

Kbelák

Zpravodaj Městské části Prahy 19 | č. 102 – zima 2026
www.kbelak.cz | www.praha19.cz



Gočárový domky
Krajinný park Havraňák
Pavel Žďárský
nejdéle sloužící starosta Kbel



Zámecký park Čakovice



S parkem za okny a městem na dosah

Toužíte se posunout za lepším? Bydlení v Zámeckém parku Čakovice nabízí vysoký životní standard v přímém sousedství parku a přitom pouze 25 minut od centra Prahy.

zameckyparkcakovice.cz

Editorial

Úvodní slovo

Milí Kbeláci,

jak jistě víte, koncem loňského roku jsem se ze zdravotních důvodů musel vzdát funkce starosty. Stalo se tak po dlouhých 28 letech. Bylo to rozhodování nelehké, ale vždy jsem se ve své funkci choval zodpovědně a zodpovědně jsem tak učinil i toto své poslední rozhodnutí. Novou starostkou (první v historii Kbel) se stala Ivana Šestáková a já si upřímně nedokážu představit nikoho vhodnějšího. Roky byla mou pravou (občas i levou) rukou a ví o fungování Kbel naprosto vše. I po skončení mé funkce se dál pravidelně scházíme a já se jí snažím být dobrým mentorem, rádcem a průvodcem v této náročné funkci. „Milá Ivanko, přeji Ti hodně elánu a odhodlání a věřím, že ve své nové roli si povedeš skvěle“. A vy, Kbeláci, věřte, že jste v dobrých rukou.



*S úctou, váš
Pavel Žďárský*



Milí Kbeláci,

ráda bych navázala na slova bývalého pana starosty, která mě nesmírně těší. I přes to, že jsem do své nové role byla zvolena jednohlasně a mám mnoho zkušeností z vedení radnice, přijímám tuto funkci s respektem a pokorou. A věřím, že se nám bude společně dařit v pokračování rozvoje naší městské části, která možná nepatří mezi největší, ale rozhodně má svým obyvatelům co nabídnout a je nám tu všem dobře. Slibuji, že budu pro Kbely i nadále pracovat dle svého nejlepšího vědomí a svědomí.

*vaše starostka,
Ivana Šestáková*

Z redakce...

Je konec února a vy v rukou držíte první letošní Kbelák. Je to již rok od úplně prvního vydání nového Kbeláku a pro nás je to svým způsobem pořád velké dobrodružství. A věříme, že jste si na jeho nový formát i papír, a hlavně obsah již zvykli. A baví vás, pokaždé když ho najdete ve své schránce. Toto vydání je mixem dozvuků zimy a zároveň prvních nesmělých známek blížícího se jara. Prodlužujících se dnů, sluníčka, bláta a všeho, co k jaru patří. Ať už jste tím jaro, nebo byste nejraději bobovali na kopci nad rybníkem i v březnu, přejeme vám krásné počtení!

*Za celou redakci
Marcela Holečková*

kbelák – periodický tisk územně samosprávních celků • **zdarma** • vydává MČ Praha 19 – Kbely, Semilská 43/1, 197 00 Praha – Kbely, IČO: 002 31 304 • evidenční číslo MK ČR E 16283 • místo vydání: MČ Praha 19 – Kbely • **redakční rada:** Marcela Holečková, Ivana Šestáková, Radek Petrář, Tomáš Haniak, Martin Hrubčík • **grafické zpracování a DTP:** Studio TAGRAFIKA – Martin Zámečník a Jan Vrba • **jazyková korektura:** Lucie Zelená • **ilustrace titulní strany:** Jan Vrba • **příspěvky přijímáme na adrese:** info@kbelak.cz • **tisk:** POINT CZ, s. r. o. • číslo 102 vychází 27. února 2026. Vychází zpravidla jako dvouměsíčník. Zveřejňované příspěvky nemusí vždy vyjadřovat názor redakční rady.

Po slavnostním otevření našeho nového **Kulturního a kreativního centra Kbely** nabíhají povinnosti administrativní. Ke konci roku muselo být vše v monitorovací zprávě zpracováno, vyúčtováno a řádně předáno na ministerstvo. Nyní budeme žádat o poukázání dotace v přiznané výši, tak abychom mohli uvolnit finance blokováné touto akcí. Nicméně provoz je rozběhnut a kolektiv KKC již má zpracovaný program na tento rok včetně spolupráce jak s našimi školskými zařízeními, tak s kbelskými spolky a organizacemi.

Rekonstrukce kbelského hřbitova má nyní s ohledem na klimatické podmínky podobu úpravy materiálů pro budoucí kolumbária, tak aby mohla instalace na jaře pokračovat k uzavření první etapy realizace.

V závěru roku byla podána žádost o stavební povolení **pro tzv. 12třídku**, neboť byla dokončena dokumentace pro stavební řízení. Zároveň byla zadána zakázka na dokumentaci pro výběr zhotovitele na demolici stávajícího objektu družiny, tak aby na sebe akce plynule navazovaly. V té souvislosti byla opětovně podána žádost o přidělení dotace z rozpočtu hl. m. Prahy na výstavbu 12třídky, aby harmonogram realizace odpovídal poptávce potřebného zkapacitnění.

Již delší dobu radnice řeší neutěšený stav střešního pláště nad tělocvičnou u Lidového domu, u kterého statik konstatoval nebezpečí protržení a zřícení zejména v případě zatížení sněhem. Jelikož zde provozuje **spolek CoByDup** svou činnost, bylo nutné ji přesunout do náhradních prostor. Nyní našli azyl v uvolněných **prostorách „kulečníku či salonku“** u restaurace a sálu, jinak by museli přerušit provoz. Je to dočasné řešení a nyní je zpracovávána dokumentace na opravu střechy, aby mohla být eventuálně o prázdninách realizována.

Na posledním zasedání Zastupitelstva MČ Praha 19 v prosinci loňského roku byl schválen řádný **rozpočet naší městské části v objemu příjmů ve výši 146 mil. Kč a výdajů 168,9 mil. Kč**, které jsou dokryty zůstatky z minulých let ve výši 22,9 mil. Kč. Změnou je nejen schvále-

ní řádného rozpočtu již v prosinci, když v minulosti jsme většinou v prvním čtvrtletí hospodařili dle rozpočtového provizoria, ale také objem rozpočtu, který musí od nového roku financovat nepedagogické pracovníky našich školských zařízení, a to není málo. U prvního důvodu v pořadí se jedná o skutečnost, že pokračují investiční akce jako 12třídky, hřbitov či cyklostezky, a ty bychom dle pravidel rozpočtového provizoria zřejmě nemohli objemově pokrýt.

Záměr pronajmout prostory restaurace Lidového domu Kbely stále trvá. V prvním kole se přihlásil pouze jeden uchazeč, ačkoli prohlídek se zúčastnilo 17 zájemců. Rada proto výběrové řízení v nejbližší době zopakuje s tím, že je možné uvažovat i o různých variantách využití prostoru, který se může jevit jako příliš rozsáhlý či komplikovaný. Přesto spolupráce v podobě „sál a zajištění akcí s občerstvením“ je podmínkou. Nyní jsou naplánované akce na sále domluveny cateringem s bývalým provozovatelem LD.

V závěru roku proběhla komplexní **kontrola na úseku agendy občanských průkazů, cestovních dokladů, evidence obyvatel a matrik** se závěrem, že je vše nejen v pořádku, ale zejména na úseku matrik, jehož agenda je velmi složitá, byla vyslovena pochvala – a to už stojí za to!

Rada na základě výběrového řízení zadala **vyhotovení nových posuvných dveří do polikliniky**. Realizace proběhne v souladu s povětrnostními podmínkami. Tím se i vchod stane plně bezbariérovým.

Ivana Šestáková
starostka



Vybrané legislativní změny účinné od 1. ledna 2026

Vybíráme pro vás ty nejpodstatnější legislativní změny.

1. Podpora v nezaměstnanosti

Zákon č. 435/2004 Sb. (novela zákonem č. 120/2025 Sb.) mění parametry podpory v nezaměstnanosti.

Podpora u uchazečů o zaměstnání **do 52 let** se v prvních 2 měsících podpůrčí doby zvyšuje na **80 %** předchozího výdělku (dosud 65 %), ve 3. a 4. měsíci zůstává **50 %** a ve zbývajících dobách činí **40 %** (dosud 45 %). U uchazečů o zaměstnání **nad 52 let** se v prvních 3 měsících podpůrčí doby zvyšuje na **80 %** předchozího výdělku (dosud 65 %), ve 4.–6. měsíci zůstává **50 %** a ve zbývajících dobách **40 %** (dosud 45 %).

Současně se prodlužuje celková podpůrčí doba podle věku:

- do 52 let na **5 měsíců** (nyní do 50 let),
- 52–57 let na **8 měsíců** (nyní 50–55),
- nad 57 let na **11 měsíců** (nyní nad 55)

Podpora při rekvalifikaci se nově vyplácí ve výši **80 %** (původně 60 %) průměrné mzdy v národním hospodářství a zahrnuje i dny účasti na kurzech.

Ruší se také dosavadní **redukce podpory** při dobrovolném odchodu ze zaměstnání (na 45 %). Nově je výše podpory jednotná (podle věkové skupiny) bez ohledu na důvod ukončení pracovního poměru.

2. Příspěvek na péči

Zákon č. 360/2025 Sb., kterým se mění některé zákony v souvislosti se zavedením JMHZ

Tento zákon obsahuje novelu zákona o sociálních službách, která mimo jiné **navyšuje příspěvek na péči pro všechny osoby ve stupni závislosti I a II**. Pro osoby do 18 let věku ve stupni závislosti I se příspěvek na péči navyšuje z 3 300 Kč na 4 900 Kč, ve stupni závislosti II poté z částky 7 400 Kč na 8 200 Kč. Pro osoby starší 18 let ve stupni závislosti I se příspěvek navyšuje z 880 Kč na 1 300 Kč, ve stupni závislosti II z částky 4 900 Kč na 5 400 Kč.

3. Minimální mzda

Sdělení MPSV č. 356/2025 Sb., o vyhlášení minimální mzdy, nejnižších úrovní zaručeného platu a rozpětí výše příplatku za práci ve ztíženém pracovním prostředí pro rok 2026

Od 1. ledna 2026 se minimální mzda zvýší o 1 600 korun na 22 400 korun měsíčně. Odpovídající hodinová sazba při stanovené týdenní pracovní době 40 hodin bude činit 134,40 Kč.

4. Příplatky k důchodu

Nařízení vlády č. 364/2025 Sb., o zvýšení příplatků k důchodu v roce 2026

Příplatky k důchodu náležející podle nařízení vlády č. 622/2004 Sb. a podle zákona č. 357/2005 Sb. se zvyšují o 2,6 %.

5. Dohoda o provedení práce

Sdělení Ministerstva práce a sociálních věcí č. 396/2025 Sb., kterým se vyhláší výše částky rozhodné pro účast zaměstnanců činných na základě dohody o provedení práce na nemocenském pojištění

Od 1. 1. 2026 se zvýší částka rozhodná pro účast zaměstnanců činných na základě dohody o provedení práce na nemocenském pojištění na 12 000 Kč.

6. Sociální služby

Vyhláška č. 571/2025 Sb., kterou se mění vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

Vyhláška reaguje na potřebu navýšení maximálních denních úhrad za stravu a ubytování v sociálních službách a nově stanovuje maximální výši úhrady v případě, kdy si poskytovatel sociálních služeb sjedná s klientem úhradu za dobu poskytování služby místo úhrady za základní činnosti. Vyhláškou se dále stanoví též náležitosti a rozsah popisu realizace poskytování sociální služby.

Jarní Vítání občanů

Slavnostní uvítání našich nejmladších občanů narozených od 1. 7. 2025 do 31. 12. 2025 se uskuteční v dubnu 2026, a to v úterý 14. 4. 2026, dle zájmu i ve čtvrtek 16. 4. 2026.

Přihlášky lze posílat do 16. 3. 2026. O přesném času konání budou všichni řádně přihlášení informováni v pozvánce. Nutnou podmínkou pro účast dítěte je jeho trvalý pobyt ve Kbelích.

Pro přihlášení využijte formulář „Zájem o účast na slavnostním vítání občanů“, který naleznete na našich webových stránkách, a pro případné dotazy níže uvedené kontakty.

Blanka Formanová ☎ 284 080 839
✉ blanka.formanova@kbely.mepnet.cz

Jarmila Konrádová ☎ 284 080 838
✉ jarmila.konradova@kbely.mepnet.cz



INZERCE

Už máte naši aplikaci?

Všechny důležité informace přímo do vašeho telefonu

MUNIPOLIS

- 1) nainstalujte si aplikaci Munipolis
- 2) přidejte si Prahu 19
- 3) vyplňte všechny potřebné údaje v registraci
- 4) nezapomeňte povolit aplikaci odesílat oznámení, jen tak se k vám veškeré informace dostanou hned

Oznamujeme...

Ing. Lumír Tejmar

Oznamujeme všem přátelům a známým, že nás navždy opustil tatínek Lumír Tejmar, odešel v klidu a pokoji ve věku 101 let. S láskou vzpomínají Lumír a Blanka, syn a dcera s rodinami.

Vzpomínáme...

Babička Jaruška

Dne 14. října roku 2025 zemřela po dlouhé nemoci v tichosti paní Jaroslava Libánská, týden před svými 103. narozeninami. Babička Jaruška se narodila 21. října roku 1922 ve městě Nová Paka a více než 90 let žila ve Kbelích. Prožila tady své mládí, vdala se, vychovala syna Vladimíra a dceru Nadu a dočkala se 4 vnuček, 11 pravnoučat a 4 praprawnoučat. Pracovala dlouhá léta v PALu. Ve volných chvílích ošetřovala svoji zahrádku v kolonii v místě dnešního parku. Nejraději trávila čas se svými vnučaty a pravnoučaty a ráda s nimi hrála karty. Byla drobná a čiperná, věčně usměvavá a trpělivá, tak si ji mnozí dodnes pamatují...



Za celou rodinu, Andrea Kulhavá, vnučka

Chcete pogratulovat členovi vaší rodiny k významnému životnímu jubileu ve Kbeláku?

Chtěli bychom obnovit možnost pro naše občany pogratulovat svým rodinným příslušníkům k významnému životnímu jubileu nad 75 let.

V případě zájmu kontaktujte vedoucího občansko-správního odboru Mgr. Aleše Liberdu:

✉ liberda.ales@kbely.mepnet.cz

Kbelská a její plánovaná rekonstrukce

Městská část už řadu měsíců vede ve spolupráci s dalšími městskými částmi jednání s požadavkem na zmírňující opatření ohledně uzavírky Kbelské ulice. Důraz klade na zachování pohody bydlení rezidentů a preferenci veřejné dopravy. Hlavní slovo bude mít ale Magistrát hl. m. Prahy a samotný zhotovitel stavby. Magistrát dosud nesvolal žádné jednání a stavební firma dosud nebyla vybrána. Přitom se má začít možná už za dva měsíce. Máme velké obavy z liknavosti města při plánování uzavírky. Nespokojíme se s tvrzením, že to musíme vydržet.

