Kniha: Povídky o lásce (Michal Viewegh)

Náš neúspěšnější současný spisovatel vydal 8. října svou další románovou knihu s názvem Povídky o lásce. Základním tématem knihy je láska v nejrůznějších podobách a odstínech. Jejím obsahem je šestnáct povídek, ve kterých autor využívá své umění, kvůli kterému je právě tak úspěšný a populární. Je to například tématická pestrost, kompoziční dovednosti a tradiční ironický nadhled. Láska znamená podle Viewegha milence mladé i staré, manžele, ale i staré mládence nebo vdovy, vášně skrývané i přiznané, ale také složitý vztah syna a umírajícího otce. Pokud patříte mezi milovníky Michala Viewegha a jeho tvorby, pak Vás tato kniha určitě potěší, třeba jako vhodný dárek. I v kbelské knihovně se jistě zanedlouho objeví.

Tip: Michal Viewegh na web stránkách pořádá soutěž pro začínající spisovatele. Potrvá minimálně do února a spočívá v tom, že sám Viewegh napsal úvodní kapitolu a každá další je vybírána od začínajících spisovatelů. Soutěž má již velký ohlas a kapitoly se jen hrnou. Vítěz, jehož příspěvek byl vybrán, obdrží finanční obnos a nakonec vyjde celá kniha (o té Vás budu včas informovat). Takže začínající spisovatelé, nebojte se zapojit a třeba hned teď napište svou kapitolu. Zkusit to může každý, a kdo ví, třeba se ve Kbelích ukrývá další Michal Viewegh!



Kino: Twilight – New Moon (Stmívání 2)

Romantická upíří saga, která loni v kinech trhala rekordy návštěvnosti, má své pokračování!

Filmy jsou natočené podle bestselleru Stephenie Meyerové – Stmívání, které má i v knižní podobě několik dílů. Čím film o upírech, kterých existují stovky, tak zaujal? Jistě tím, že se jedná o romantickou záležitost, v hlavní roli s mladými a přitažlivými herci. Hlavní hrdinka je úplně obyčejná holka, se kterou se tedy může ztotožnit každá z nás. Tím nejdůležitějším je ale to, že tito upíří jsou „vegetariáni“ – nesají lidem krev. Takže z tuctového příběhu, kdy se mladý upír zamiluje do obyčejné holky a musí ji chránit před svými druhy, se stává pravý opak. Rodina upírovi slečnu chrání, tráví s ní volný čas a dokonce jí i vaří. Ovšem

ne všichni upíří jsou jako tato rodina... A vida, máme zápletku. Stmívání 2 by mělo mít v ČR premiéru 26. listopadu. Uvidíme, zda překoná úspěšnost předchozího dílu a jak bude zápleтка pokračovat. Ovšem pro ty, kteří lační po lásce, je tento trháček tou správnou porcí romantiky...

Koncert: Pro ty z Vás, kteří najdou kousek kultury například v živé muzice, přináším přehled koncertů, které jistě stojí za to navštívit...

Helena Vondráčková – vánoční koncert v Lucerně, 19. – 20. 12., vstupenky 290 – 1290 Kč

Janek Ledecký – vánoční koncert, divadlo Hybernia, 21. 12., vstupenky 299 – 799 Kč

Marie Rottrová – advent koncert, kostel sv. Šimona a Judy, 27. 11., vstupenky 380 – 580 Kč

The Prodigy – již rozpadlá světoznámá kapela vyrazí na poslední koncert – nenechte si ujít!

Tesla aréna, 27. 11., vstupenky 890 – 1290 Kč

Tip: Vítково kvarteto – „papežové českého hardrocku“, LD Kbely, 27. 11., vstupenky 220 Kč



Divadlo: Cyrano z Bergeracu (činohra Národního divadla)

David Prachař, Saša Rašilo, Jan Dolanský, Vladimír Brabec nebo například David Matásek. Nejlepší z nejlepších, jež byli zařazeni do souboru Národního divadla. Cyrano je Rostandovo klasické drama. Manifest cti, mužnosti, lásky a přátelství. Tedy hodnot, potřebných vždy a každému. Cyrano žije v českém divadelním světě více než jedno století. Na scéně Národního divadla je uváděn vždy v nepřekonatelném překladu Jaroslava Vrchlického.

Tip: Čertův švagr – muzikál pro děti v LD Kbely, 12. 12. 2009

Carmen – nejúspěšnější muzikál současnosti v pražském Karlíně nekončí! Nyní jsou již v předprodeji lístky na rok 2010. Myslím, že o tomto „démantu všech muzikálů“ bylo napsáno mnoho. Nicméně všem, co ještě neměli tu možnost představení shlédnout, doporučuji! Na začátku se Vám zatají dech a garantuji, že to přejde až dlouho po konci představení. A moje malé velké tajemství: pokud budete mít štěstí, uvidíte v Carmen i zpěvačku ze Kbel. Kdo si pamatuje X-factor a můj speciál v KKK, jistě už ví...

Doufám, že nabídka tipů byla rozmanitá a každého z Vás v ní něco zaujalo. Udělejte si radost, hodte všechny starosti za hlavu a věnujte alespoň jeden Váš večer kultuře v jakémkoliv podobě. Uvidíte, že i takto se dá odpočívat a navíc budete obohaceni o jedinečný zážitek...

Přeji krásné kulturní zážitky a prožití Vánočních svátků.

Barbora Andělová
Referent OŽPD

Nabídka volnočasových aktivit ve Kbelích

Nabídka volnočasových aktivit ve Kbelích

Informace týkající se nabídky volnočasových aktivit ve Kbelích volně navazuje na výsledky průzkumu na téma komunitní plánování, který probíhal nejen ve Kbelích, ale rovněž ve Vиноři a Satalicích, v květnu a červnu letošního roku. Jednou z kapitol zpracovaného průzkumu je oblast volnočasové nabídky ve Kbelích, které se budeme následně věnovat.

Přestože MČ Praha 19 pokládá dlouhodobě otázku trávení volného času kbelských dětí za stěžejní a z tohoto důvodu představitelé MČ Praha 19 již tradičně pokračují v podpoře



provozování zájmových kurzů a kroužků jak po materiální, tak i personální stránce, výsledky uvedeného průzkumu hovoří o tom, že téměř polovina dotázaných obyvatel není s nabídkou volnočasových aktivit ve Kbelích spokojena. Celková nespokojenost s nabídkou volnočasových aktivit či akcí jde napříč celým spektrem dotázaných, určitou roli však hraje přítomnost dětí v rodinách a věk respondentů; rodiny s dětmi a respondenti ve věku 36 – 45 let jsou vůči nabídce volnočasových aktivit o něco kritičtější, než jiné skupiny respondentů.

Méně než desetina dotázaných je jednoznačně přesvědčena o

tom, že děti a mládež v Praze 19 mají pro trávení volného času dostatek možností, necelá třetina si „spíše“ myslí, že takových možností je dost, avšak s dílčími výhradami. Naopak téměř dvě pětiny dotázaných se přiklánějí k negativnímu hodnocení volnočasové nabídky pro děti a mládež. Zbývající podíl dotázaných (4%) je jednoznačně přesvědčen o nedostatečnosti nabídky.

Necelá čtvrtina respondentů postrádá v nabídce zájmové kroužky. Konkrétně mají na mysli výtvarný kroužek, sportovní kroužky, modelářský, pohybový a taneční, hudební (např. kytara, flétna, housle), jazykové, dramatický, turisticko-ekologický, keramiku. Necelá pětina postrádá v nabídce sportovní kluby, a to tenis, míčové hry kromě fotbalu, všestranný pohybový rozvoj pro děti, bojové sporty, stolní tenis, plavání, volejbal, florbal, squash, badminton a cyklistika.

Z následného jednání představitelů MČ Praha 19 s veřejností, které se konalo ve středu 21. října 2009 v sále LD Kbely, vyplynula spíše nedostatečná informovanost nebo neznalost ze strany nových obyvatel, než skutečná neexistence těchto aktivit.

Pro úplnost uvádíme kroužky a následně i hudební kurzy, které lze kbelskými dětmi a mládeží navštěvovat. MČ Praha 19 uzavřela se ZŠ Albrechtická partnerskou dohodu, že **kroužky provozované v prostorách školy mohou navštěvovat všechny kbelské děti bez ohledu na sídlo základní školy (případně mateřské), kterou navštěvují. To znamená, že rozhodně není podmínkou navštěvovat konkrétně kbelská školská zařízení.**

Informace o pořádání kurzů a kroužků mohou případní zájemci získat v úseku školství a kultury ÚMČ Praha 19 u pí. Ulrichové (tel.284 080 850, 775 590 386), nebo přímo u lektorů. Zápisy do kurzů i kroužků lze uskutečnit s každým nadcházejícím pololetím školního roku s tím, že lze dohodnout přímo s jednotlivými lektory nástup i v průběhu školního roku, jestliže je v kroužku či kurzu volné místo. U jednotlivých lektorů jsou rovněž k dispozici přihlášky včetně složenek pro placení, v případě ZŠ u zástupkyně, pí. Benešové.

Městská část Praha 19 ve spolupráci se ZS Albrechtická otevřela ve školním roce 2009/2010 tyto zájmové kurzy a kroužky:

Název volnočasové aktivity	Pro koho je určena	Místo konání	Informace získáte:
Angličtina	Děti 1. a 2. tříd	ZS Albrechtická	286852209, p. Blažek
Ekologické praktikum	Děti 2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, p. Svec
Florbal	Děti 1. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Hrdá
Zobcová flétna	Děti 1. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Koutníková
Historický seminář	Děti 2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Nováková
Informatika	Děti 2.-5. tříd	ZS Albrechtická	286852209, pí. Srbová, Minaříková
Karate	Bez věkového omezení	ZS Albrechtická	286852209, p. Zvěřina
Keramika	Děti 1.-2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Jiskrová
Konverzace v ruském jazyce	Děti 2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Stejskalová
Míčové hry	Děti 4. tříd	ZS Albrechtická	286852209, pí. Pavličková
Moderní gymnastika	Děti 1. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Sajfřtová
klavír	Děti 1.-2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, pí. Hónsová
Tanec pro děti	Děti 1.-2. stupně	ZS Albrechtická	602194636, pí. Dluhošová
Historický seminář	Děti 2. stupně	ZS Albrechtická	286852209, p. Korenčík
Vybíjená	Děti 6. tříd	ZS Albrechtická	286852209, pí. Suchá
klavír	Cca 5 – 16 let (dle dohody)	LD Kbely	605787109, pí. Lukášová, 28603949, pí. Novotná,
klavír a zobcová flétna	Od 5 let dle dohody	LD Kbely	775590386, pí. Ulrichová

Informace o cenách jednotlivých volnočasových aktivit lze zjistit přímo u jednotlivých lektorů.

*Monika Ulrichová, DiS.
Úsek školství a kultury*

Z naší knihovny....

Vážení a milí čtenáři, znovu se kalendář blíží ke svému konci a všichni se připravují na nejkrásnější svátky v roce. Opět nezbývá než bilancovat uplynulé období. Pro kbelskou knihovnu byl rok 2009 velice příznivý. Podařilo se úspěšně zrealizovat několik krásných výstavních projektů, nadále výborně funguje spolupráce s místní ZŠ i MŠ. Díky navýšení rozpočtu Úřadu MČ P-19 bylo zakoupeno velké množství zajímavých knižních titulů.

V současné době čítá knihovní fond přes 9 000 svazků a knihovnu navštěvuje 567 registrovaných čtenářů. V měsíci říjnu byla v knihovních prostorách uvedena výstava amatérského sdružení DANAE, jenž se setkala s mimořádným ohlasem. Celá expozice bude prodloužena až do 18. 12. 2009. Počátkem února 2010 budou jistě všichni znovu potěšeni vernisáží a výstavou fotografické tvorby pana Jaroslava Jocha s jeho přírodními scénériemi Šumavy. Tato akce bude

první z řady kulturních programů, které



jsou připraveny v rámci oslav k 5. výročí umístění kbelské knihovny v nových prostorách radnice. Pro čtenáře bude také malým překvapením prezentace historických publikací minulého i předminulého století z archivního fondu naší knihovny. Ještě však něco málo k akcím pořádaným v závěru letošního roku. Při příležitosti mikulášského setkání a slavnostního rozsvícení kbelského vánočního stromu v novém centrálním parku připravila knihovna nabídku a prodej knižních publikací nejen s vánoční tematikou, neboť pěkná kniha pod stromečkem by zajistí mnohým udělala radost. Pro předškoláčky z obou kbelských MŠ je uchystána na prosinec beseda s oblíbenou spisovatelkou Petrou Braunovou, která přijede představit nejmladším čtenářům svoji tvorbu pro děti. Rodiče budou moci zajistit svým dětem vybranou knihu i s podpisem autorky. Místní knihovna Kbely bude v době vánočních prázdnin uzavřena v termínu od 22. 12. 2009 do 3. 1. 2010.

Všem čtenářům i návštěvníkům kbelské knihovny přejeme krásné Vánoce, zdraví, lásku a mnoho úspěchů v novém roce 2010.

Za knihovnu Kbely Iveta Novotná

Literární programy v knihovně pro žáky ZŠ ve šk.roce 2009/2010

1. třída První čtení, ilustrace v dětských knihách (16. 3. 2010)
 - beseda se spisovatelem (leden 2010)
 - slavnostní pasování prvňáčků na čtenáře (8. 6. 2010)
2. třída Příběhy o dětech, slavní čeští spisovatelé knih pro děti (27. 10. 2009)
3. třída Pohádka - významní autoři české i svět. literatury (9. 2. 2010)
4. třída Pověsti a báje (19. 1. 2010)
5. třída Známí autoři české i světové dobrodružné literatury (leden 2010)
6. třída Pověstivá tvorba pro mládež českých i světových autorů (13. 4. 2010)
7. třída Literární díla zpracovaná ve filmu i na divadle (1. 12. 2009)
8. třída Beseda se spisovatelem – současná tvorba pro mládež (květen 2010)
9. třída Beseda se spisovatelem – současná tvorba pro mládež (květen 2010)
 - příp. exilová a samizdatová literatura