Metropolitní plán

Městská část odeslala 2. a 5. prosince připomínky k metropolitnímu plánu.

Hlavní myšlenkou nového územního plánu, který určuje, co se kde smí postavit, je zahušťování města, tedy zastavování zbylých ploch v širším centru. Cílem je, aby Praha měla 1,5–2 miliony obyvatel. Proto se má hodně stavět i do výšky, například v Letňanech mají vzniknout zatím čtyři nové čtvrti a výškovou hladinou kolem 12 podlaží.

Kbely mají štěstí, že se nacházejí za pásmem zahušťování v takzvaném krajinném rozhraní, které má tvořit rekreační zázemí Prahy s věncem lesoparků. Znamená to ale taky stavební omezení.

Kbely dlouhodobě spolupracují s Magistrátem na umírněném rozvoji, takže asi nepřekvapí, že prakticky všechny jejich požadavky byly během přípravy plánu zapracovány. Například Krajinný park Havraňák už nekříží plánovaná silnice, letňanské letiště prozatím není určeno k zastavění, navrhovaná výstavba v areálu Prales je zrušena, z rozvojových ploch jsou zachovány dlouhodobé záměry jako rozšíření areálu Spartaku, obytný blok v bývalém areálu PAL nebo rodinné domy mezi železniční trati a hřbitovem.

Vrásky nám ale dělá výstavba plánovaná v okolí metra Letňany, protože dosud nejsou určeny podmínky této výstavby. Ve studii nové čtvrti jsou sice nakreslené školy, zdravotnické zařízení a sportovní hala, ale studie není závazná. Kbely spolu s dalšími městskými částmi dlouhodobě bojují o budování infrastruktury spolu s byty a pokud možno zároveň. Největší problém bude

v budoucnu s dopravou, takže mezi požadavky na podmiňující stavby nechybí stavba dálničního a městského okruhu, rekonstrukce naší železniční trati č. 071, stavba tramvajové sítě a přestavba křižovatky Klíčov. V oblasti Letňan má v budoucnu žít a pracovat kolem 100 tisíc lidí, kteří budou potřebovat posílat děti do školy, jezdit po silnicích, chodit k lékaři. To je nápor, který se bez obrovských investic nepodaří zvládnout. Jenže žádné investice města do nové výstavby se nepřipravují.

Všechna striktní pravidla výstavby navíc končí na hranici Prahy, takže pár set metrů za Ctěnicemi začíná kobercový nálet nízkonákladových rodinných domů.

Radek Čermák, Odbor životního prostředí a dopravy

Ohlédnutí za reprezentačním plesem

V pátek 13. 2. se konal Reprezentační ples Městské části Praha 19. K tanci hrála skvělá kapela Brand New Band, k dobré náladě přispěla bohatá tombola, fotokoutek i „půlnoční překvapení“ v podobě vystoupení tria Céline Show! Děkujeme všem sponzorům!



Vlastníte ve Kbelích pejska?

Nezapomeňte na každoroční poplatek. Veškeré informace najdete zde:

✉ www.praha19.cz/odbory/odbor-ekonomicky/?section=info



Kluziště

Koncem roku 2025 připravila kbelská radnice a Kbelská sportovní p.o. pro všechny obyvatele milý dárek, a to veřejné kluziště. Na to, jak to probíhalo a co takový provoz obnáší, se ptáme místostarosty Radka Petráně.

Kluziště má u Kbeláků velký úspěch. Jak jste na tento nápad přišli a jak náročná byla jeho realizace?

O realizaci kluziště jsme uvažovali delší dobu, především s ohledem na zkušenosti z jiných městských částí, kde se podobné projekty setkaly s velmi pozitivním ohlasem. Hlavní překážkou byly vždy náklady spojené s provozem a realizací. Díky úzké spolupráci městské části Praha 19 a společnosti Kbelská sportovní se však podařilo najít řešení a projekt úspěšně uskutečnit.

Cílem bylo otevřít kluziště ještě před vánočními svátky, což kladlo vysoké nároky na organizaci i samotnou realizaci. Přesto se vše podařilo dotáhnout včas. **Velké poděkování patří Davidu Boháčovi** za celkové řízení a dotažení projektu, **paní starostce Ivaně Šestákové** za podporu, **Petru Bártovi** za zajištění technického servisu a **Honzovi Hrnčířovi** za zajištění personálního zázemí. V neposlední řadě patří **poděkování také všem návštěvníkům** – jejich spokojenost byla pro nás tím nejdůležitějším měřítkem úspěchu.

Plánuje radnice kluziště i pro příští rok?

Jednoznačně ano. Jsem velmi rád, že se kluziště setkal s tak pozitivní odezvou. Na základě získaných zkušeností a zpětné vazby od návštěvníků bychom rádi projekt v příštím roce posunuli na vyšší úroveň.

Zásadní změnou by mělo být zvětšení plochy kluziště a úprava termínu jeho otevření pro veřejnost. Zároveň plánujeme rozšířit doprovodné služby spojené s provozem tak, aby byl celý zážitek z bruslení pro návštěvníky ještě příjemnější. Zvažujeme také případnou změnu lokality, kde by kluziště mohlo být umístěno. Vše je v tuto chvíli ve fázi příprav a o dalších krocích budeme veřejnost s dostatečným předstihem informovat.

Celkový počet návštěvníků od otevření do 9. února:
2 100 osob



Kbely pomáhají

Hned na začátku roku 2026 se ve Kbelích uskutečnilo vůbec první darování krve přímo v místě bydliště. Pod záštitou místostarosty Radka Petráně vznikl nový projekt, ve kterém chceme s radostí pokračovat i do budoucna.

Ve Sportovní hale Kbely byla ve spolupráci s Ústřední vojenskou nemocnicí Praha vybudována plně vybavená mobilní odběrová stanice. Do akce se zapojilo celkem 52 dárců, z nichž 39 byli prvodárci. Jde o mimořádně vysoký počet lidí, kteří se rozhodli poprvé nezištně pomoci a darovat šanci na život druhým.

Po celou dobu panovala velmi příjemná a pozitivní atmosféra. Jako poděkování si dárci mohli vychutnat drobné občerstvení z pekárny Kabát v místní kavárně a potěšil je také voucher do fitness centra ve sportovní hale. Tou největší odměnou však byl dobrý pocit z pomoci druhým.

Velké poděkování patří profesionálnímu týmu ÚVN Praha, který dokázal i v provizorních podmínkách sportovní haly vytvořit klidné a přátelské prostředí, zodpovědět dotazy dárců a zajistit samotný odběr na vysoké odborné úrovni. Každý dárci prochází vstupní lékařskou konzultací, prvodárci navíc procesem registrace, což bohužel vedlo k menším časovým prodlevám. Pro další termíny proto upravíme organizační systém tak, aby vše probíhalo plynuleji a bez zbytečného čekání.

Poděkování patří také vojákům z 24. letecké základny ve Kbelích, kteří se do akce zapojili ve velkém počtu a významně tak pomohli naplnit kapacity odběrů.

Další termíny darování krve jsou naplánovány na 12. května a 3. září. Podrobnosti k registraci a dalším organizačním záležitostem budou s dostatečným předstihem zveřejněny.

*Všem dárcům ze srdce děkujeme
a těšíme se na další setkání.*

Zubní ordinace Katorga
Poliknika Kbely, 3. patro
Železnobrodská 764, Praha

špičkové vybavení
krátké objednací lhůty
dostupné ceny

přijímáme nové pacienty

722 911 013 zubniordinacekbely2@seznam.cz

ZAHRADNICKÁ FIRMA ZAFLORA
Vytvoříme z kousku země kus domova

NAŠE SLUŽBY

- projekty
- realizace zahrad
- pravidelné nebo jednorázové údržby

KONTAKT
Ing. Zuzana Protuš Tomková
+ 420 777 968 032
www.zaflora.cz

Mámo, kup mi boty!

Obchod se zdravou dětskou obuví přímo ve Kbelích

Mladoboleslavská 73, Kbely
Pondělí-Pátek 9-17:30 Sobota 9:30-12:30

VESELÁ TKANIČKA
zdravá dětská obuv

IG Facebook YouTube www.veselatkanicka.cz

Pavel Žďárský – – starosta, který psal dějiny Kbel

Když se řekne Kbely, většina místních si vybaví jméno Pavel Žďárský – starosta srdcem i duší, který zde žil celý život a který po více než dvě desetiletí stál v čele naší městské části jako jeden z nejdéle sloužících starostů Prahy.

Pavel Žďárský se narodil a vyrostl přímo ve Kbelích, které zná „jako své boty“. Nikdy nepřestal být hrdým kbelským patriotem. Tato hluboká vazba na rodnou čtvrť provázela celý jeho veřejný život. Sám říkal: „Jsem rodilým Kbelákem. Ve Kbelích žiji celý život, a kdo mě zná, potvrdí, že jsem hrdým místním patriotem. Znam zde téměř každý kout, a to mi pomáhalo v mé práci.“

Do funkce starosty byl poprvé zvolen v roce 1997, což znamenalo vstup do role, kterou pak s mimořádným výsledkem zastával více než 28 let – déle než kterýkoli jiný starosta v hlavním městě. Za tuto dobu nezažil jen standardní rutinu úřadování – jako starosta prožil s Kbeli období velkých změn. Jak na toto období vzpomínáte?

„V devadesátých letech to bylo divoké. Ve Kbelích byly komunikace ještě z panelů, dodělávali jsme kanalizaci, což si dnes nedovede nikdo ani představit. Myslím si, že je to víc o zdejším týmu lidí než o samotném starostovi. Po revoluci jsem tady spoluzakládal Občanské fórum.



Byli jsme mezi prvními oblastními buňkami v Praze. A nenáviděl k minulému režimu nás společně vyhnala do ulic. V prvních letech bylo stále třeba něco dělat. Já jsem se v jednu chvíli rozhodl, že se nebudu na komunální politice podílet. Odešel jsem do Německa, kde jsem se naučil pracovat. Po návratu jsem to rozhodnutí změnil a stal jsem se radním pod tehdejší lidoveckým starostou, kterého jsem následně vystřídal. Tehdy mě upřímně nenapadlo, že tomu dám tolik let života.“

Pavel Žďárský se po celou dobu věnoval pečlivému rozvoji městské části s ohledem na její charakter. Snažil



se zabránit nekontrolované výstavbě, která by zničila tradiční ráz Kbel, a vždy kladl důraz na kvalitu života místních. Proslul nekompromisním jednáním s developery, a i díky tomu Kbely nedopadly jako okolní městské části, kde je každý volný metr zastavěný. Ostatně svým osobitým způsobem jednání byl poměrně známý a nebál se nebrat si servítky a řešit věci napřímo. To se ukázalo i při jednom z jednání pražského zastupitelstva v roce 2018, kdy se řešila budoucnost Libeňského mostu. Krátká epizoda, která se odehrála mimo hlavní jednací sál, se tehdy dokonce dostala do celostátních médií.

V kuřárně magistrátu došlo k emotivní výměně názorů mezi Pavlem Žďárským a tehdejší zastupitelkou Matějem Stropnickým. Ten si později na jednání postěžoval, že byl „strkán břichem“, což vyvolalo pobavené reakce v sále. Situaci nakonec řešila i tehdejší primátorka a na místo dorazili strážníci, ale celá záležitost skončila bez dalších následků.



„Ti lidé a jejich důvěra. Bez ní by to nešlo.“

Nepatřil mezi starosty, kteří jen sedí v kanceláři – dokázal jít i do praktických kroků, když šlo o bezpečí Kbel. V lednu 2023 oznámil, že vypsá odměnu 30 000 Kč za dopadení pachatele sprejerství, která měla být vyplacena z jeho vlastních prostředků po pravomocném odsouzení pachatele. „Dosáhli jsme hranice trpělivosti,“ komentoval tehdy situaci v médiích, když radnice čelila opakovanému poškozování veřejného majetku. Cílem bylo motivovat k identifikaci pachatele a chránit veřejný prostor pro všechny obyvatele Kbel.

V politickém životě se nevyhnul i složitějším rozhodnutím. Byl jedním ze zakládajících členů ODS, ale roku 2014 stranu opustil spolu s dalšími členy, protože nesouhlasil s tehdejší vedením. Tuto situaci komentuje svým obvyklým nekonvenčním způsobem:

„Stalo se něco podobného jako s Čechy a Slováky. Já a ODS jsme se museli rozejít, abychom se mohli mít rádi.“

Proto spolu se svými bývalými stranickými kolegy založil spolek Kbely náš domov. Který na radnici úspěšně působí již několikáté volební období.

Některé jeho výroky o politice byly



ostřejší, jiné zase vyjadřovaly smysl pro humor a realistický pohled na každodenní starosti naší městské části na samém okraji Prahy.

V posledních letech se jeho zdravotní obtíže staly natolik náročnými, že nakonec v roce 2025 rezignoval na svou funkci, čímž zakončil jednu z nejdéle trvajících kapitol v novodobé historii samosprávy Prahy.

Dnes už můžeme s jistotou říct, že bez Pavla Žďárského by Kbely nebyly tím, čím jsou – ať už to vidíme v podobě zachované sousedské komunity, v pečlivém rozvoji veřejných prostor nebo v příbězích, které si

o něm místní vyprávějí. Je to osobnost, která se zapsala do paměti několika generací.

Co dodat na závěr? Bylo nějaké motto, kterým jste se ve své práci řídil?

„Řeči jsou k ničemu, rozhodují výsledky.“

A kdo jste měli tu čest pana Žďárského poznat osobně, jistě mu dáte za pravdu.

foto: Michal Mareš

Objevování a tvoření v přírodě

Jaro je čas, kdy se děti přirozeně přesouvají ven a svět kolem nich ožívá. V našem Dětském lesním klubu Chmýříčko v Ekocentru Prales, který je určen pro děti od 2,5 roku až do nástupu do školní docházky, trávíme každý den část dne venku – v lese, na zahradě i u zvířátek farmy ekocentra. Jaro je ideální dobou, kdy mají děti prostor objevovat svět kolem sebe, tvořit, hrát si a zároveň se učit vnímat přírodu všemi smysly.

Jednou z oblíbených činností je práce s čerstvými vrbovými proutky. Děti je ohýbají a zastrkávají jeden do druhého tak, aby vznikl kruh – jarní věneček, který mohou ozdobit stuhami, kousky látky nebo sušenými květy a pověsit na dveře či branku. Starší děti zkoušejí tvary srdíčka. Důležitá je radost z tvoření a soustředění při práci rukama.

Jaro přirozeně vybízí k pohybu, a tak hrajeme tradiční hry: cvrnkání kuliček, skákání panáka, slepá bába, schovávaná nebo „Honzo, vstávej“. Děti se učí spolupráci, orientaci v prostoru i zdravé soutěživosti.