Literární programy pro MŠ v knihovně 2009/2010

MŠ Albrechtická

- | | | |
|--------|-------------------|--------------------------|
| 3. 11. | III. tř. Berušky | Příprava přírody na zimu |
| 5. 1. | II. tř. Medvíďata | Zima |
| 2. 3. | I. tř. Kuřátka | Začíná jaro |

MŠ Letců

- | | | |
|--------|------------------|-------------------------------|
| 6. 10. | VI. tř. Kytíčky | Podzim-nejnámější ilustrátoři |
| 8. 12. | V. tř. Sluníčka | Vánoce dříve a dnes |
| 2. 2. | IV. tř. Motýlci | Předjaří |
| 6. 4. | III. tř. Kočičky | Máme rádi zvířátka |
| 4. 5. | II. tř. Žabičky | Jaro-všechno kvete |
| 1. 6. | I. tř. Broučci | Svět kolem nás |

pro předškoláky je připravena beseda se spisovatelkou Petrou Braunovou (úterý 15. 12. 2009)

Nejzajímavější knižní přírůstky za poslední čtvrtletí:

Knihy pro děti a mládež:

Salariga D. - Nejslavnější příběhy řecké mytologie
 Kahoun J. - O autech-Pohádky
 Kahoun J. - Jak se mají včelí medvídci?
 Pohádkové dárky Josefa Lady
 Krtek a Vánoce
 Steklač V. - Velké Bořkovy lapálie
 Brukner J. - Jak šel kocourek do světa
 Wilsonová J. - Jacky snílek
 Adamsová G. - Tři malé pirátky
 Braunová P. - Princové nemyjou záchody

Knihy pro dospělé:

Körner VI. - Smrt sv. Vojtěcha
 Cartland B. - Dáma a lupič
 Crombie D. - Zelený hrob
 Šottnerová D. - Lidové tradice
 Robertsová N. - Srdce oceánu
 Kosatík P. - Jan Masaryk-pravdivý příběh
 Collinsová J. - Ženatí milenci
 Tarantino Q. - Hanebný parchanti
 Christie A. - Vražda v postranní ulici
 Braunová P. - Kalvárie
 Vondruška - Krev na lopuchu
 Praha ve stínu hákového kříže

„Nebýt služeb rané péče, nebyla by naše dcera tam, kde je dnes,“ říká jedna z klientek Služeb rané péče.

20 let na cestě – Týden rané péče 23. - 29.11.

Představit profesionální služby center rané péče, které v současné době poskytují pomoc celkem 624 rodinám dětí s postižením zraku v celé České republice – to je cílem Týdne rané péče, který i letos pořádá Společnost pro ranou péči ve spolupráci s ranou péčí Diakonie a Tamtam. Díky pomoci jejich pracovníků mohou rodiče vychovávat dítě s postižením doma a nedávat jej do ústavu.

„Raná péče je v České republice profesionální sociální službou prevence a je proto poskytována zdarma, hrazena je ze státní dotace na sociální služby. Je zaměřena na pomoc celé rodině – rodičům i zákonným zástupcům poskytují odborníci potřebné informace, služby a terapie tak, aby se mohli kompetentně a zodpovědně starat a vychovávat vlastní

sama za sebe byla schopna zajistit takové vědomosti, které by naučily dítě vidět,“ říká paní Jahnová, které se před osmi lety narodila ve 27. týdnu dcera Rebeca s porodní váhou 740 g. a pokračuje: „*Z porodnice jsme byly propuštěny s diagnózou retinopatie nedonošených stupeň IV na obou očích. Prakticky to vypadalo na slepotu. V průběhu první návštěvy na očním oddělení jsme obdrželi kontakt na Středisko rané péče. Dnes už si zpětně nepamatuji, co jsme očekávali, ale vím, že celá spolupráce měla smysl. Poradkyně byla při každé návštěvě v naší rodině ochotna vyslechnout a naslouchat, co se děje, přinášela náměty na práci s dcerkou a vše vždy prakticky ukazovala, v momentech klesání na mysli podala naprosto samozřejmou podporu a oporu. Byli jsme naučeni zvláštním hrám, které však viditelně rozvíjely zrakové možnosti naší dcery. I když ve vývoji dítěte*

kvadruparéza, kortikální poškození zraku, levostranná hluchota a několikrát denně se opakující epileptické záchvaty (Westův syndrom). Na počátku našeho života s Honzíkem se odehrála jedna z nejdůležitějších věcí, která velmi ovlivnila náš dosavadní život. Bylo nám dovoleno odhalit kouzlo Rané péče a mohli jsme se s úlevou schovat pod její ochranná křídla,“ popisuje příběh své rodiny Lucie Šánová, klientka služby rané péče SPRP.: „*Během nemocničního pobytu se mě jeden lékař zeptal: Víte, on bude hodně postižený. Ta prognóza není moc dobrá. Nechcete ho dát do ústavu? Ne? Výborně, tak tady ho máte... A odešel. Dál už jsme ho nezajímali. A já jsem stála jako opařená. Jak si vůbec dovolil se na něco takového zeptat? A to je všechno? Co si máme počít? Byli jsme v začátcích opravdu bezradní. Až mě zachránila věta jedné maminky, dnes již naší nejlepší kamarádky. Úplně obyčejně se zeptala: A už jste zavolali Ranou péči? Oni jsou dobří, pomohou. Dodnes si pamatuji tu situaci. Natolik byla pro nás důležitá.“*

Mottem letošního Týdne rané péče, který se koná od 23. do 29. listopadu 2009, je stručná zpráva: „20 let na cestě“. Speciální program v tomto týdnu připravilo každé pracoviště. V Praze můžete například zajít do kavárny Dobrá trafika v Korunní ulici a naučit se znaky pro čaj, kávu, mléko a cukr – obsluhovat tu totiž budou neslyšící studenti; nebo navštívit s dětmi Tesco – nákupní centrum Smíchov a zkusit si, jak se učí děti dívat a komunikovat. Podrobnosti a harmonogram sledujete na www.ranapece.cz

Osvětový týden letos podpořila řada známých osobností:

Mathilda Nosticz: „Práce Středisek rané péče si nesmírně vážím. Jsou to fundovaní odborníci a jejich pomoc je nepostradatelná pro všechny rodiče, kterým se narodí zrakově postižené dítě. Pro rodiče je to zejména psychická podpora, tak důležitá při péči o jejich dítě.“

Jiří Ornest: „Rád bych vyjádřil svou bezvýhradnou podporu aktivitám společnosti pro ranou péči. Poskytování bezplatné pomoci rodinám, kterým se narodilo postižené dítě a to pomocí okamžité, tak, aby dítě nebylo odkázáno na sociální ústavy a mohlo zůstat u svých rodičů, to je práce před kterou nezbyvá, než smeknout klobouk. A podpořit ji, jak



děti a ty, aby mohly vyrůstat v rodině,“ vysvětluje Terezie Hradilková, ředitelka Společnosti pro ranou péči. Společnost pro ranou péči poskytuje služby rodinám dětí se zrakovým a kombinovaným postižením. Provozuje 7 Středisek rané péče, odkud jezdí odborníci do rodin po celé České republice. Za dobu svého působení pomohli jejich pracovníci 2350 rodinám.

„*Jsem přesvědčena, že nebýt služeb rané péče, nebyla by naše dcera tam, kde je dnes. Nejsm si jista, jestli by rodina*

s jakýmkoliv handicapem jsou údobí, kdy jedna věc se daří a do rovnováhy další dvě věci nejdou a nejdou... Toto jsme s podporou za strany asistentky rané péče zvládali mnohem snadněji.“

„*Na sklonku babího léta se nám narodil toužebně očekávaný Honzík, který si ve věku dvou týdnů vybojoval své právo na život proti velmi těžkému soupeři – bakteriální meningoencefalitidě. Ztráty na synově straně byly a jsou obrovské – masivní hydrocefalus, opakovaná implantace V-P shuntu, DMO*

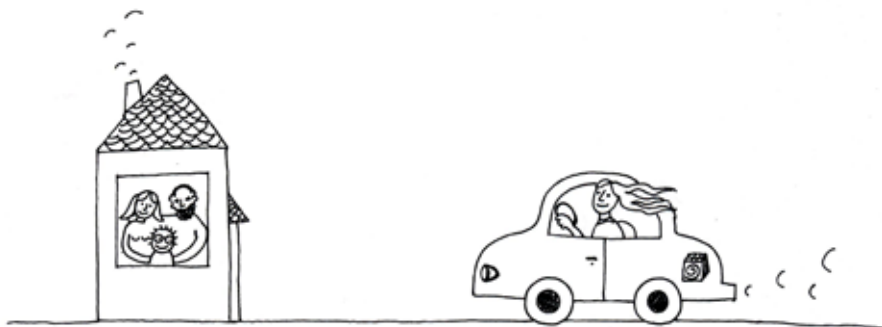
se dá. Což tímto činím.“

Jan Kraus: „Každý druh péče, který pomůže postiženým k tomu, aby mohli žít co možná nejpodobněji jako ti zdraví – obdivuji. Raná péče je vzornou ukázkou takové snahy a její efekt má pro ty, kterým je určena, ten nejcennější efekt. Zmenšuje jejich handicap, za který nemohou.“

Pavel Liška: „My máme velké štěstí, které nám připadá tak samozřejmé a tak často na něj zapomínáme. Těm, kterým nebylo dáno to „samozřejmé“, pomáhá Společnost pro ranou péči nepřijít o ještě víc. A to je hodně.“

kombinovaným postižením Mgr. Petra Cihlová, koordinátorka služeb

Středisko rané péče Tamtam: Hábova 1571, 155 00 Praha 5 – Stodůlky e-mail:



Kontakty pro pražské rodiny:

Středisko rané péče SPRP Praha: Trojická 2, Praha 2, 128 00, e-mail paha@ranapece.cz, tel: 224 826 857, 777 234 131 pro rodiny dětí se zrakovým a

Středisko rané péče Diakonie ČCE: Vlachova 1502, e-mail: strediskorp@volny.cz, tel: 235 518 392, Praha 5 Stodůlky, 155 00 pro rodiny dětí s mentálním pohybovým a kombinovaným postižením Mgr. Alena Kunová *vedoucí Střediska*

ranapece@tamtam-praha.cz, tel.: 251 510 744

Mgr. Martina Pěčová *vedoucí Střediska* Praha, 12. listopadu 2009

Seniorcentrum Limuzská zve všechny pražské seniory

Bohatou nabídku služeb a kurzů připravilo pro seniory ze všech městských částí Seniorcentrum Limuzská. Hned počátkem prosince můžete začít s oblíbenými kurzy trénování paměti, při kterých si v krátkých zábavných testech osvěžíte myšlení. Rádi vás přivítáme i ve výtvarné dílně, kde je na programu nejprve pečení mikulášského pečiva (3. prosince) a o týden později výroba staročeských vánočních ozdob. Do Vánoc se také můžete naučit na počítači či internetu, 7. prosince začínají kurzy Začínáme s počítačem a internetem. Pro ty zdatnější, kteří mají s počítačem již nějakou zkušenost jsme připravili řadu tematicky

zaměřených kurzů jako např.: Digitální fotografie, Notebook, Google, Komunikace po síti a další. Kurzy můžete také darovat formou dárkového poukazu. Najdete nás na konečné tramvaje č. 11 – (Černokostelecká) či na autobusové zastávce Limuzská – autobusy č. 133, 177, 188, 195. O další informace a přihlášení si zavolejte na tel.: 272 701 335 nebo 274 013 239 nebo se podívejte na www.elpida.cz.

Jiří Hrabě, E-mail: jiri.hrabe@elpida.cz Elpida plus, o.p.s., Limuzská 8, Praha 10, tel.: 777 620 281

Bureau Veritas otevřela novou laboratoř v Praze 9

Praha 15. září 2009 – Inspekční a certifikační společnost Bureau Veritas otevřela svoji novou chemickou a mikrobiologickou laboratoř v Praze 9. Nově zrekonstruovaná budova v areálu Výzkumného a zkušebního leteckého ústavu poskytuje moderní zázemí pro chemickou, mikrobiologickou a agronomickou sekci laboratoře. Rozšířením kapacit laboratoř významně posílila svůj statut centrální evropské laboratoře Bureau Veritas. Laboratoř Bureau Veritas působí na českém trhu od roku 1990 a je



držitelem příslušných certifikátů a oprávnění kontrolních orgánů a akreditačních institucí (SÚKL, ÚSKVBL, ČIA). Kvalifikovaní pracovníci laboratoře provádějí více jak 130 akreditovaných laboratorních metod, které zahrnují zejména:

- zkoušení potravin (energetická hodnota, obsah masa, lihovitost, konzervační látky, cukry, sojová bílkovina apod.)
- zkoušení zemědělských a potravinářských komodit a krmiv
- zkoušení předmětů běžného užívání
- rozbory vody (pitná, užitková, bazénová)
- zkoušení kosmetických výrobků, drogistického zboží a doplňků stravy
- zkoušení veterinárních farmaceutických přípravků
- zkoušení léčiv a souvisejících surovin

Laboratoř provádí akreditované odběry vzorků podle vhodných vzorkovacích plánů. Výsledky rozborů (např. pitné vody) jsou využívány také pro potřeby státních dozorových orgánů. Laboratoř dále poskytuje službu telefonického hlášení nevyhovujících výsledků s doporučením řešení situace, aby bylo možné včas eliminovat daná rizika. Další informace o laboratoři a službách Bureau Veritas najdete na www.bureauveritas.cz.

Informace o termínu zápisů do 1. tříd Základní školy Albrechtická na školní rok 2010/2011

S dostatečným předstihem si dovoluujeme informovat rodiče budoucích prvňáčků o tom, že již v současné době naplno

na třídu. Tento počet umožňuje vyučujícím využít individuální přístup k jednotlivým žákům a vnitřní diferenciaci v oblasti péče



probíhají přípravy zápisů do 1. tříd základní školy Albrechtická 732 ve Kbelích. Zápis se budou konat v následujících termínech:

- **čtvrtek 21. ledna 2010 od 14,00 hod. do 18,00 hod.**
- **pátek 22. ledna 2010 od 14,00 hod. do 18,00 hod.**

Zápis budou probíhat v budově kbelské základní školy na výše uvedené adrese. Pedagogové ve spolupráci s nejšikovnějšími žáky této školy se po celou dobu zápisů budou nastávajícím prvňáčkům i jejich rodičům věnovat s maximálně možnou pozorností.