Společné pečení a velikonoční tradice

Společné pečení „hadů“ nad ohněm patří k jarním zážitkům. Těsto připravujeme buď kynuté, z mouky, mléka, másla a kvásku z droždí, nebo rychlejší variantu s kypřicím



práškem. Z těsta vyválejte hada, namotejte ho na klacek a pomalu pečte nad ohněm. Čekání u plamenů rozvíjí trpělivost a učí respektu k živlům. Takového hada si můžete hravě upéct i doma se svými dětmi na zahradním nebo jiném bezpečném venkovním ohništi a společně si užít radost z jara.

Velikonoční období je obdobím barvení vajíček jako symbolu nového života. U nejmenších se osvědčují nevyfouknutá vajíčka, která si mohou po barvení sníst a nejsou tak křehká. Používáme přírodní barvy: červenou řepu, papriku, kurkumu, heřmánek, cibulové slupky, čaj, kávu, dubovou kůru, červené zelí, borůvky, špenát, petrželku nebo kopřivy. Vajíčka nejprve omyjeme a namočíme do vody s trochou octa, na skořápku přiložíme lístek či květ a obalíme kouskem silonové punčochy. Vaříme 10–20 minut a necháme vychladnout, po sundání punčochy zůstává jemný otisk.

Další technikou je zdobení voskem – včelím nebo rozpuštěnými zbytky voskovek. Opačným koncem špendlíku děti nanášejí vosk přímo na vajíčko a vytvářejí tečky, čárky nebo jednoduché obrazce. Po obarvení zůstávají místa pokrytá voskem světlá a vzniká jemná kresba.

K jarním tradicím patří také vynášení Morany, panenky ze slámy a zbytků látky, která symbolizuje zimu a její odchod. Společně s dětmi můžete Moranu vynést k potoku či rybníku nebo ji symbolicky spálit a přivítat tak příchod jara a nový život. Tento rituál vám pomůže s dětmi vnímat cykly přírody a respektovat její proměny a společně si užít radost z jara a tradičních českých zvyků.



Mláděta a respekt k životu

Na jaře se rodí mláděta a my s dětmi z Chmýříčka pozorujeme narozená jehňátka a kuřátka. Učíme se respektu ke zvířatům – jak se k nim chovat, co potřebují a proč si zaslouží naši péči. Děti tak přirozeně chápou, že produkty, které běžně kupujeme v supermarketu, například vejce, mléko nebo maso, pocházejí od živých tvorů a že s nimi musíme zacházet s ohleduplností a respektem. Stejnou péči a pozornost děti projevují i slepičkám v rámci komunitního chovu Ekocentra Prales – krmí je, sbírají vajíčka a učí se rozpoznávat potřeby zvířat.

Jaro v Dětském lesním klubu Chmýříčko spojuje tvoření, hry, pozorování života v přírodě a praktickou zkušenost s péčí o zvířata.

Užijme si s dětmi toto krásné období jara naplno – děti rostou a než se nadějeme, budou už velké.

Dětský lesní klub Chmýříčko

www.chmyricko.cz

BIKE MARAST
www.bikemarast.cz

Dáblická 339/14, 182 00, Praha 8 - Dáblice, tel.: +420 776 346 435

JÍZDNÍ KOLA, ELEKTROKOLA
VŠE PRO CYKLISTIKU

**NOVÉ TETOVACÍ STUDIO PŘÍMO
VE KBELÍCH!**

JSEM TATÉR ZE KBEL A POMÁHÁM LIDEM PŘENÉST JEJICH
NÁPADY NA KŮŽI – V KLIDNÉM, ČISTÉM A PŘÁTELSKÉM
PROSTŘEDÍ.

- NÁVRH PŘIPRAVÍME SPOLEČNĚ – ŽÁDNÁ SÉRIOVÁ TETOVÁNÍ
- ČERNÁ A STÍNOVANÁ PRÁCE, GEOMETRICKÉ MOTIVY, JEMNÉ LINIE
- VÍTÁM I TY, KDO JDOU POD JEHLU POPRVÉ
- PRVNÍ KONZULTACE NEZÁVAZNĚ A ZDARMA
- SOUKROMÉ STUDIO – PŘÍMO VE KBELÍCH

PŘÍJÍD' SE NEZÁVAZNĚ
PORADIT NEBO NAPIŠ, CO
MÁŠ V HLAVĚ. KAŽDÉ
TETOVÁNÍ MÁ SVŮJ PŘÍBĚH
– ZAJÍMÁ MĚ TEN TVŮJ.

BLACKHOLE TATTOO
KOŠAŘOVA 456/9,
PRAHA 9 – KBELY
BH.TATTOO.CZ
@BLACKHOLE_TATTOO_PRAQUE
+420 739 312 204

WEB **IG**

grafický design
tvorba reklamy
tiskové služby
řezaná reklama
velkoplošný tisk
montáže reklam

tagrafika@tagrafika.cz
www.tagrafika.cz
studio_tagrafika
praha - kbely

tagrafika

grafika × dtp × tisk

INZERCE

Jarní Self Care Day pro ženy
29. 3.

Jemná praxe jógy, dobré jídlo, rituální
kakao, saunování v přírodě, ochutnávka
meditační praxe. Dřevák Kbely.
Více info na www.monikabenitez.cz

Montessori dílnička jako most mezi domovem a školkou

Jak připravit malé děti na každodenní setkávání s vrstevníky, společný pobyt v kolektivu a respektování pravidel, která v mateřské škole přirozeně fungují? Návštěva školky před nástupem, seznámení s paní učitelkou nebo možnost, aby byla maminka první dny nablízku, jsou dnes běžnou a velmi užitečnou součástí adaptace. My v Lesním klubu Cestička vidíme, že velkou oporu dětem i rodičům přináší také dlouhodobé a pravidelné setkávání v bezpečné komunitě – například v rámci našich Montessori dílen pro rodiče s dětmi (od 1,5 roku do 3–4 let).

LESNÍ KLUB CESTIČKA
OD ROKU 2010 V PRAZE - KBELÍCH

Lesní klub s prvky Montessori pro děti od 3 do 6 let

Dopolední i celodenní docházka strávená převážně venku s využitím plně vybaveného zázemí kbelské klubovny. Pondělí - pátek, 8 - 12:30 - 16 hod. Program předškolního vzdělávání probíhá pod vedením zkušených průvodců, učíme se skrze hru a prožitky a v zázemí klubovny pracujeme s Montessori pomůckami. Rádi vás přivítáme na dnech otevřených dveří, napište nám zprávu.

ZÁPISY DO LESNÍHO KLUBU
pro školní rok 2026/2027

cesticka@spolekcesticka.cz www.spolekcesticka.cz telefon: 603 849 047



Děti mohou dílničky navštěvovat už zhruba od 18 měsíců. V tomto období mají za sebou obrovský pokrok v oblasti motoriky i samostatnosti a přirozeně přichází na řadu další krok – společenská socializace. Děti se začínají setkávat s vrstevníky, poznávají různé reakce, učí se čekat, pozorovat, navazovat první vztahy a postupně chápat, že svět tvoří jen ony a jejich rodiče.

Každý čtvrtek odpoledne a pátek dopoledne vítáme děti s doprovodem rodiče v našem zázemí, kde je průvodkyně Pája seznamuje s prostředím, pomůckami i dalšími dětmi. Tři místnosti plné Montessori materiálů nabízejí bohatou škálu aktivit rozvíjejících jemnou motoriku, soustředění i první sociální dovednosti. Rodiče často říkají, že se u nás cítí „jako doma“ – a právě tento pocit bezpečí je základem úspěšné adaptace. Společně takto strávíme hodinu a půl. Děti se postupně učí ohleduplnosti, trpělivosti i empatii – například když čekají na oblíbenou pomůcku nebo reagují na emoce kamaráda. Rodiče jsou u toho a slouží dětem jako jistota i vzor. Společně se učíme, jak dítěti pomoci říct: „Teď tady pracuji já, prosím počkej.“

Součástí programu je i společná svačina. Děti si samy krájí jablko, loupou mandarinku, prostírají a nabízejí kamarádům ze své krabičky. Učí se sdílení, ale také respektování vlastních hranic – platí u nás jednoduché pravidlo: z otevřené krabičky si můžeš vzít, zavřená patří jen tomu, kdo ji přinesl.

Čím více prostoru mají děti do tří let na přirozené seznamování se s ostatními, tím snáze se později zapojují do společných aktivit v mateřské škole. Koberečky, podložky a tácky jim pomáhají chápat osobní prostor a respektovat práci druhých.

Dílničky však nejsou jen o dětech. Jsou také místem pro rodiče – mohou zde sdílet své obavy, radosti i otázky spojené s vývojem dítěte. Učíme se, jak být klidní a důvěřovat procesu. Děti totiž velmi citlivě vnímají, jak se jejich rodiče cítí – a právě náš vnitřní klid jim dává odvahu objevovat nové prostředí.

V Cestičce dětem nasloucháme, věříme jim a pomáháme jim vyrůstat v prostředí, kde se cítí přijímané. Montessori dílnička je tak pro ně prvním bezpečným mostem mezi domovem a mateřskou školou. Velice rádi vás na Montessori dílnách s vašimi dětmi přivítáme. Více informací a kontakt naleznete na webu www.spolekcesticka.cz.

O následném nástupu do lesního klubu s prvky Montessori pro děti od 3 let a jeho fungování si můžete s námi popovídat během dnů otevřených dveří v klubovně Cestičky. Aktuální termíny najdete na našem webu, srdečně vás zveme.

Pavlaína Kapalová
LK Cestička

Panda ve Kbelích

Pandí holčička Meng Hao z berlínské ZOO měla namířeno do daleké Číny. Letadlo se tiše vznášelo nad Evropou, když se náhle ozvala porucha. Piloti neměli na výběr a nouzově přistáli v Praze – na vojenském letišti ve Kbelích. Pandička Meng Hao byla vyděšená a strašně smutná. Seděla v přepravním boxu, z očí jí tekly slzy a ani její zkušený ošetřovatel si s ní nevěděl rady. Zkoušel ji uklidňovat, mluvil na ni, ale nic nepomáhalo.

Až pana generála napadla zvláštní věc. Věděl, že panda byla zvyklá ze ZOO na děti a jejich smích. Rozhodl se proto společně s hlavním ošetřovatelem, že než se letadlo opraví, tak pozve pár dětí z okolí, aby se na pandičku přišly podívat. Mezi nimi byla i holčička Barunka, která pandy milovala celým srdcem.



Když Meng Hao Barunku uviděla, jako by se rozsvítilo slunce. Přestala plakat, natáhla tlapku z boxu a jemně ji Barunce podala. Barunka ji držela a vyprávěla jí jednu pohádku za druhou. Panda poslouchala, spokojeně funěla a už se vůbec nebála. Meng Hao byla tak spokojená, že Barunku musela maminka dokonce omluvit ze školy, aby mohla u pandy zůstat i přes den.

Nakonec se letadlo podařilo opravit a pandička Meng Hao odletěla do Číny. Ale na holčičku Barunku ze Kbel panda určitě nikdy nezapomněla. A kdo ví, možná se někdy i setkají. Hlavní ošetřovatel na sebe u maminky nechal kontakt, protože takový talent pro práci s pandami za celý svůj život ještě neviděl. A tak se možná jednou Barunka stane ošetřovatelkou pand. Kdo ví. Možné je všechno, už jen proto, že Meng Hao znamená „krásný sen“.

Pro Barunku, máma

Chcete mít také váš příběh nebo povídku ve Kbeláku?

Posílejte nám příběhy a povídky a my je rádi zveřejníme i s doprovodným obrázkem. Tady je místo pro vás a vaši fantazii! Je jedno, jestli jste malý nebo velký Kbelák, rádi dáme prostor všem. Příběhy nám posílejte emailem na adresu: info@kbelak.cz. Příběh, který bude zveřejněn, vybírá redakční rada, která vás bude následně kontaktovat.

„Havraňák“

Z Krajinného parku Havraňák se v posledních měsících stává jedno z nejdynamičtěji se rozvíjejících veřejných prostranství na severovýchodě Prahy – a samozřejmě i kus přírody, který má stále silnější vazbu na život ve Kbelských. Projekt, který vzniká na rozhraní Kbel, Čakovice a Letňan, je výsledkem dlouholeté spolupráce městských částí Praha 19 (Kbely), Praha Čakovice a Magistrátu hlavního města Prahy. Park po dokončení zahrne přibližně 140 ha a bude tak patřit mezi největší zelená území tohoto typu v metropoli.

foto: Zuzana Vajglová

Ohlédnutí zpět

V roce 2013 začala naše městská část prověřovat další rozšíření lesoparku od Letňan k zástavbě Kbel. Projekt řadu let krystalizoval a bylo třeba nejprve překonat několik úskalí. Především šlo o získání pozemků. Bylo třeba přesvědčit pozemkový úřad, že by měly být obnoveny polní cesty, mezi Kbely a zastávkou Kbelský lesopark bylo třeba přesvědčit Magistrát, že tam nemají stát domy, ale důležitější je vytvořit velkou zelenou plochu, která bude sloužit i jako rekreační zázemí už tak dost rozsáhlé výstavby v sousedních Letňanech. Dále bylo nutné začít vykupovat pozemky od soukromých vlastníků a získat do užívání část církevních pozemků. Dráhy si nebyly jisté, jestli nebudou posunovat trať, takže se musela prodlužovat lávka, aby vyhověla i variantě provozu po dvou kolejích.

V roce 2016 se podařilo zpracovat koncepci celého území a v roce 2017 byla dokončena první studie Krajinného parku Havraňák. Projednávání narazilo i na odpor bývalého starosty Letňan, který v místě parku prosazoval přivaděč dálničního okruhu. Kladné stanovisko letňanského úřadu se podařilo získat až po mnoha měsících a územní rozhodnutí vydal stavební úřad v roce 2021. Při tak rozsáhlém projektu, který se zabývá územím o rozsahu zhruba 140 hektarů, se nelze divit.

V roce 2022 už se projednávalo stavební povolení a Magistrát přidělil sedmdesátimilionové dotace na vybudování cest, lávky přes trať a výkup pozemků.

Radek Čermák



foto: Katarína Slovínková

Nové stezky pro chodce i cyklisty

V roce 2025 byly v Havraňáku dokončeny významné úseky nových stezek pro pěší a cyklisty – celkem 2,3 km kvalitních tras, které zkracují spojení mezi Kbely, Letňany a Čakovicemi a doplňují stávající síť polních stezek. Tyto trasy nejsou jen rekreační – vedou jimi i celoměstsky významné cyklotrasy (např. A4, A28, A276, A431), čímž park napomáhá bezpečnému a bezmotorovému pohybu napříč městem.

Ze strany Kbel byly vybudovány nové propojky, například mezi Sychrovskou, Zamašskou a Toužimskou ulicí nebo u zastávky Kbelský lesopark. Práce zahrnují terénní úpravy i přípravu výsadbových ploch pro nové stromové porosty pod kopcem.

Propojení s okolní krajinou i bezpečná cesta do školy

Stezky v Havraňáku pomáhají obyvatelům Kbel a sousedních čtvrtí nejen při rekreaci, ale i v každodenním



foto: Zuzana Vajglová



foto: Martin Zámečník



foto: Katarína Slovínková

životě. Díky nim se například děti mohou dostat do školy bezpečně mimo rušné komunikace jako Semilská, protože nová trasa od Toužimské ulice směrem k sídlišti pod Nouzovem a Čakovícím vede právě parkem.