Základní škola ve Kbelích patří se svými 377 žáky mezi plně organizované základní školy s průměrným počtem 22,1 žáků

nejen o talentované žáky, ale i integrace žáků s SPU, případně s kombinovaným postižením.

Kbelská škola je školou bezbariérovou. Vzhledem k nedávno dokončené přístavbě je budova školy moderně vybavena kromě kmenových tříd rovněž cvičnou kuchyňkou, knihovnou s čítárnou, keramickou dílnou, velkou novou tělocvičnou, gymnastickým sálem, víceúčelovým sportovištěm s umělým povrchem. Chloubou školy jsou rovněž nově vybavené odborné pracovny dějepisu, zeměpisu, estetických předmětů, fyziky, chemie, jazykové laboratoře a výtvarné výchovy.

Monika Ulrichová, DiS.

Úsek školství, kultury a personální



*Objednávku s kupónem na rozvoz pizz zdarma je nutno předem telefonicky nahlásit. Platí do 31.12.2009

33 druhů pizz
pizza na oběd: 75,- Kč
zeleninové saláty
rozvoz pizzy
kupón zdarma*

Vrchlabská 36, Praha 9- Kbely
PO-PÁ: 11-21, SO-NE 12-21
www.pizzakbely.cz
tel. 605 709 102

**KUPÓN NA ROZVOZ PIZZY
ZDARMA**



Výstava prací žáků naší školy

V měsíci říjnu proběhla v prostorách MHMP na Jungmannově náměstí výtvarná a literární výstava na téma Žijeme spolu na jedné planetě. Uskutečnila se ve spolupráci s MČ Praha 19 pod záštitou starosty pana Pavla Žďárského. Výstava byla slavnostně zahájena 1. 10. 2009. Popřát úspěch přišli zástupci MHMP a ÚMČ Praha 19. Ti se také jako první zapsali do pamětní knihy. V zápisech se nejčastěji objevovala pochvalná slova nad dětskými výtvy i celou přípravou. Je hezké si přečíst, že



obrázky vyvolaly u návštěvníků vzpomínky na jejich školní léta. Byli zde i tací, co zalitovali, že se do školních lavic již vrátit nemohou. Odměnou za vzornou přípravu všem jsou vzkazy v pamětní knize. Výstava se zdařila na vysoké profesionální úrovni. Byla dle návštěvníků zajímavá, poučná, a odrážela nadšení pro práci s dětmi nejen ve vyučování, při organizování expedic a další mimoškolní činnosti, ale především při zájmové činnosti v naší školní družině. Poděkování patří všem, kteří se na přípravě výstavy podíleli a přispěli k velmi dobré prezentaci naší školy. Je velká škoda, že celkový dojem z akce pokazil neprofesionální přístup úředníků MHMP, kteří nebyli schopni partnerské spolupráce. Takoví úředníci by na ÚMČ Praha 19 nemohli pracovat!

Mgr. Jana Kocmanová ředitelka ZŠ Kbely

Sanitky na návštěvě ve ŠD

Ve středu 7. října se najednou v Železnobrodské ul. rozezněly sirény sanitek. Nic se nestalo, to jenom dvě sanitky NZZ jely na návštěvu k nám do školní družiny s plnou parádou. Už na ně čekaly děti všech oddělení. Většina z nich je pouze viděla zaparkované v ulici u školy, ale nevěděly, proč tam stávají. Posádky jim vyprávěly o své práci – jak vozí nemocné a raněné k lékařům apod. Největší radost měly děti z toho, že si mohly vybavení vozů prohlédnout. Dokonce si i některé vyzkoušely, jaké to je být v kůži nemocného a připoutaného na lehátko. Návštěva se opravdu vydařila. Na oplátku děti namalovaly zdravotníkům obrázky z této zdařilé akce.

Psi pro život

5. 11. 2009 jsme měli ve školní družině milou a vzácnou návštěvu. Přijel pejsek Cipísek se svou paničkou. Nebyl to ledajaký pejsek, ale asistenční. Všem nám předvedl, jak pracuje s postiženými dětmi. Cipísek měl i výcvik psa pro nevidomé. Děti si mohly samy vyzkoušet, jak velkým je pomocníkem. Podá různé předměty, nevidomé dovede bezpečně na určené místo apod. Shodli jsme se, že tak šikovného pejska jsme ještě nepotkali. Pejsci z občanského sdružení „Psi pro život“ u nás nebyli poprvé a těšíme se, že ani naposledy.

<VP> vychovatelky ŠD při ZŠ Kbely

Dějepisné akce ZŠ Kbely

17. 10. 2009 – ve volném čase (sobota odpoledne) jsme s žáky historického semináře navštívili Muzeum hl. města Prahy. Program zněl: „Škola mladých archeologů“. Tato akce vyvolala nadšení. Žáci si měli možnost sami zaměřit nález kostry, přenést jej na čtverečkový papír, skládali a lepili keramické střeby, určovali nálezy podle pracovních listů, měli možnost držet v rukou nádobu starou několik tisíc let ...



22. 10. 2009 jsme opět v odpoledních hodinách pokračovali v našich výzkumech. Tentokrát na téma: „12 nejvýznamnějších objevů pražské archeologie“. Zde se žáci učili pracovat s hmotnými památkami, ale nutná byla i práce s textem. Výsledný pracovní list doplněný barevnými fotografiemi exponátů si u východu z výstavy zkontrolovali a zůstal jim cennou pomůckou pro dějepis.

12. 11. 2009 jsme s žáky 6. tříd zakončili návštěvu Muzea hl. města Prahy programem „Odívání v pravěku“. Přednáška s promítáním měla veliký ohlas. Ukázka práce s nástroji z archeologických



nálezů (jehlice, spona, šídlo...) byla velmi působivá. Některé dívky si po skončení programu zakoupily karetky s tím, že budou doma tkát. Děvčata, hodně úspěchů a trpělivosti.

<MN>

Křižovatky české a slovenské státnosti – Národní památník na Vítkově / výstava

V rámci vyučování moderních českých dějin jsem pro žáky 9. tříd připravila pracovní list, který jim byl vodítkem pro orientaci na výstavě. Pracovali ve skupinách, případné dotazy a nejasnosti jsme řešili společně. Nejvíce zájmu vyvolala interaktivní hra, která se týkala klíčových momentů našich novodobých dějin – 1918, 1938, 1948, 1968, 1989. Žáci vybírali podle sebe nejvhodnější řešení, pro jaké by se v dané situaci rozhodli. Hra je (dle jejich výběru) vedla k dalším osudům v následujících letech.

<MN> Mgr. Marie Nováková vyučující dějepisu

28. říjen – co je to vlastně za den?

Odpovědi českých občanů na tuto otázku jsou z hlediska národní hrdosti a zejména nejzákladnějších znalostí naší současné historie více jak zdrcující. Myslím, že ve střední Evropě bezkonkurenčně vedeme v neznalosti svých dějin a otázky vzniku našeho československého státu. Odpovědi převážné většiny obyvatel žáky základních škol počínaje a občany pozdního středního věku konče jsou doslovně otřesné a svědčící o něčem nezdravém. Když žaček odpoví, „jo, to nemáme školu a nedělá se“, můžeme snad ještě přejít, ale když lidé středního věku odpoví, že „to se jezdí na hřbitovy“, nebo „to je přece snad nějaké výročí, ale nevím jaké“, je to katastrofa základního vzdělání a hrdosti ke svému státu, ve kterém žijeme. Ale kde vznikla chyba? Byl dán základ v minulém režimu, kdy se tento den oslavoval pouze jako den znárodnění? Nebo to byl cíleně zavádějící oficiální výklad dějin, že naše republika vznikla pod vlivem VŘSR a její následné ideologie na sebeurčení národů, při absolutním zamlčení úlohy vzniku československé republiky bojem jak československých legií, tak i domácího odboje – Mafie pod vedením profesora Masaryka, Dr. Beneše a generála Rastislava Štefánika? Nebo snad poníženého odsouzení českých politiků padesátých let reagujícího na tragické střety čs. ruských legionářů s bolševiky na Sibiři, kde i později sovětská strana uznala dějinné omyly na obou stranách. Ze strany socialistického vedení to stále byla pro legionáře těžká kádrová závada. Nebo snad stále přežívá výrok jednoho novináře, že je hrdý na to, že necítí národní hrdost, i nyní? Tak docházelo k paradoxu, že zatímco VŘSR se v naší republice těžce oslavovala, děti byly lákány na lampiónové průvody, školy a státní budovy měly hesly polepena všechna okna. Byly vyvěšovány státní a sovětské vlajky, zatímco výročí vzniku naší republiky se přecházelo rozpačitým mlčením a policejními hlídkami u hrobů zakladatelů republiky. O tom, že jména Zborov, Bachmač, Dos Alto nebo Vouzies znají snad pouze filatelisté, nepřekvapuje, rovněž jako to, že málokdo ví o dobrovolnících z roty Nazdar ve Francii, kteří až na výjimky při zteči všichni padli. Proto, aby svou odvahou upozornili na to, že malý československý státeček uprostřed rakouskouherské monarchie si chce znovu po staletí vybojovat svou samostatnost. Kdo ví, že v ruských legiích bylo přes 60 tis. československých vojáků, v italských 30 tis. a ve francouzských více než 10 tis. Tito vlastenci buď přeběhli z rakouskouherské fronty, nebo vstoupili ze zahraničí. Riskovali své životy, protože věděli, že pokud nepadnou, v zajetí Rakušáků je čeká potupná poprava. A přesto bojovali tak, že třeba u Zborova stačilo k ústupu pouze zjištění „červenobílí jdou“. Po potupném brestlitevském míru uzavřeném na východní frontě to však byly pouze čs. Legie v Rusku, které zabraňovaly vpádu vojsk rakouskouherského mocnářství do vnitrozemí Ruska. Čechoslováci měli pod kontrolou celou Sibiřskou magistrálu jako jedinou cestu k návratu domů. Málokdo ale ví, že zachránili celý carský poklad před rozkradením a tento v Permsku v pořádku odevzdali sovětské vládě. Zatímco jsou stále přetřásány odsuny Němců a Maďarů v r.1945, již jen málokdo ví, že ani po návratu legií domů jim neskončilo válečné tažení. Museli jít bránit spolu se Sokoly před zábořem triadickou dohodou vytýčené hranice. A to nejen na Slovensku, kde maďarskou menšinou byla zabírána tzv. horní zem, ale i na Těšínsku, kde se o totéž snažili Poláci a na Českolipsku, kde se snažili odtrhnout Němci od historických území Čech. A v meziválečném období? Československá republika patřila ve střední Evropě k nejdemokratičtějším zemím s nejvíce vyvinutým průmyslem. Tehdy byla špičkou

a jména Baťa, ČKD nebo Škoda byly pojmem, který v celém světě nepotřeboval reklamy. Na tehdejší dobu patřila rovněž ke státům s největším sociálním zázemím – zdravotní pojištění bylo zaváděno již od r.1925. (zatímco v USA se o tom teprve mluví). Málokdo ví, že tehdejší finanční reformou bez trapného dohadování nynějšími poslanci, tehdejší ministr financí – Dr. Rašín ozdravil naše finance tak, že čs. koruna byla uznávána jako jedna z netvrdsích měn. Československá republika byla do vzniku „Protektorátu Bohmen und Mahren“, a tím i do začlenění do Říše vzniklého tragickým zapříčiněním Francie a Anglie, zároveň zárukou demokracie. Málokdo ví, že poskytovala útočiště nejen tzv. „bílým“ pronásledovaným sověty, ale po nástupu Hitlera i ohroženým německým a židovským vlastencům.

Ani po německé okupaci po roce 1938 se náš národ až na malé výjimky nemusel stydět. Českoslovenští vojáci bojovali jak na západě, tak i východě. A atentát na třetího muže Říše (nacistického Německa) – říšského protektora Hyedricha dodnes nikdo v Čechách nedoceníl. Přitom prakticky on byl vyjádřením nynějšího slovníku strůjcem genocidy nejdříve na Židy a po válce i na méněcenné Slovany. Samozřejmě včetně Čechů, kteří nebyli schopni poněmčení. Ale abychom byli upřímní, jak se odvděčil národ těm, kteří za nás bojovali?

Ježte koho z mladých dnes zajímají dějiny. Ještě tak koukat do internetu, a tam nikdo dějiny nevykládá. Kdo za toto může? Učitelé, ministerstvo školství prostřednictvím svých učebních osnov, nebo naši dědové, kteří se báli promluvit a tuto štafetu dále předávají svým dětem a vnoučatům? Aneb jak praví přísloví, „každému co mu patří,..“

Ing. Vladimír Menšík, zastupitel MČ Praha 19 – Kbely

o. s. Společnost DUHA Vás zve na DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ Programu PODPOROVANÉ ZAMĚSTNÁVÁNÍ (PZ)

Služba pro lidi se znevýhodněním, kteří si chtějí najít zaměstnání a potřebují k tomu podporu či pomoc. Pomáháme lidem se zdravotním znevýhodněním, se sociálním znevýhodněním a lidem s nízkou kvalifikací.

- Den otevřených dveří bude ve středu 9. 12. 2009.
- Budeme mít otevřeno od 14:00 hodin do 18:00 hodin.
- Co Vás čeká: ukážeme Vám kancelář, řekneme Vám, co je to PZ, co je to Job klub, ukážeme Vám fotky pracujících klientů, vyzkoušíte si hru o práci, zjistíte, jak se práce hledá..., malé občerstvení.
- Bližší informace na tel. č.: 257 313 986 nebo 602 416 506, nebo e-mail: pz@duha.nsnet.cz
- Můžete se také podívat na naše webové stránky: <http://pz.spolecnostduha.cz>
- Těšíme se na Vás ve Zborovské ulici 38 v Praze 5 (Vchod do kanceláře máme z Malátovy ulice).