Příroda, volnočasové využití a komunitní akce

Krajinný park je koncipován nejen jako síť stezek, ale i jako prostorná zelená zóna, kde si místní můžou užít přírodu, klidné procházky či cyklistické vyjíždky. Projekt reaguje na představy obyvatel o kvalitním veřejném prostoru, který podporuje biodiverzitu i zdravý životní styl.

Co dál čekat?

Další fáze rozvoje parku zahrnují dokončení chybějících propojení stezek, výsadbu nových stromů a úpravy zelených ploch. Kbelští obyvatelé tak mohou sledovat, jak se Havraňák postupně stává nejen zeleným prstencem kolem městské části, ale i srdcem každodenní mobility a komunitního života

Prof. PhDr. Vladimíra Dvořáková, CSc.

Je jednou z nejvýraznějších českých politoložek současnosti. Narodila se 11. února 1957 v Karlových Varech a po studiích historie a ruštiny na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy se věnovala výzkumu moderních dějin Latinské Ameriky, který ji později nasměroval k politologii a analýze přechodu k demokracii.

Od roku 1993 působila na Vysoké škole ekonomické v Praze. V roce 2003 se stala první jmenovanou profesorkou politologie v Česku. V letech 2006–2016 byla předsedkyní Akreditační komise České republiky a významně ovlivnila standardy vysokoškolského vzdělávání. V současnosti působí jako ředitelka Masarykova ústavu vyšších studií ČVUT v Praze.

Vladimíra Dvořáková je autorkou řady odborných i populárně-politických knih a studií. Mezi její klíčové publikace patří například O přechodech k demokracii (1994), která shrnuje teoretické i praktické aspekty transformace režimů k demokracii, Základní modely demokratických systémů. Komparace politických systémů (učebnice politologie) či Rozkládání státu (2012), kde kriticky analyzuje stav politické kultury a fungování institucí v Česku. Je také editorkou mezinárodních sborníků, například o lustraci a konsolidaci demokratických principů ve střední a východní Evropě.

Aktivně se věnuje i populárnímu komentování současné politické situace a pravidelně vystupuje v mé-

diích, kde upozorňuje na rizika pro demokratický systém, důležitost sociálního smíru či roli občanské společnosti.

Za příkladné občanské postoje a občanskou statečnost, kterou prokázala zejména ve funkci předsedkyně Akreditační komise, obdržela Dvořáková v roce 2012 Cenu Františka Kriegla, udělovanou Nadací Charity 77.

Od roku 2010 žijete s manželem ve Kbélích, proč právě Kbely? A co tu máte nejraději?

Kbely jsou pro mě místem, kde se ideálně snoubí klidný život s dobrou dostupností do centra města. Je tu hodně zeleně, lidé se znají, zdraví a máte tu pocit, že jste opravu doma.

Kdo zná ve Kbélích Tebe, jistě zná i Tvého pejska Rozinku, která Tě věrně doprovází dost často až do Billy na nákup. Málokdo ale možná ví, že Rozinka a její kočičí kamarád Čertík mají dokonce svou knížku. Je to poměrně zásadní rozdíl oproti Tvým předchozím publikacím, proč právě knížka o zvířátkách?

Podobně jako na mnoho dalších lidí na mě nepříjemně působí současná situace, kdy se stále více prosazuje agresivita, urážky, ponižování protivníka. To, že má někdo jiný názor, nebo je „jiný“, neznamená, že je špatný. Chtěla jsem napsat něco pozitivního. Doma jsem zažila krásné kamarádkové soužití dvou hodně odlišných zvířátek, která k nám přišla z útulku. A chtěla jsem říci dětem, že kamarádství je v životě hodně důležité. A dobrý kamarád se nepozná podle toho, že má znač-



kové oblečení, ale podle toho, že dokáže pomoci, když je potřeba, byť je třeba trochu jiný – jako kocourek a psí holčička. A kniha je věnována mým dvěma vnoučatům – Aničce a Marečkovi. A možná jednou, až tu nebudu, budou tyto příběhy číst svým dětem.

V knížce se pozná nejen jeden kbelský pejsek. Kdyby mohli pejsci ze Kbel mluvit, co by podle Tebe o životě tady řekli?

Prostředí pro pejsky je zde ideální. Je zde mnoho prostoru pro skvělé venčení. Ne vždy to zvládají páníčkové; dost mi vadí, že někteří nedělají, co patří k jejich povinnostem (sbírání exkrementů). Je zajímavé, jak si pejsci vytvářejí vlastní kamarády, možná podobně jako lidé – prostě některé mají rádi, a některé moc ne. Ale nejde jen o pejsky. Venčení pejsků znamená, že potkávám řadu lidí, které bych nikdy nepotkala. I my

O Rozince a Čertíkovi si můžete vypůjčit v místní knihovně v Kulturním a kreativním centru Kbely.



dvě se vlastně známe jen díky venčení Agátky a Rozinky, které spolu hodně kamarádily. Často neznám ani jména lidí, které potkávám, ale znám jména jejich pejsků. A potkávám i lidi, kteří nejsou pejskaři. A o tom to je. Jedno z největších nebezpečí současného světa je to, že lidé zůstanou v izolaci na sociálních sítích. Pejskařům a lidem, kteří využívají krásného prostředí Kbel k pobytu venku, to tolik nehrozí.

Děkuji za rozhovor,
Marcela Holečková

Gočárovy domy z kbelského letiště

Dílem věhlasného architekta Josefa Gočára, stavitele českého kubismu, funkcionalismu a také konstruktivismu, bylo původně pět dřevěných domků – dřevěnic, které vznikly v letech 1920 až 1921 jako soubor provizorních staveb pro kbelské letiště, kde také dlouhé roky stály. Dnes už existují poslední dva z těchto domů. Jsou umístěny v pražské zoologické zahradě a patří mezi kulturní památky coby doklady unikátní architektury českého národního dekorativismu (české art deco), respektive rondo–kubismu.

Gočárovy domy měly však podlehnout času, když přestaly sloužit svému účelu. V 60. letech 20. století neunikl žádný demontáži, ale dva z nich se podařilo zachránit a přestěhovat právě do pražské zoologické zahrady. Tam byly v roce 1978 opět postaveny, i když v poněkud pozměněné podobě. Jeden se začal využívat jako zázemí pro práci s dětmi a později jako ubytovací zařízení pro návštěvy, druhý plnil funkci služebního bytu.

Původních pět domů, a to úřední budovu s pobočkou československého celního úřadu, hostinec, domek pro sluhu, garáž, skladiště pohonných hmot, postavil jejich tvůrce ve zcela výjimečném stylu národního kubismu. Typické kubistické prvky uplatněné v tvarosloví těchto staveb získaly však dekorativnější charakter než obvykle, neboť se Gočár inspiroval lidovou architekturou (jaká se objevuje třeba u jihočeských barokních statků). Zvláštností domků byla jejich veselá barevnost, když architekt užil barev české trikolóry, jelikož vznikaly dva roky po vyhlášení Československé republiky.

Dva zachráněné domy, původní hostinec a domek pro sluhu, postihla v ZOO Praha roku 2002 ničivá povodeň a velmi vážně je poškodila, takže už se nedaly dále využívat. Poničené objekty se provizorně zakonzervovaly a čekaly na rekonstrukci. V roce 2005 projevila zájem o Gočárovy domy městská část Praha 19, která iniciovala jednání o přemístění těchto staveb zpět do areálu kbelského letiště. Dohodu s Ministerstvem obrany ČR, vlastníkem letiště, se však nepodařilo uzavřít, a tak chátrající domky zůstaly v ZOO Praha. V roce 2007 zařadilo vedení zoologické zahrady Gočárovy domy ke svým prioritám s tím, že zůstanou tam, ale budou přemístěny mimo záplavové území do severní části areálu. Nakonec se poštěstilo získat i prostředky na celkovou rekonstrukci, která začala v dubnu 2010.

Rekonstrukce probíhala za přísného dohledu odboru památkové péče Magistrátu hl. m. Prahy a místně příslušného pracoviště Národního památkového ústavu. Exteriérem se oba domky vrátily k původnímu návr-



hu architekta Gočára i s řešením fasády v barvách trikolory. Podle původního projektu jsou ztvárněny také interiéry včetně nábytku, kopie kachlových kamen či stylových lustrů.

Do užívání návštěvníkům ZOO byly oba zrekonstruované Gočárovy domy předány se zahájením hlavní návštěvnické sezony 2011. V jednom je nyní restaurace, jak tomu bylo i původně na letišti, a ve druhém prodejní galerie a prostory pro činnost zoologických kroužků.

A tak dva Gočárovy domy původně z kbelského letiště, zapsané už 23. října 1974 do seznamu kulturních památek, nakonec „přežily veškeré úklady lidí i živlů“ a zůstaly zachovány pro nás a snad také budoucí jako artefakty a doklady originální české architektury. Znamenají spojnici mezi Kbely a největší osobností české architektury 20. století, za kterou byl Josef Gočár roku 2000 v anketě zvolen.

Kdo byl architekt Josef Gočár

Narodil se 13. března 1880 v Semíně u Přelouče. Vystudoval architekturu u Jana Kotěry a pak se stal jeho nejbližším spolupracovníkem. Účastnil se aktivně spolkového uměleckého života pražských architektů a výtvarných umělců a stal se také profesorem architektury na Akademii výtvarných umění a později jejím rektorem.



Matky Boží z roku 1911 má revoluční železobetonovou konstrukci a výraznou fasádu. Přes svoji modernost však překvapivě splýval s okolní historickou zástavbou a na jeho nároží dokonce umístili barokní mariánskou sochu, takzvanou Černou Matku Boží. Později se Gočár přiklonil k funkcionalismu a konstruktivismu. K jeho dílům patří například palác Fénix na pražském Václavském náměstí a perlou funkcionalismu je jeho kostel sv. Václava ve Vršovicích.

Vedle pražských děl je zásadní a velmi ceněný Gočárův podíl na urbanistických koncepcích zejména v Hradci Králové.

Od počátku 20. let Gočár v Hradci Králové zpracovával územní plán města, vytvářel regulační plán nábreží, výstavbu v Labské kotlině, školní bloky (Gymnázium J. K. Tyla), střed města (dnešní Ulrichovo náměstí). Plány výstavby zahrnovaly i systém vnějšího dopravního okruhu s radiálami směřujícími do centra města, mezi nimiž se střídají obytné čtvrti s plochami zeleně. S výstavbou v Hradci Králové pokračoval Gočár i na konci 20. let v období konstruktivismu.

Josef Gočár, stavitel českého kubismu, funkcionalismu a také konstruktivismu, z něhož chtěl mít jeho otec zlatníka, zemřel 10. září 1945 v Jičíně.

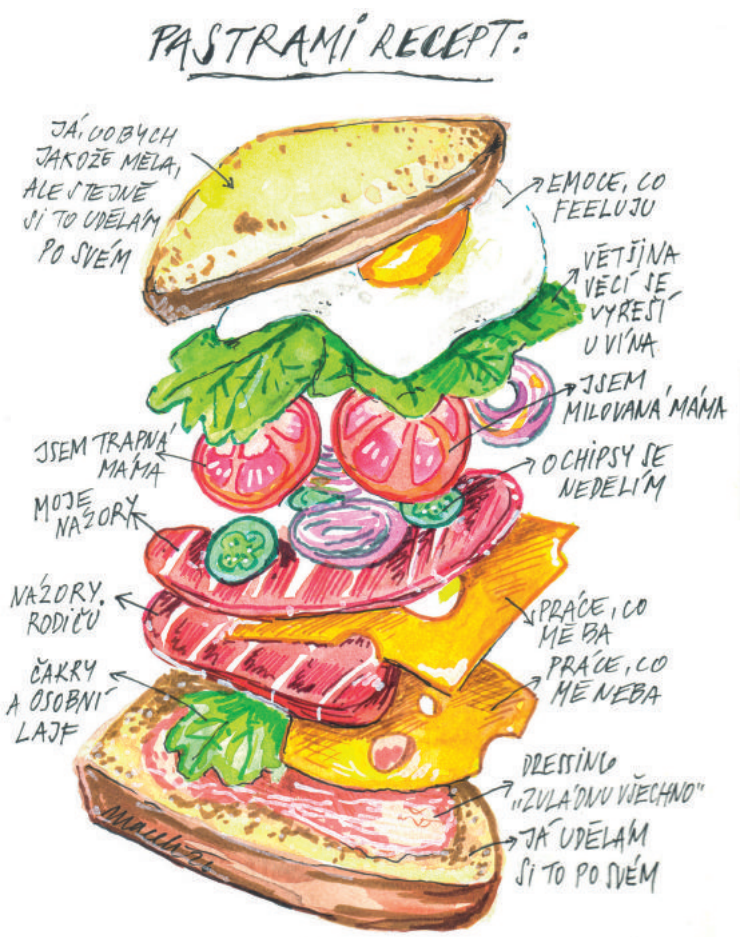
Jsem součástí pastrami generace a moc si to nevychnutnávám

Hodně toho slyšíme o tzv. sendvičové generaci, tedy generaci lidí středního věku, kteří se současně starají o své malé děti a staré rodiče, kteří již nejsou zcela soběstační. Teoreticky tam spadám také, i když označení „člověk ve středním věku“ ve mně vzbuzuje pocit, že budu mít brzy chlup na bradě.

Ještě donedávna jsem si říkala, že je výhrou v loterii, že si mě rodiče pořídili tak nezodpovědně brzy – jsou tudíž ještě v plné síle a moji pomoc zatím nikterak významně nepotřebují. A mé děti už nejsou tak malé, abych jim musela permanentně krýt záda, jsou vlastně čím dál samostatnější. Akorát že to až taková výhra není, naivní jsem byla! To, že jsou rodiče v plné síle, znamená, že stále mají pevné názory, které neváhají použít, a ještě k tomu dobře vidí, tudíž neustále monitorují moje životní kroky a rozhodnutí – a hlasitě je komentují. Ta plná síla je fajn věc, to nemohu říct.

A že již děti nejsou drobotina, která se ani nevysmrká? S láskou vzpomínám: ta bezmocná roztomilost byla to, co náš vztah zachraňovalo. Teď mi oznámí, že si zajedou koupit frappuccino, že jsem trapná, když neznám XY (dosad' si jakéhokoli youtubera, který na kameru hraje hry nebo na sebe kydá tuny makeupu a má zkrátka všechny atributy k tomu stát se idolem) a že to jsem teda moc „nepotáhala“, když jsem k večeri připravila něco tak nudného jako zapékané brambory. Mohlo bejt poke, ale jsem holt staroba... Kdyby u toho byly roztomilé, hodně by to vyřešilo. Takhle brzy vyndám ze skříně všechny svoje věci, do kterých zhubnu, a nachystám jim tam pohotovostní zavazadla – pro případ, že by mamince ruply nervy.

Jakoby nestačilo, že jsem mileniál a tím pádem se očekává, že zvládnu všechno na světě, ale protože jedeme na vlně „pečujeme o duševní zdraví a balanc je naše



hobby“, budu se u toho tvářit vesele – žiju přece vědomě. Jsem součástí sendvičové generace? Ale hodně vytuněné! Nejsem plátek šunky něžně vložený mezi dvěma krajíčky chleba, cítím se jako pořádně nabušený pastrami sendvič, tedy spousta plátků masa namačkaných do mnoha plátků chleba, zalitých omáčkou a posypaných okurkou. Jsem namačkaná mezi generaci, která všechno „vydržela“ a „za nás se to tak neprožívalo a jak jsme to všichni pěkně zvládli“, a generaci, která všechno „zpracovává“, hodně řeší toxicitu – odpadu i vztahů, a musí to feelovat, jinak je to „kámo, waste of time“. Někde mezi tím stojím já: mileniálka, kterou štvou obě generace. Nejvíce to, že obě mají pocit, že to dělají správně. A přitom víme, že všechno stojí a padá na nás. Vynalezli jsme Google, alkoholovou fermentaci jsme vyzkoušeli na sobě a dokázali jsme, že nespát tři dny a pak trefit domů bez mapy naprosto v pohodě jde, vztahy jsme buďovali přes prozvánění a smajlíky z interpunkce.

Na tohle prozření jsem přišla ve chvíli, kdy mi máma řekla, že „za nás deprese nebyly“ a doma jsme vedli diskusi, zda je přípustné učit se na test, když se blíží úplněk a máte deficit matchy. A to pak je na jednu mileniálku trochu moc věcí k řešení. A takové situace zažíváme dnes a denně.

Emoce, pocity, problémy? Naši rodiče je zkušeně zametali pod koberec, kostlivec mohl vykuknout v podstatě odkudkoli, ale vykládat, jak se cítí nebo co je trápí, brali jako slabost a selhání. Mladá generace naopak trvá na tom, že je třeba najít a pojmenovat důvody jakéhokoli nepohodlí a řádně se opečovat... Já se ještě nedávno domnívala, že „sharing is caring“ se týká jídla a dokázala jsem hodiny diskutovat na téma „po desáté večer se o své chipsy nedělím“ – tak vypadá sebepečení v mém podání.

Patřím do generace, která chce do práce chodit s radostí, ale zase vím, že nejsem pizza a nemusím být každému po chuti. Když je šéf blbec, pomluví ho s kolegyní u vína, když mě štví kolegyně, tak se zkrátka obrním trpělivostí a nasadím sluchátka. Generace před námi byly rády, že práce je, a neřešily, zda je „ba nebo neba“, nebyla místem pro seberealizaci. Mladé musí práci naplňovat, nesmí jim narušovat čakry a osobní lajf, ideální je, když ji lze dělat odkudkoli, z postele nebo z pláže – to se těžko chápe nově nastupující recepční.

Rodičům aby člověk neustále vysvětloval, že emailová schránka nevisí nikde na plotě a internetové bankovníctví neznamená, že vám banka peníze vzala, dala vám jakési virtuální padělky a začala s vámi hrát Monopoly. Děti se naopak radí o všem s umělou inteligencí, což je fajn při plánování dovolené, ne tolik při plánování vlastní budoucnosti. A já řeším, že se mi nesynchronizoval kalendář a s láskou vzpomínám na doby, kdy mi nikdo nevolal, protože neměl kredit.

A tak tu stojím mezi těmi dvěma světy a snažím se nechat přesvědčit o tom, že něco dělat musím, protože se to očekává, a naopak nasát trochu toho „když to necítím, tak to dělat nebudu“. A přemýšlím, jak to udělat, aby byli všichni spokojení. Závidím dětem ty možnosti a schopnost dát se na první místo, a dávám těm svým rodičům co možná nejvíce najevo, že oni odvedli skvělou práci a můžou mě s klidem nechat dělat tu mou a užívat si zaslouženou pohodu.

Kateřina Osičková

Zveme vás

do Kulturního a kreativního centra Kbely

- 4. 3. ST** návštěva **Klubu seniorů** v KKCK od 18 hodin vernisáž fotografií **Vladislava Vrbý**
- 7. 3. SO** **dětský letecký den**
- 10. 3. ÚT** literární a kulturní pásmo pro žáky **1. tříd ZŠ Kbely**
- 16. 3. PO** divadelní představení pro **MŠ Albrechtická**
- 17. 3. ÚT** literární a kulturní pásmo pro žáky **1. tříd ZŠ Kbely**
- 18. 3. ST** sportovní beseda s **Evou Haniakovou, Janem Bergerem** a dalšími hosty
- 21. 3. SO** dětské divadelní představení spolku **Baribal** – Velká kokosová pohádka
- 27. 3. PÁ** **Noc s Andersenem** – zábavný program pro žáky **1. tříd ZŠ Kbely**
- 30. 3. PO** velikonoční tvořivá dílna pro menší děti
- 31. 3. ÚT** literární program pro děti z **MŠ Albrechtická**

K
Kulturní
a kreativní
centrum Kbely

Praha 9 – Kbely
Mladoboleslavská 1116
Budova č. 1 (bývalý areál PAL)
www.kkckbely.cz

INZERCE

**PŘÍMĚSTSKÉ
SPORTOVNÍ TÁBORY
KBELY**

CYKLISTIKA**ZŠ ALBRECHTICKÁ**

4 TURNUSY

INLINEŠKOLA.CZ

VÍCE INFO

Škola má nové logo!

Na jaře letošního roku se u nás rozhořela kreativní bouře. Školní parlament ve spolupráci s vedením školy vyhlásil soutěž o nové logo – ne sportovní znak, ale symbol, který vystihne celou naši školu. Do soutěže dorazilo přes 90 návrhů a vybrat ty nejlepší nebylo vůbec snadné. Po pečlivém výběru postoupilo do užšího kola téměř 50 návrhů a na podzim jsme s napětím oznámili tři vítězné práce. Slavnostní předání cen proběhlo v pátek 21. listopadu. Vedení školy společně s předsednictvem školního parlamentu ocenilo tři nejlepší návrhy zajímavými dárky.

- 1. místo: Robin Kysel, 6. B
- 2. místo: Anička Lamošová, 6. D
- 3. místo: Terka Burešová, 9. D

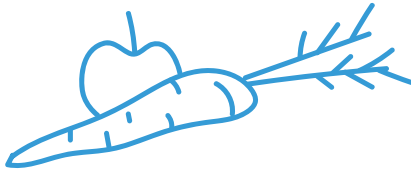
Velké poděkování patří školnímu parlamentu za skvělý nápad i organizaci a všem, kteří se do soutěže zapojili, a vítězům samozřejmě gratulujeme! Nové logo postupně uvádíme do života.



Sbírka
Mrkev pro prales
se zdařila

V pátek 19. prosince se naše škola opět ukázala jako místo s obrovským srdcem. Proběhla sbírka Mrkev pro PRALES a byla velmi úspěšná. Vybralo se velké množství mrkve, školní jídelna navíc přidala i porci jablek, která zbyla po pátečním obědě. Zaměstnanci Ekocentra PRALES byli nadšení a věříme, že i zvířátka si svou vánoční nadílku opravdu užila.

Velké poděkování všem dárcům z řad dětí, rodičů i zaměstnanců



školy. Díky vám měla zvířátka hezčí vánoční svátky a děti další krásnou zkušenost, že i malá pomoc dokáže udělat velkou radost.



Výsledky voleb do Školské rady základní školy

Ve dnech 21. a 22. ledna 2026 proběhly v souladu s § 167 školského zákona volby členů školské rady za pedagogické pracovníky a za zákonné zástupce žáků.

Zástupci pedagogických pracovníků

Volby proběhly 21. ledna 2026. Pedagogové byli zvoleni na další období tito zaměstnanci: Martin Novák, Kateřina Škořepová a Lucie Kalčíková.

Zástupci zákonných zástupců

Volby proběhly 22. 1. 2026. Rodiči byli zvoleni na další období tito zástupci rodičů: Anežka Hazlbauerová, Radomír Švec a Klára Kafoňková.

Zvoleným členům školské rady gratulujeme a všem kandidátům i voličům děkujeme za účast.



Když Ježíšek ví, co škola potřebuje

První lednový den ve škole vypadalo, jako by Ježíšek nestihl všechno rozdat o Vánocích a vrátil se k nám doplnit dárky. Na staré budově se objevilo nové barevné sezení, které se okamžitě zaplnilo. Slouží k odpočinku, povídání i krátkému „vypnutí“ mezi hodinami. Přišla také část, která rozproudila energii opravdu na maximum – na nové i staré budově přibýly boxovací pytle. Během chvíle bylo jasno, že tohle bude hit dne. Poslední část dárků dorazila v podobě nových stolních fotbálků. Všechny dárky jsou mezi dětmi oblíbené a každou přestávku plně obsazené.

Kalendářník
aneb co nás čeká

- 23. února až 1. března 2026
jarní prázdniny
- 19. března 2026
zasedání školního parlamentu
- 27. března 2026
projektový den –
Den a noc s Andersenem
- 2. dubna 2026
velikonoční prázdniny
- 14. – 24. dubna 2026
třídní schůzky
- 16. dubna 2026
zasedání školního parlamentu
- 22. dubna 2026
čtvrtletní pedagogická rada
- 30. dubna 2026
sportovní den pro II. stupeň

Ohlédnutí za akcemi SRPŠ: Od rodičovských kaváren po umělecké dílny

Kreativní workshop

V prosinci se jídelna základní školy Kbely opět proměnila v obří výtvarný ateliér plný kreativity a rozzářila se barvami! V umělecké dílně se děti s chutí vrhly do tvoření, nechaly se uchvátit akrylem a s obdivuhodnou trpělivostí vytvářely vlastní malé zázraky. A ty úsměvy při odchodu? K nezaplacení. Právě proto takové akce SRPŠ Praha Kbely dělá – protože radost z tvoření je prostě nakažlivá. Obrovské poděkování patří Kbelskému ateliéru a Monice Br-

chelové za skvělé vedení, inspiraci a podporu. Bylo to parádní a věříme, že si děti odnesly nejen krásné obrázky, ale hlavně skvělé zážitky.

Rodičovské kavárny

V listopadu zaplnili školní jídelnu rodiče, aby se zúčastnili další z tradičních rodičovských kaváren, tentokrát na téma „Klíč k duševnímu zdraví dětí“. Hostem byla dětská psychologka PhDr. Ilona Špaňhelová, která poradila, jak včas rozpoznat duševní nepohodu dítěte, jak mu pomoci zvládat obavy a jak systematicky posilovat jeho sebedůvěru i odolnost. Rodiče získali řadu praktických tipů, od důležitosti rituálů a sdílení emocí až po digitální detox před spaním a základní pravidlo „3S“: strava, sport, spánek.

Koncem ledna proběhlo další setkání, tentokrát s Marií Macouno-



Spolek rodičů
a přátel školy
Kbely

vou a Lucií Smolíkovou z Rodinného centra Praha na téma „Kluci jsou z Marsu, holky z Venuše... už od školky“. Dozvěděli jsme se, jak výrazně se liší vývoj mozku a odbourávání stresu u obou pohlaví a proč je důležité tuto jinakost respektovat. Velkým tématem byla psychická odolnost a varování před „levným“ dopaminem z elektroniky, který je důležité nahrazovat společnými zážitky a sportem. Lektorky také zdůraznily, že klíčovou roli hraje naslouchání a čas věnovaný jedinečnosti každého dítěte pro vytvoření rodiny jako zdravého tréninkového prostoru pro život.

Výkonný výbor SRPŠ



Co se u nás ve školce dělo a co nás ještě čeká

V naší mateřské škole rozhodně nebyla v uplynulém období nuda. Dny byly plné smíchu, tvoření, pohybu i společných setkání s rodiči a přáteli školky.

Podzim jsme zahájili velmi chutně – Štrúdlůváním s rodiči. Vůně jablek a skořice se linula celou školkou a děti s nadšením sledovaly, která třída letos vyhraje putovní pohár o nejdelší štrúdl. Následovala Halloweenská stezka, kde se to hemžilo strašidly i odvážnými hrdiny plnicími nejrůznějšími strašidelnými úkoly.

Velkým přínosem je pro nás každoročně také návštěva knihovny, kde se děti hrou formou seznamují s knihami a prostředím, které podporuje vztah ke čtení. Některé třídy knihovnu navštívily ještě v budově radnice, další již zažijí nové prostředí knihovny v Kulturním a kreativním centru, které pro ně bude jistě zážitkem.

Adventní čas jsme si užili při akci Advent – rozsvícení stroměčku, kdy jsme slavnostně rozsvítili „školkový“ vánoční stromček a o krásnou vánoční atmosféru se postaraly děti se svým vystoupením písniček a básniček a my věříme, že každého z přítomných, jejich vystoupení zahřálo u srdce.

Velké poděkování patří Městské části za možnost využívat led na hřišti Spartak. Díky tomu si děti každé úterý obouvají brusle a s úsměvem zkouší své první obloučky i odváž-



nější jízdy. Na bruslení navazuje také kurz pod záštitou klubu HC Letci Letňany, který dětem přináší nové sportovní zkušenosti a podporuje jejich zdravý pohyb. Nezapomínáme ani na vodní radovánky – plavání v bazéně Lagoon Letňany je u dětí stále velmi oblíbené.

V novém roce ve spolupráci s Charitou České republiky jsme podpořili Tříkrálovou sbírku pod vedením paní Cacákové, která nám přišla do školky s dětmi zahrát a zazpívat písně a přiblížit dětem příběh o Třech králech.

Jelikož se letos zápis do základních škol odehrává již v únoru, tak se naši předškoláci vydali na návštěvu do naší kbelské základní školy, kde si společně s prvňáčky vyzkoušeli, jaké to je být opravdovým školákem.

Zimní období jsme pak s radostí a sportovním duchem uzavřeli zimní olympiádou, kde šlo především o radost z pohybu a vzájemné spolupráce, kde všechny děti ze svého týmu táhly za jeden provaz.

A co nás čeká dál? Už brzy proběhne zápis do mateřské školy, který se letos koná již v březnu. Připravujeme Velikonoční stezku, která propojí



MŠ Albrechtickou s detašovaným pracovištěm MŠ Albatros. Těšit se můžeme také na Noc s Andersenem, kde si předškoláci vyzkouší ve školce přespát, tradiční Čarodějnice, Školu v přírodě a na úplný závěr školního roku nás čeká Zahradní slavnost, kdy se rozloučíme se školním rokem a zažijeme společné chvíle na zahradách MŠ.

Závěrem bychom chtěli poděkovat všem rodičům, partnerům a podporovatelům za spolupráci a těšíme se na další společné zážitky.

Renata Holcmanová
zástupkyně ředitelky



Děti ze školky Letců si zimu užívají naplno. Sněhová nadílka nám letos připravila skvělé podmínky pro zimní radovánky nejen na zahradě, ale také na horách, kam jsme se se třemi třídami vypravili. Děti tak strávily jeden den na Benecku bobováním a poznáváním krásné zimní krajiny. Pro všechny děti to byl vskutku velký zážitek, na který stále vzpomínají. Pohyb nás bude provázet i dalším pololetím, ve kterém dětem začne další kurz plavání. Také se již těšíme na olympijské hry, kdy spolu s dětmi budeme fandit našim sportovcům a zkusíme si zahrát na hokejisty a krasobruslařky na novém kbelském kluzišti.