Tento projekt byl podpořen z Evropského sociálního fondu Praha & EU: Investujeme do vaší budoucnosti



Malé povídání o víně - část druhá – vinařské oblasti

V prvním díle Malého povídání o víně jsem Vám slíbil něco informací o vinařských oblastech a výrobě vín v ČR. Dnešní povídání bude o vinařských oblastech. Ke zvláštnostem vinic v ČR patří velmi rozmanitý geologický původ, půdní podmínky a velké množství mikroklimaticky specifických lokalit. Díky čemuž je zde velké množství variant vín s možností výběru a hledání.

Je zde pestrá odrůdová skladba vinic a převažuje pěstování odrůd na bílé víno (cca. 66%). Česká republika má dvě vinařské oblasti. Velkou **vinařskou oblast Morava**, rozkládající se převážně v Jihomoravském kraji a nepatrně zasahující do Zlínského kraje. Morava se dělí do čtyř vinařských podoblastí: znojemské, mikulovské, velkopavlovické a slovácké. Pozůstatky kdysi rozsáhlého vinařství tvoří **vinařskou oblast Čechy**, skládající se ze dvou podoblastí: mělnické a litoměřické. Zrání hroznů probíhá na Moravě pomaleji, díky čemuž mají vína větší množství a rozmanitost aromatických látek se zajímavým spektrem vůní a kořenitosti. Souhrn vůní a chuti podtrhují svěží kyseliny povzbuzující k opětovnému doušku harmonického a pro jednotlivou oblast charakteristického vína. Protože by povídání o jednotlivých podoblastech dalo na několik samostatných článků, rozhodl jsem se uvést vždy jen to nejzajímavější z jednotlivých podoblastí:

Velkopavlovická podoblast: v centrální části kralují hlavně modré odrůdy, jde o oblast táhnoucí se od Hustopečí přes Bořetice, Vrbici, Kobylí až po Velké Bílovice, tato oblast je

odrůd modrých, které tu dávají v některých ročnících červená vína říznějšího charakteru.

Znojemská podoblast: znojensko je hlavně oblastí bílých aromatických vín, kde se kromě Veltlínského zeleného, které je tu hlavní odrůdou, dobře daří odrůdám Müller Thurgau, Sauvignon, Ryzlink Rýnský a Pálava.

Vinařská oblast Čechy patří k nejsevernějším výspám evropského vinohradnictví. Území této oblasti osázené vinicemi není souvislé, ale skládá se z jednotlivých lokalit ležících na chráněných jižních svazích, většinou rozprostřených kolem toků českých řek Vltavy, Labe, Berounky a Ohře. Větší proměnlivost počasí v jednotlivých ročnících vedla odjakživa české vinaře k dlouholetému uchovávání a zrání vín na sudech.

Mělnická podoblast: patří sem vinice Mělnicka, Roudnicka, Prahy a Časlavska. Na Mělnicku se již od středověku díky lehkým a záhřevným půdám dařilo pěstování Rulandského modrého, v pozdějších letech přibyl ještě Ryzlink Rýnský, Modrý Portugal a Svatovavřínecké. I na Roudnicku bývala převaha červených vín, ale na těžkých jílovitých půdách zde vždy bývala znamenitá vína ze Sylvánského zeleného. V Praze se dochovalo několik vinic v Troji a jižně od Prahy v Karlštejně.

Litoměřická podoblast: Litoměřice bývaly vždy velkým soupeřem Mělníka v obchodu na Labi a stejně tak i v prodeji vína hlavně na trzích v Praze. Ve středověku bývaly Litoměřice po Praze druhým největším vinařským městem v Čechách.



známá jako Modré hory.

Mikulovská podoblast: zde je největší dominantou chráněná krajinná oblast Pálava jdoucí od Mikulova přes Pernou, Horní a Dolní Věstonice, Pavlov až po Sedlec. Zde na vápenitých půdách výborně vyžívají odrůdy Ryzlink vlašský, Chardonnay a Rulandské bílé. Oblast Pálavy spolu s lednicko-valtickým areálem zve k výletům do přírody a k zastavení u dobrého vína soukromých sklepů.

Slovácká podoblast: leží tu dvě významná vinařská centra - Čejkovice s gotickou tvrzí a rozsáhlými sklepy, které tu vybudovali Templáři a Mutěnice. Sortiment odrůd je zde bohatý. Pěstují se zde nejen odrůdy pro bílá vína, ale i velké plochy

Nejznámější vinice a vinařství se nachází v Žernosekách, kde byly řádem cisterciáků vyhloubeny rozměrné sklepy a založeny vinice v romantické části údolí, kde vstupuje Labe do Českého středohoří skalní průrvou zvanou Česká brána (Porta bohemica). Tyto vinice se proslavily zejména výbornými víny z Ryzlinku Rýnského, Rulandského bílého i šedého a víny z odrůdy Müller Thurgau z vinic pod Lovošem.

To byl krátký výlet po vinařských oblastech a v dalším díle můžete očekávat již dříve slíbené téma týkající se technologie zpracování hroznů a výroby vína.

Jan Zahrádka
Vínotéka „U soudku“

Hledáme spolehlivou a vitální paní na hlídání dvojčat

(páreček nyní 10 měsíců) Praha-Kbely (Nouzov)
2 x týdně cca 9 hodin (pravidelně od 01/2010).
Podmínkou je hlídání na zkoušku, dlouhodobá spolupráce
a možnost navýšení počtu dní hlídání v budoucnu.
Prosím volejte na 604 735 943
(cena 650,- Kč/den)

PROSAZ

Občanské sdružení, zabývající se sociální rehabilitací občanů se zdravotním postižením a poskytováním služeb: osobní asistenci, domácí péči, sociálním poradenstvím, krizovou telefonickou intervencí. Zaměstnáváme zdravotně postižené osoby. Najdete nás:
<http://www.prosaz.cz>

**Pomáháme 18 let – nyní prosím pomozte nám. Děkujeme
č. účtu: 2224124001/5500**

Pronajmu garáž ve Kbelích

Pronajmu garáž ve Kbelích, 19m², velmi bezpečná s ocelovými vraty a bezpečnostními zámky.
Cena 1.300 Kč měsíčně.
Tel. 736 500 921

Kadeřnictví APHRODITE - dámské - pánské - dětské

Příjemné prostředí, nové trendy střihů a barvení.
Kosmetika SCHWARZKOPF, ELGON
Mladoboleslavská (před žel. přejezdem směr Brandýs n/L)
* pánské - každé 5 střihání zdarma
* dámské - slevové body
Otevřeno: Po - Pá 8.00 - 19.00 tel: 605 325 130

**INZERUJTE VE KBELÁKU ZA SKVĚLÉ CENY
LEVNĚJŠÍ JINDE NENAJDETE!**

1 strana A4	1/2 strany A4	1/2 strany A4	1/4 strany A4	1/8 strany A4
186x262 mm	91x262 mm	186x129 mm	91x129 mm	91x62,5 mm

Ceník inzerce za zveřejnění v jednom čísle - plošná inzerce

1 strana A4 2000,- Kč + 19 % DPH = 2380,- Kč
1/2 strany A4 1100,- Kč + 19 % DPH = 1309,- Kč
1/4 strany A4 600,- Kč + 19 % DPH = 714,- Kč
1/8 strany A4 400,- Kč + 19 % DPH = 476,- Kč

V případě požadavku barevného zpracování činí příplatek 100 %.
Pokud si inzerent předplatí inzerci na celý rok (tj. 6 čísel), poskytne se mu sleva 10 %, při předplacení na půl roku je sleva 5 %.