Zimu brzy vystřídá jaro a ním spojený důležitý okamžik pro mnoho rodin – zápis dětí do mateřské školy. Rádi bychom vám nabídli přehledné informace a zároveň upozornili na několik změn, které se v letošním školním roce zápisů týkají.



Období pro zápis k předškolnímu vzdělávání se nově bude konat v období od 15. března do 15. dubna. Obě kbelské mateřské školy mají jednotný termín zápisu, který se bude konat v pondělí 23. března 2026 v Lidovém domě Kbely, Toužimská 244, Praha 9 – Kbely. Pokud se chcete ucházet o místo v obou MŠ, musíte do každé zvlášť podat elektronicky Žádost o přijetí dítěte k předškolnímu vzdělávání, kterou pohodlně zadáte přes webové stránky jednotlivých mateřských škol:

- www.msletcu.cz
 - www.ms-albrechticka.cz
- S vyplněnými formuláři,rodným listem dítěte a občanským průkazem zákonného zástupce je nutné se osobně dostavit do Lidového domu v den zápisu.

Budeme moc rádi, když se u zápisu potkáme – těšíme se na Vás i Vaše děti.

TERAPIE PRO KAŽDÉHO

Každý z nás potřebujeme v životě podat pomocnou ruku. Má smysl řešit i zdánlivé maličkosti, které mohou náš život významně ovlivnit.

Cítíte se smutně, máte deprese? Cítíte úzkosti, samotu nebo smutek?
Trápí vás nespavost, vztek, stres nebo trauma?
Chcete řešit vztahy, rodičovství nebo početí?
Chcete se rozvíjet - motivace, leadership?

- Nabízím vám:**
- > Individuální terapie
 - > Párové terapie
 - > Rodinné terapie



PETRA FINSTERLE
702 035 432

Přijímám nové klienty zde ve Kbelském.
Pracuji i s dětmi od 10 let.

INZERCE



Zámecký areál Ctěnice

- sobota 28. 3. 10.00-16.00
Velikonoce na zámku
Dílničky, dvorek s mláďátky, hudba, loutkové hřiště a více
- sobota 21. a 28. 3.
Velikonoční prohlídka zámku
Kostýmovaná prohlídka s výkladem z historie Velikonoc
- sobota 16. 5. 10.00-16.00
Květinové slavnosti
Bohatý květinový trh s programem pro celou rodinu
- každé 2. úterý v měsíci v 15.00
Zámecká kavárna – talkshow Daniely Brůhové
V březnu jako hosta přivítáme Kateřinu Cajthamlovou

Vstupenky a více informací na muzeumprahy.cz
Zámecký areál Ctěnice, Bohdanečská 259/1, Praha 9 - Vínor



Příměstské tábory 2026 – léto plné her a nových zážitků

Léto 2026 se blíží a s ním i příměstské tábory pro děti od 3 do 12 let. V CoByDupu čekají tyto děti týdny plné her, tvoření, pohybu a kamarádství. Novinkou je turistický týden pro malé výletníky – batohy na záda a hurá za dobrodružstvím!

Prázdniny strávené aktivně, v bezpečném a přátelském prostředí – přesně to naše příměstské tábory nabízejí. Připraveno je sedm turnusů se všeobecným zaměřením, které jsou vhodné pro všechny děti, jež rády objevují, tvoří, sportují a hrají si.

Program je vyplněný hrami, soutěžení, výtvarnými aktivitami i výlety a je vždy přizpůsoben věku dětí. Pod vedením zkušených lektorek děti rozvíjejí pohybové i kreativní dovednosti a užívají si společný čas s kamarády bez rodičů.

V ceně tábora je zajištěna celodenní strava včetně pitného režimu.



Více informací najdete na:

www.krc-cobydup.cz

centrum@krc-cobydup.cz

Těšíme se na společné léto!

Pro děti od 5 do 12 let

- 13. 7. – 17. 7. 2026 – Týden plný dobrodružství – věková skupina 5–10 let
- 20. 7. – 24. 7. 2026 – Expedice léto – věková skupina 7–12 let
- 10. 8. – 14. 8. 2026 – Prázdniny plné překvapení – věková skupina 5–10 let
- 17. 8. – 21. 8. 2026 – Dobrodružství v batohu – věková skupina 7–12 let

Pro děti od 3 do 5 let

- 27. 7. – 31. 7. 2026 – Letní hrátky se zvířátky – věková skupina 3–5 let
- 3. 8. – 7. 8. 2026 – Z pohádky do pohádky – věková skupina 3–5 let
- 17. 8. – 21. 8. 2026 – Cesta kolem světa – věková skupina 3–5 let



Kbelský masopust: Masopustník vládl a kobyla to odnesla

V sobotu 7. února se Kbely proměnily v opravdový masopustní kolo-toč smíchu, tance, masek a voňavého jídla. Masopust jsme oslavili tak, jak se sluší a patří – vesele, společně a s úctou k tradicím.

Hudbu k poslechu i tanci nám naservírovala kapela Brass Bombers, děti potěšilo divadlo a napětí vrcholilo při volbě krále a královny masopustu. Masopustník se ujal své vlády a kobyla... ta to bohužel opět odnesla – byla slavnostně a po zásluze setnuta, jak velí masopustní zvyky.

V dobrém jsme se sešli, dobře se poměli a smíchu bylo víc než dost. Inu, všechno má svůj konec – jenom jitrnice dva.

Díky všem, kdo pomohli, i těm, kdo přišli slavit. Už se těšíme, až se příští rok zase ve Kbelích sejdem.

*Za tým KRC CoByDup
Lenka Baťková*

Římskokatolická farnost sv. Alžběty Kbely dostavba komunitního centra u kostela sv. Alžběty Durynské

Poděkování městské části a dárcům

Zastupitelstvo městské části Kbely podpořilo na svém mimořádném zasedání dne 29.11.2025 hlasy všech přítomných zastupitelů záměr dostavby komunitního centra u kostela sv. Alžběty ve Kbelích.

Už přes rok pracuje 20členný tým farnosti sv. Alžběty na projektu dostavby zázemí u kostela. Počet návštěvníků kostela, akcí a bohoslužeb stále narůstá, stávající zázemí kapacitně nestačí. Proto vznikl projekt, který nabídne Kbelákům nový velkokapacitní sál, učebny, zázemí pro dětskou skupinu a pro další spolky.

Komunitní centrum Kbely

Kbely jsou jednou z mála okolních městských částí, které dosud nemají komunitní centrum. V dnešní době osamělosti je setkávání důležité pro zdravý život všech generací. Kostel sv. Alžběty ve Kbelích je jedním z přirozených center setkávání místní komunity.



Co komunitní centrum nabídne pro Kbely

Nové centrum poskytne prostory pro setkávání spolků, skautů, rodičů s malými dětmi, zázemí pro dětskou skupinu, seniory a mládež. Plánovaný sál pak zásadním způsobem rozšíří možnosti pro vzdělávání, školení a další aktivity pro širokou veřejnost i firmy.

Sbírka na dostavbu centra

Financování projektu je plánované vícezdrojové. K dostavbě jsme zřídili transparentní účet, na který lze přispívat libovolnou částkou. Ke konci roku 2025 bylo na účtu téměř 1,5 mil. Kč.

Naši největší skupinou jsou individuální dárci, kteří darovali 60 % celkové částky. Dalšími významnými přispěvateli jsou firmy, sbírky při kostelních akcích a benefice.

Transparentní účet:
131-3253470207/0100



Farní kuchařka

Velký úspěch sklídila naše originální Farní kuchařka, která obsahuje kulinařské speciality kbelských farníků a farníků. Farní kuchařku lze za dobrovolný příspěvek pořídit v kostele a všechny peníze putují na dostavbu centra.

Naše oblíbené aktivity pro Kbeláky a dobrou věc

V roce 2026 se můžete těšit na akce, které znáte z předchozích let – koncerty, výstavy, Noc kostelů, cyklo-pouť do Staré Boleslavi, ale i masopust, farní obědy a hodování při nejrůznějších příležitostech. Vstup na akce je pro všechny zdarma, návštěvníci mohou kdykoli a dle svých možností podpořit dostavbu komunitního centra.

Farář Filip Rathouský OFM

Sledujte náš Plán akcí na:

www.farnostkbely.cz
a novinky na Farnost Kbely

Dávali jste při čtení Kbeláku pozor? To se hned pozná! V následujícím kvízu si své nově získané znalosti můžete ověřit, a navíc vyhrát hodnotnou cenu. Zakroužkováním správných odpovědí vám vyjde supertajná tajenka. Její znění nám pošlete e-mailem do 15. března: info@kbelak.cz nebo zanešte vyplněnou na ústřížku ve spodní části stránky na recepci radnice.

Výhercům z minulého vydání gratulujeme.

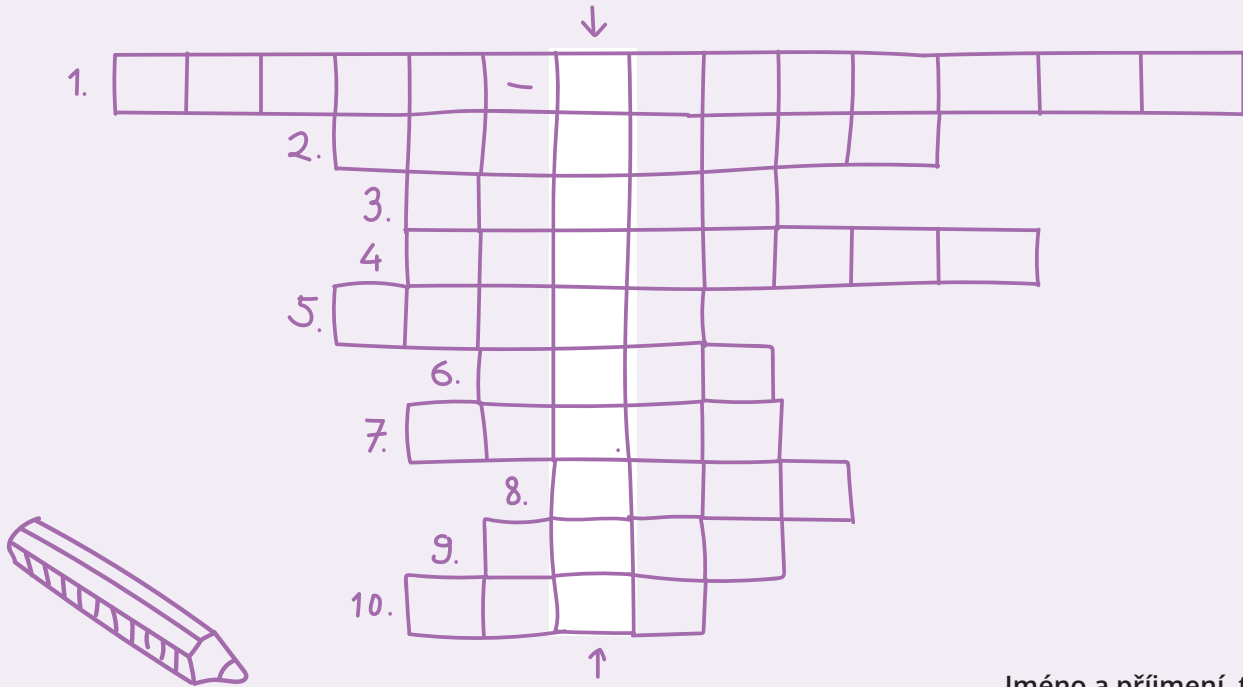
Ze správných odpovědí vylosujeme 3 výherce dárkového poukazu v hodnotě 500 Kč do restaurace Zastávka u srubu.

sponzor
jarního
kvízu:



- 1) Jak se jmenoval architektonický styl, ve kterém byly postaveny domky, které původně stály na kbelském letišti, a které byly přesunuty do ZOO Praha?
- 2) Jak se chybně nazývá chladírna bývalého pivovaru, otevřená u rybníka v roce 2017?
- 3) Jaký byl původní německý název Kbel?
- 4) Kdo je pořadatelem běžeckého závodu Kbelská desítka?
- 5) Jaká je hlavní dominanta Kbel?
- 6) Zkratka nově otevřeného kulturního centra ve Kbelích?
- 7) Jméno architekta domků z první otázky.
- 8) Ve kterém roce získaly Kbely samostatný znak a prapor?
- 9) Ve kterém roce se uskutečnilo první Letopisecké setkání?
- 10) Ve kterém roce vyšlo jubilejní 100. číslo Kbeláku?

Zde odstříhnete -----



Jméno a příjmení, telefon:

OSTEODENZITOMETRIE

- Vyšetření kostí k vyloučení osteoporózy
- Nebolestivé, krátké, neinvazivní vyšetření
- Plně hrazeno všemi zdravotními pojišťovnami

OSTEOPORÓZA

- významný úbytek kostní tkáně + porucha architektury kosti
- výrazně zvyšuje riziko zlomenin
- následky: invalidita, dlouhodobá hospitalizace, bolesti zad atd.
- je dobře léčitelná
- zjišťuje se pomocí OSTEODENZITOMETRIE



AMBULANCE KLINICKÉ
OSTEOLOGIE:

MÁTE OSTEOPORÓZU A NEMŮŽETE NAJÍT OSTEologa, ABY VÁS LÉČIL ?

- diagnostika, léčba a sledování osteoporózy na jednom místě
- plně hrazeno zdravotními pojišťovnami

OBJEDNÁVEJTE SE :

Tel: 702 222 303 (objednávky na osteodenzitometrii nebo do ambulance klinické osteologie)

www.vasekosti.cz, vasekosti@seznam.cz

Adresa: Lhotská 2072, Praha - Horní Počernice, v přízemí zdravotního střediska, poblíž Černého Mostu, velmi dobrá dostupnost MHD, parkování u střediska

INZERCE



V prostorách Antonín Vrba kolektivu ve Kbelích vzniká nevědní projekt sdíleného open acces grafického studia pod názvem COPR. Ten funguje jako veřejná dílna, kde si lidé bookují stroje a po vlastní ose chodí, tisknout, kreslit, nebo jednou za měsíc konzultovat, či tisknout s profesionálním grafikem tiskařem.

Vedle našich tvůrčích kurzů a workshopů pro děti i dospělé, zde probíhají tiskařské sessions, které jsou oblíbené pro svoji jedinečnost. Výtvarníci a umělci se zde scházejí, sdílejí své know how a tvoří živou grafiku.

Ve světě, kde kvantita vytlačuje kvalitu si chceme zachovat zdravý smysl kultivovat. Rozšiřovat naše zobrazovací schopnosti a pečovat o krásu a čitelnost.

www.antoninvrba.cz | [@antoninvrba](https://www.instagram.com/antoninvrba) | [@copr.studio](https://www.instagram.com/copr.studio)



117. Letopisecké setkání 3. 11. 2025

Dnes si budeme povídat o tom, co se ve Kbelích změnilo za posledních 35 let.

Víme, že se Kbely měnily od počátku, kdy přibývaly domy, statky, obchody. Hlavně po válce se muselo hodně domů opravit. Stavěly se nové školy, školky a jesle. Byly zde továrny, nová sídliště, budovaly se komunikace, kanalizace, ale také vznikaly nové sportovní oddíly a různé spolky. Tak se Kbely měnily a mění až do současné doby.

• **Začneme rokem 1990.** Ve Kbelích byly dva podniky. Podnik Pal Kbely a Letecké opravny. Podnik Pal Kbely n. p. byl ve Kbelích od roku 1924. Po roce 1990 se rozdělil na několik samostatných závodů a postupně se snižovala výroba, až došlo k úplnému zrušení. Kam zmizely stroje z dílen, se neví. Dnes je majitelem areálu MALOJA Invest. Nachází se zde řada obchodů, škola, tělocvična, pekárna, mnoho různých firem a bytová zástavba. Sídli zde také nové Kulturní a kreativní centrum Kbely. Druhým podnikem byly Letecké opravny n. p., které se v roce 1952 vyčlenily z bývalého podniku Rudý Letov. V roce 2002 sloučením Leteckých opraven Kbely a Leteckých opraven Malešice vznikly Letecké opravny Malešice LOM, zakladatelem bylo ministerstvo obrany. Rovněž v této lokalitě se nachází kromě opraven letadel také různé firmy i mateřská škola. Po zrušení továren si mnoho občanů Kbel muselo hledat práci jinde.

• V roce 1990 byla otevřena nová pošta na Semilské ulici.

• **Roku 1994** se začalo se stavbou horkovodu pro první sídliště. Byla také zbourána nádražní budova v místě, kde dnes stojí rodinný dům. Nyní je na zastávce jen malý dřevěný přístřešek.

• **Roku 1997** začala celková plynofikace Kbel. To již měly Kbely z minulých let kanalizaci i rozvod vody.

• **Roku 1998** vznikla nová koncepce komunikací. V některých čtvrtích se rušily chodníky a tvořila se zelená pásma.

• **Od roku 1999** mají Kbely svůj znak a prapor.

• **Roku 1999** byla dokončena v některých ulicích zámková dlažba. Silnice zůstaly asfaltové.

• Otevřela se restaurace DELTA a park Havraňák.

• **Roku 2000** se začaly odstraňovat sloupy elektrického vedení a kabely se dávaly do země.

• **Od roku 2001** se Kbely stávají správním obvodem č. 19 s názvem Městská část Praha 19. Z nejstarší tzv. obecné školy se zrekonstruoval další Dům seniorů. První byl v Borovnické ulici upravený z vily, kterou majitelé prodali podniku Pal Kbely a ten jej daroval místnímu úřadu. Úřad zde zřídil tzv. domov důchodců.

• **Od roku 2003** vlastní budovu bývalé měšťanské školy soukromá Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra.

• **Roku 2004** byla dokončena rekonstrukce budovy radnice a byl vysvěcen první kostel ve Kbelích – kostel sv. Alžběty Durynské, který se postavil na místě bývalé kapličky z roku 1932.

• **Roku 2005** byla zahájena výstavba

bytového areálu Pod Nouzovem. Vyšlo první číslo Kbeláku v nové podobě a začaly se budovat cyklostezky.

• **Roku 2006** se otevřela nová obřadní síň vedle Lidového domu.

• **V roce 2008** byly zavedeny regulační poplatky u lékařů, některé se zrušily, ale nyní si ceny určují sami lékaři. Rovněž se platí za léky.

• **Roku 2009** se otevřela nová hasičská zbrojnice ve Vrchlabské ulici. Byl dokončen bytový areál v místech po bývalém pivovaru mezi ulicemi Žacléřská a Vrchlabská a otevřen obchod BILLA. Rovněž byla dne 13. 10. na jednom domě v tomto areálu umístěna pamětní deska k pojmenování nových ulic podle legionářů a Kbeláků, pánů Vágnera a Taufera. Dne 24. října byl otevřen Centrální park, který vznikl na místě bývalých zahrádek, které zde byly od roku 1941. Zůstalo tu několik stromů a mezi nimi i krásný stříbrný smrk, který se od roku 2009 zdobí na Vánoce. Smrk vysadila paní Pospíšilová asi v roce 1962.

• **V roce 2010** se otevřel tunel pod tratí, spojující Centrální park s eko-centrem Prales, které vzniklo po zrušení zahradnictví.

• **Roku 2012** se konalo 2. března první letopisecké setkání v místní knihovně. Roku 2012 byla otevřena komunikace Polaneckého, která spojuje silnice Mladoboleslavskou a Toužimskou. U nově otevřeného komunikace vzniká nové bytové centrum s novou mateřskou školkou. Je zde také replika kapličky č. 18 Kulmeniská, která není ještě odhalena.

• **Roku 2014** byla na radnici spuštěna internetová televize. V Centrálním parku byla otevřena restaurace zvaná Zastávka u Srubu.

• **Od roku 2016** si mohou občané přečíst nové zprávy z radnice na mobilních telefonech. V tomto roce bylo otevřeno muzeum Stará Aerovka.

• **V roce 2017** byla po úpravě otevřena u rybníka chladárna bývalého pivovaru, která se chybně nazývá studna Barborka. Ta byla trochu výše, v současném kopci, a zásobovala vodou černínský pivovar.

• **V roce 2018** (22. září) byla ve spodní části Vrchlabské ulice odhalena a vysvěcena první replika kapličky Svaté cesty zvaná Kutnohorská, která byla v pořadí 19. Původně stála na druhé straně silnice. Ve Kbelích bylo celkem 8 kapliček, z nich se dochovaly pouze dvě. Jedna na kraji Kbel a druhá v kasárnách na parkovišti Leteckého muzea.

• O kapličkách jsme již mluvili, začaly se stavět v roce 1674. Cesta vedla z Prahy do Staré Boleslavi a lemovalo ji celkem 44 kapliček.

• **Roku 2020** byla otevřena nová sportovní hala na Toužimské ulici.

• **Dne 21. září 2022** byla v Centrálním parku u tunelu vysvěcena 22. kaplička zvaná Lauretánská. Původně stála u kolejiště, ale byla zbourána v roce 1943, aby se mohla postavit nádražní budova.

• **Roku 2024** byla dokončena rekonstrukce zdravotního střediska nyní zvaného Poliklinika Kbely. U vchodu do Centrálního parku ze Železnobrodské ulice byla odhalena a vysvěcena další kaplička svaté cesty s číslem 21 zvaná Hájecká. Původně stála proti Lidovému domu ve zdi firmy Lukeš a Hák.

• **Roku 2025** vyšel Kbelák v současné podobě. Vyšlo také již 100. číslo Kbeláku.



118. Letopisecké setkání 1. 12. 2025

Na letopiseckém setkání jsme měli na programu kbelské zajímavosti a vánoční zvyky a tradice.

Kbelské zajímavosti

• Dne 30. listopadu se již po 16. rozsvěcel v Centrálním parku vánoční strom. Je to smrk, který v roce 1962 vysadila paní Lída Pospíšilová, která tam měla zahrádku. Zahrádky tam byly od roku 1941 do roku 2007. Park se v těchto místech plánoval již dříve, ale zahrádkáři nechtěli. Pak dostali v roce 2007 výpověď a zahrádky se zrušily.

• V letošním roce začal vycházet časopis Kbelák v nové podobě. Změnila se redakční rada i vzhled časopisu. Je jiný papír a také tam není znak Kbel. Na podzim vyšlo již 100. číslo Kbeláku. První vyšlo v září 2005. Před ním byl časopis Zpravodaj, který vyšel poprvé v roce 1960.

• Letos uplynulo také 895 let od první zmínky o Kbelích. Byl to rok 1130. V posledním čísle Kbeláku jsem popísala vývoj Kbel a zajímavé události a výročí.

Vánoční zvyky a tradice

Jistě každý znáte píseň Tichá noc. Zrodila se o Vánocích roku 1818 v kostele sv. Mikuláše v rakouském Oberndorfu. Tam přestaly fungovat varhany. Farář si vzpomněl, že má schovanou vánoční báseň, varhaník k ní připsal hudbu. Do půlnoci byla hotová a hrála se, ale na kytaru. Nejznámější a nejhranější koleda White Christmas (Bílé Vánoce od americké-

ho zpěváka Crosbyho) zazněla poprvé o Vánocích roku 1941. U nás začíná slovy „Já sním o Vánocích bílých“ a nazpíval ji Karel Gott. Jednu z prvních koled prý napsal sv. František z Assisi už ve 13. století. V nejrozumnějších podobách se hrají koledy dodnes. K Vánocům patří také jmelí. Říká se, že původně bylo stromem, ze kterého sv. Josef vyrobil kolébku pro malého Ježíška. Jiní zase tvrdí, že z téhož dřeva Římané zhotovili kříž, na kterém byl umučen Kristus. Podle jedné pověry se strom rozpadl na spoustu větvíček. Aby odčinil svou vinu, nosí lidem štěstí. Zvyk líbání pod větvíčkou jmelí pochází ze Švýcarska. Naši předkové věšeli doma jmelí, aby je chránilo před čarodějnictvím nebo požárem. V Rakousku se kuličky jmelí zaorávaly do země, aby přinesly další rok lepší úrodu. Adventní kalendář přišel na svět až začátkem 20. století. Za vynálezce se považuje mnichovský tiskař Gerhard Lang, který jako malý kluk dostal od maminky 24 bonbonů připevněných na kartonu. Každý den mohl sníst jeden. Jako dospělý si na to vzpomněl a roku 1908 vyrobil první tištěný kalendář s názvem V zemi Ježíškově. Mezi vánoční symboly patří zlaté prasátko, zvoneček, ryba a anděl. Adventní svíčky jsou 4 a rozsvěcí se každou adventní nedělí. Lidové názvy adventních nedělí jsou železná, bronzová, stříbrná a zlatá. Adventní věnec se poprvé objevil ve výchovném ústavu pro opuštěné a zanedbané děti v Hamburku roku 1839. Byl ze dřeva a visel u stropu. Bylo na něm 19 malých červených svíček a 4 bílé. Každý den se zapálila jedna svíčka a děti zpívaly koledy.

Po příjemném povídání jsme si všichni popřáli krásné Vánoce a hodně zdraví v novém roce.

*Ivana Engelová,
kronikářka Kbel*

Slavnostní otevření Kulturního a kreativního centra Kbely

Kulturní
a kreativní
centrum Kbely

Dne 10. prosince 2025 proběhlo slavnostní otevření Kulturního a kreativního centra Kbely, které se tak stalo novým místem setkávání, inspirace a tvořivosti. Nové centrum nabízí zázemí pro malé i velké návštěvníky a věříme, že se brzy stane přirozeným kulturním srdcem Kbel.

Rádi bychom srdečně poděkovali všem dobrovolníkům, kteří se aktivně zapojili do přípravných aktivit

a organizace slavnostního otevření Kulturního a kreativního centra Kbely.

Zvláštní poděkování patří žákům 7. A ZŠ Kbely a také slečnám ze ZŠ Kbely, které se s nadšením ujal rolí oblíbených animačních postavček Čtyřlístku. Velmi si vážíme také pomoci pomocnic z řad našich čtenářek, které se s velkou pečlivostí podílely na třídění veškerých knih – jmenovitě paní M. Blaháková, K. Opletalová, M. Unzentigová a zejména L. Crenn, která i nadále v rámci knihovnických činností vy-

pomáhá. Vřelé díky náleží Kbelačce a bývalé kolegyni Ivance Peterkové a samozřejmě všem dalším kolegyním a kolegům, kteří přiložili ruku k dílu.

Velké poděkování patří firmě Pro-tectory Praha spol. s r. o., jmenovitě panu Ivanu Stárkovi, za finanční dar kbelské knihovně. Díky této podpoře bylo možné na přelomu loňského roku pořídit značné množství nových knižních titulů pro naše čtenáře.

Děkujeme!

První vernisáž v předvánoční atmosféře

Již 11. prosince 2025, tedy hned den po otevření, se v novém centru uskutečnila první vernisáž s názvem **Kouzelná cesta**. V příjemné předvánoční atmosféře se zde sešli milovníci výtvarného umění a vzdělávání, aby si prohlédli obrázkové výukové karty F. a O. Jelenových. Setkání se neslo v duchu klidu, inspirace a sdílení radosti z tvorby.

Divadelní před- stavení pro děti poprvé zaplnilo sál KKCK

Dne 14. prosince 2025 se v prostorách Kulturního a kreativního centra Kbely (KKCK) uskutečnilo divadelní představení pro dětské publikum. Divadelní soubor Prima den zde uvedl pohádku „Jak pejsek uviděl zlaté prase“. Společenský sál KKCK byl při této příležitosti poprvé využit pro dětské diváky a zcela se zaplnil nejen dětmi, ale i jejich rodiči. Představení se setkalo s velmi pozitivní odezvou.

Víte, že u nás funguje ...

... donášková služba knihovny – KNIHY AŽ K VÁM DOMŮ?

Milujete knihy, rádi čtete nebo posloucháte audioknihy, ale zdravot-



ní stav vám neumožňuje osobně navštívit knihovnu? Knihovna Kbely nabízí bezplatnou donáškovou službu, určenou seniorům a zdravotně znevýhodněným občanům s bydlištěm ve Kbelích.

Jak služba funguje?

Po domluvě s pracovníky KKCK/ knihovny sdělíte své jméno, adresu, telefon a požadované tituly. Domluvit se lze osobně, telefonicky, e-mailem, případně prostřednictvím rodiny či pečovatelky.

Knihy jsou doručovány jednou týdně, v úterý v 10:00–11:00 hodin nebo ve čtvrtek v 15:00–16:00 hodin, případně dle individuální domluvy.

Podmínky služby:

- platný čtenářský průkaz a uhrazený roční poplatek
- bydliště ve Kbelích
- imobilita či zdravotní omezení

Objednat si lze knihy, audioknihy i časopisy, a to buď prostřednictvím on-line katalogu, nebo na doporučení pracovníků centra. Na jednu výpůjčku je možné zapůjčit až 10 dokumentů.

Kontakty a novinky
v našem knižním
fondu najdete zde:



ZVEME VÁS:

V sobotu **21. března 2026 od 15 hodin** uvádíme pro děti **KOUZELNOU KOKOSOVOU POHÁDKU**. Vhodné pro děti 5+.

Vstupné 80 Kč
před představením



PAL po roce 1989

Dne 31. prosince 1990 byl PAL jako národní podnik zrušen a v březnu 1991 vznikla akciová společnost PAL a.s., rozdělená na několik samostatných závodů. Výrobky nesoucí značku PAL se prosadily i na zahraničních trzích. Roku 1998 vstoupil do podniku kanadský partner Magna International Inc. a PAL se stal součástí skupiny Intier Automotive. V roce 2000 následovala smlouva s firmou Federal Mogul – Champion. Přesto výroba postupně upadala a závod se uzavřel.