Řádková inzerce

Maximální počet řádků 7, plošně do velikosti 1/16 ze strany A4 za 340,- Kč včetně DPH. V případě nekomerční inzerce je možné požádat o slevu až 50 %.

Uvádějte přesně své kontakty a fakturační údaje, jinak nebude moci být inzerát zveřejněn. Příjem inzerce viz tiráž na zadní straně.

Přijmu zdravotní sestru

Přijmu zdravotní sestru do stomatologické ordinace v Praze 9 – Kbelích
od ledna 2010 na plný pracovní úvazek.
Telefon: 286 852 379, 720 665 371

VÁNOČNÍ SHOW 2009 více na www.amfora.cz

19. prosince 2009
od 16h - LD Kbelý

VSTUPNÉ: 80,-Kč, PŘEDPRODEJ: POKLADNA MČP19, ŠEMILSKÁ 43/1, 284080860

Zažijte atmosféru přímého přenosu
Soutěže, hry a písničky
Krásné dárky pro soutěžící děti
Kluci versus holky
Vyhlášení cen oblby dětského diváka
Pro děti do 11 let

Jan Čenský
Petr Saláva
Davide Mattioli
Jiří Zonyga

AGENTURA AMFORA www.amfora.cz

**Od 3. 12. 2009 nově pro vás
v ulici Žacléřská, Praha – Kbely**



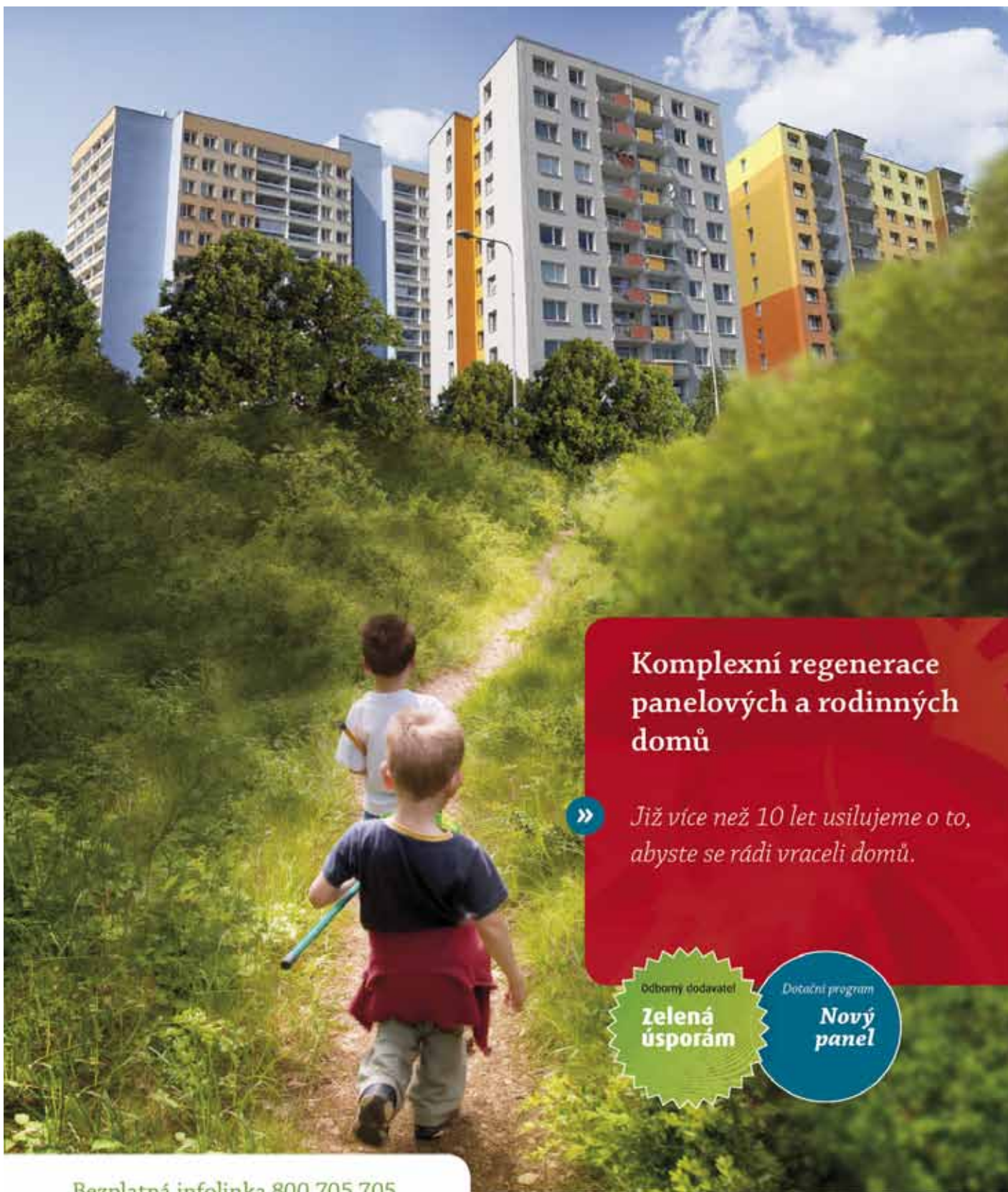
BILLA

Váš čerstvý supermarket

OTEVÍRACÍ DOBA

Po – So 7:00 – 21:00

Ne 8:00 – 21:00



Komplexní regenerace panelových a rodinných domů



*Již více než 10 let usilujeme o to,
abyste se rádi vraceli domů.*

Odborný dodavatel

**Zelená
úsporám**

Dotací program

**Nový
panel**

Bezplatná infolinka 800 705 705

Více na www.pspgroup.cz

Od projektu až k poslední tečce

ČSN EN ISO 14001:2005
ČSN EN ISO 9001:2001
OHSAS 19001:1999

PSP Group s. r. o.
Tůrkova 828
149 00 Praha 4 – Chodov

tel.: +420 267 914 057
fax: +420 267 915 713
info@pspgroup.cz



Kbelák • zdarma • vydává MČ Praha 19 – Kbely, Semilská 43/1, 197 00 Praha – Kbely, IČO: 00231304, tel: 284 08 08 52 • evidenční číslo MK ČR E 16283 • redakční rada: Mgr. J. Kocmanová, P. Žďárský, Ing. V. Olmr, I. Šestáková, J. Petrnoušek, T. Buršík • **sazba:** Michal Marel Semčická 540/8 Praha 19 - Kbely tel: 603 55 90 55 info@photomodeling.cz • **foto titulní strana:** Michal Marel • **příspěvky přijímá osobně:** J. Kuřitka, 2. patro vlevo, kancelář 214 tel: 284 08 08 52, **nebo elektronicky:** kbelak@kbely.mepnet.cz, • **číslo 26** vychází 1.12. 2009 vychází jako dvouměsíčník. Zveřejňované příspěvky nemusí vždy vyjadřovat názor redakční rady. Za obsah příspěvků odpovídá jeho autor, redakční rada je nijak neupravuje.