Částečná výroba přežila ještě v Klecanech (PMP Pal International – výroba stěračů) a v Brandýse nad Labem (Continental – autorádia a palubní přístroje).

Park Kbely – nový život areálu

Od roku 2016 je vlastníkem areálu fond MALOJA Investment SICAV a.s. Bývalá továrna se proměnila v moderní Park Kbely. Část budov byla zbourána, část zrekonstruována a otevřely se zde obchody (Billa,



Action, Rossmann, Knihy Dobrovský), služby, restaurace, posilovna i filmové studio, kde se natáčel seriál Zlatá labuť. V areálu vznikají i nové obytné domy a mimo jiné zde od prosince 2025 sídlí nové moderní Kulturní a kreativní centrum. Kde občané Kbel (a nejen oni) naleznou knihovnu a prostor pro kulturní akce, workshopy a přednášky.

Závod PAL Kbely byl po desetiletí symbolem technického pokroku, práce pro tisíce lidí a významnou součástí dějin československého průmyslu. Dnes je jeho areál připomínkou bohaté historie i příkladem, jak se industriální prostor může proměnit v živou moderní čtvrť.

Zpracovala
Ing. Ivana Zámyslická

Časová osa

- 1922 – vznik Vojenských telegrafních dílen na Pohořelci
- 1926 – přestěhování do Kbel
- 1945 – bombardování, oběti připomíná pomník
- 1946 – vznik PAL – spojené závody
- 1950–1969 – rozvoj, více než 2000 zaměstnanců, pobočky po celé ČR
- 1990 – zrušení národního podniku PAL
- 1998 – 2000 – zahraniční kapitál (Magna, Federal Mogul)
- 2016 – proměna v Park Kbely

Hangár 19 cesta kolem světa

Cesta kolem světa v Hangáru 19 pokračuje

Rodinné centrum Hangár 19 pokračuje i v roce 2026 v celoročním tematickém programu Cesta kolem světa, který nabízí dětem i dospělým možnost poznávat různé kultury prostřednictvím tvoření, chutí, vůní i společných setkání.

Maroko – barvy, vzory a první zastávka roku

Nový rok v Hangáru 19 odstartoval v rytmu cestování. Leden patřil Maroku, jeho barvám, ornamentům a atmosféře, která se promítla do výtvarných dílen i tematických workshopů. Děti pracovaly s pestrými vzory, zkoušely nové materiály a objevovaly, jak může kultura vzdálené země ožít přímo u pracovního stolu.

Řecko – tvoření, hra a společný čas

Únor se nesl ve znamení Řecka. Tematické prvky se objevily nejen v tvořivých a výtvarných dílnách, ale i v dalších aktivitách, kde se přirozeně propojovalo poznávání, hra a společně strávený čas dětí s rodiči. Program je dlouhodobě koncipován tak, aby děti svět poznávaly všemi smysly, bez tlaku na výkon a v bezpečném prostředí.

Vietnam – další cesta v březnu

V březnu se Cesta kolem světa

přesune do Vietnamu. Připravované workshopy nabídnou pohled na tamní kulturu, barvy i každodenní život a navážou na tematickou linii, která se prolíná celým rokem a dává programu jasnou kontinuitu.

Deskové hry a svět fantazie

Součástí programu Hangáru 19 jsou také deskové hry, mezi nimi i Dungeons & Dragons. Při společném hraní děti vytvářejí vlastní příběhy, domlouvají se na dalším postupu a učí se spolupracovat jako tým. Každý hráč má svou roli a jeho rozhodnutí ovlivňují celý průběh hry, což přirozeně rozvíjí komunikaci, představivost i schopnost plánovat. Důležitá je především radost ze hry a společného zážitku, nikoli soupeření.

Otevřené turnaje a pravidelné aktivity

Vedle tematických programů žije Hangár 19 i pravidelnými aktivitami. STIGA hokej doplňuje jednou měsíčně páteční otevřený turnaj, který dává možnost tuto dynamickou hru nezávazně vyzkoušet i novým zájemcům. V dubnu se uskuteční také otevřený šachový turnaj, určený dě-



tem i dospělým bez ohledu na předchozí zkušenosti.

Soboty se šicím strojem

Velký zájem dlouhodobě zaznamenávají také intenzivní sobotní kurzy šití, kde vznikají originální výrobky a kde mají účastníci prostor pro soustředěnou tvůrčí práci i sdílení zkušeností.

Místo setkávání

Hangár 19 je místem, kde se setkávají děti, rodiče i další návštěvníci při společném tvoření a objevování. Aktuální informace o programu, termínech akcí a novinkách je možné sledovat na webových stránkách Hangáru 19 a na jeho facebookovém profilu.

Budeme rádi, když se s Vámi potkáme u nás v Hangáru 19.

 www.hangar19.cz



Kbelská desítka slaví 40 let. Závod poběží na den přesně – – poprvé i centrem Kbel

V sobotu 7. března 2026 se ve Kbelích uskuteční jubilejní 40. ročník běžeckého závodu PALESTRA Kbelská 10. Symbolika data je výjimečná – první ročník se konal 7. března 1987, tedy na den přesně před 40 lety.

Tehdy se na start postavilo 40 závodníků. Letos je kapacita závodu stanovena na 1 700 běžců a byla vyprodána už na začátku února. Nejvyšší účast v historii zaznamenal závod v roce 2016, kdy bylo registrováno 1 949 účastníků. Kbelská desítka se tak za čtyři desetiletí vyvinula z lokální akce v jeden z nejvýznamnějších silničních běhů v České republice a tradiční otvírák běžecké sezony.

Od AVC Kbely k Palestře

Prvních 17 ročníků závodu pořádal AVC Kbely. V roce 2003, kdy se konal 18. ročník, převzala organizaci Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, a to od bratrů Řápkových. Tehdy se závodu zúčastnilo 141 běžců.

Od té doby se závod postupně rozvíjí – po sportovní i organizační stránce. Historicky se již jedná o páté místo startu a cíle, což dokládá snahu pořadatelů připravovat atraktivní trať a kvalitní zázemí pro stále rostoucí počet účastníků.

Uzavřená trať a bezpečnost na prvním místě

Závod se z důvodu bezpečnosti běží na uzavřené jednookružové trati, která vede ze Kbel přes Satalice a Vnoř zpět do Kbel. Tento model

umožňuje zajistit maximální bezpečnost běžců i diváků a zároveň plynulý průběh závodu bez křížení s běžnou dopravou.

Poprvé centrem Kbel: prosba o součinnost obyvatel

Jubilejní ročník přinese zásadní novinku – poprvé v historii povede část závodu přímo centrem Kbel. Se změnou souvisí nové umístění cíle u Sportovní haly Kbely, kde bude soustředěno kompletní zázemí závodu.

To však znamená také dočasná dopravní omezení, včetně omezení provozu MHD. Ve většině částí Kbel se bude jednat o omezení v délce přibližně dvou hodin. Organizátoři si uvědomují, že to může přinést komplikace, a proto žádají obyvatele o pochopení, součinnost a respektování dopravních opatření.

Věříme, že takto tradiční závod, který je pravidelně vyhlašován mezi TOP běžeckými závody sezony v anketě Českého atletického svazu, si zaslouží důstojný doběh i podporu místní komunity.

Významní startéři a moderátoři závodu

Specifikem Kbelské desítky jsou také

startéři závodu, kterými bývají významné sportovní osobnosti – často zároveň studenti nebo absolventi Palestry. V minulosti závod odstartovali například Lukáš Krpálek, Ondřej Synek, Anežka Drahotová, Adam Sebastian Helcelet nebo Helena Fuchsová.

Jednou ze startérek byla v minulosti také Dana Zátokková, což patří k nezapomenutelným momentům historie závodu.

Neméně důležitou roli hrají i moderátoři závodu, kteří dotvářejí jeho atmosféru. V začátcích závod moderoval Štěpán Škorpil a v posledních letech se v moderování střídají Dan Stach a Míra Lenc.

Akademické mistrovství a role studentů

Kbelská desítka je již několik let také Akademickým mistrovstvím České republiky v silničním běhu. V letošním roce je do této části závodu přihlášeno 114 studentek a studentů českých vysokých škol, kteří mají startovné zdarma.

Z organizačního hlediska je závod navíc výjimečný svým zapojením studentů. PALESTRA Kbelská 10 je především akcí, kterou organizují studentky a studenti VŠTVS PALESTRA v rámci svých odborných praxí. Přestože je díky tomu každý rok organizační tým částečně jiný, cílem je vždy připravit profesionální závod, na který se budou běžci rádi vracet a kde se budou znovu potkávat.

K tomu významně přispívá také dlouhodobá podpora místních partnerů, zejména Kbelského pivovaru a re-

staurace Zastávka u Srubu, které jsou se závodem neodmyslitelně spjaty.

Závod, který se téměř nikdy nezastavil

Významnou kapitolou historie závodu je i skutečnost, že Kbelská desítka nebyla nikdy přerušena, a to ani během pandemie onemocnění covid-19. Pouze v roce 2021 byl závod výjimečně přesunut z tradičního termínu první soboty v březnu na první sobotu v listopadu.

Jediným rokem, kdy se závod nekonal vůbec, byl rok 2008. Těsně před startem tehdy orkán zničil celý prostor startu a cíle a z bezpečnostních důvodů nebylo možné běžce na trať pustit.

Silná podpora regionálních partnerů

Závod dlouhodobě podporují především společnosti se sídlem nebo provozovny v Praze 19 a okolí. Mezi stabilní partnery patří KNAUF, Decathlon a Globus, letos se nově přidávají Pekárna Odkolek a Porsche Praha Prosek. Výraznou podporu závodu poskytuje také Armáda České republiky.

PALESTRA Wellness den – patnáct let pohybu pro děti a rodiny

Neodmyslitelnou součástí Kbelské desítky je již 15 let akce PALESTRA Wellness den, která rozšiřuje závodní den o samostatný sportovní a pohybový program pro děti, rodiny a širokou veřejnost. Zatímco hlavní závod patří běžcům, Wellness den je určen přede-

vším těm, kteří chtějí sport zažít v přístupné, hravé a komunitní podobě.

Součástí programu jsou dětské běhy na kratších tratích, které jsou tradičně zdarma, a dále pohybové aktivity a sportovní stanoviště, kde si děti mohou vyzkoušet různé formy pohybu. Významnou roli hraje také projekt hracích karet, v jehož rámci děti plní jednoduché úkoly na jednotlivých stanovištích a přirozeně se zapojují do programu společně se svými rodiči.

PALESTRA Wellness den je dnes vnímán nejen jako doprovodná část závodu, ale jako plnohodnotná akce s vlastním obsahem a smyslem, která podporuje pozitivní vztah dětí ke sportu, pohybu a zdravému životnímu stylu. Právě díky němu se Kbelská desítka stala událostí, která oslovuje celé rodiny a vytváří živou sportovní atmosféru ve Kbelích po celý den.

Čtyřicet let, které ke Kbelům patří

PALESTRA Kbelská 10 je dnes akcí s celostátním dosahem, ale její kořeny, identita i atmosféra zůstávají pevně spjaty s Kbely. Jubilejní ročník je proto nejen sportovní událostí, ale také oslavou historie, lidí a místa, které daly závodu jméno i charakter.

Tento fakt potvrzujeme i skleněnými poháry pro vítěze ze sklárny AJETO, které jsou ve tvaru Majákové a vodárenské věže Kbely, a letos poprvé se tato věž objeví i na medailích pro vítěze a diplomech pro všechny účastníky.

text: Mgr. Tomáš Mirovský, foto: Petr Váňa

Informace najdete na:   nebo  www.palestrakbelska10.cz



Šakal všestranně roztomilý

Motto: Hmyz jako celek představuje nejbohatší skupinu živočichů s obrovským množstvím dosud nepopsaných druhů, zejména v tropech.

I ŠAKAL, milý čtenáři, jako celek představuje několikero barevných smeček věkově rozličných s nepřeborným množstvím všestranně rozvíjejících pohybových aktivit, zejména ve Kbelích. Spatřiti jej můžeš v různých místech a podobách, inspiruj se fotografiemi a radostně jdi ven! Neboť...



Foto: Tradiční šakalí novoroční výstup



Šakal létající



Šakal žokej



Šakal levitující



Šakal pádící



Šakalí laser game

...pobyt na čerstvém vzduchu
je jeden z nejlepších léků
na přepjatou mysl.

To vám přejí vaši Šakali



Šakal tahoun



Šakal lyžník

ŠAKALí kvílení k posílení

Info na www.sakalkbely.cz

Vnitřní trénink pro dospělé

Od 11.11. tělocvična ZŠ Fajta, Letňany

Úterky 17:30-18:30 hod.

PÁTEČNÍ ŠAKALÍ OSVĚŽENÍ

MIX 2.-9.třída

NOVÉ LEKCE od listopadu!



Šakal stínový bojovník

Kbelský ateliér Vás srdečně zve na prodejní výstavu obrazů studentů Kbelského ateliéru, vernisáž se koná v pátek 13. března od 18 hodin, navazující výstava bude do 3. dubna. Na vernisáži se můžete těšit na doprovodný hudební program. Vstup na vernisáž i výstavu je zdarma.

Aktuálně začal letní semestr veřejných kurzů malování, máme poslední volná místa a stále se ještě můžete přihlásit do těchto kurzů

- **Malba pro dospělé** v pondělí 17–19 h
- **Malba pro děti 7 – 12 let** v úterý 17–19 h
- **Malba pro děti 7 – 12 let** ve čtvrtek 16–17 h
- **Malba pro děti 12+** ve čtvrtek 17–19 h

Kurzy jsou koncipovány pro malé skupinky, pro 6, maximálně 8 účastníků. Kurzy jsou vedeny zkušenou malířkou s důrazem na individuální přístup. U nás si můžete v příjemném prostředí ateliéru odpočinout a naučit se něco nového.

Do kurzu Malba a kresba pro děti 12+ jsou kromě tradičních technik jako je olej, akvarel, akryl, tužka, úhel, perokresba zařazeny také sprejování, malování na sklo, strukturální malba, sochařská hlína a další.

Nabízíme přípravu na umělecké školy, včetně pomoci s tvorbou individuálního portfolia. Kbelský ateliér udělá vše a s radostí pro to, aby to dopadlo podle představ a plánů našich studentů.

Dále máme stále otevřen umělecký kurz Tvůrčí dílna čarodějky Kbelky, který je určen pro nejmenší děti s maminkami až po předškoláky. Tvůrčí dílna je otevřená v pondělí a úterý v čase 16–17 hodin. Rodiče mohou tvořit společně s dětmi anebo mohou nechat tvořit děti a poseďte v galerijní části s kavárnou.

Pořádáme arteterapie. Pro naše nejstarší již tradičně máme Malování pro kbelské seniory, příští jsou 19. března, 16. dubna a 14. května vždy od 13:30 a stále máme volné místa. Posledně jsme malovali podle starých mistrů, ale nebojte se, rozdíl v našich úrovních jsou obrovské a nejde o výkon, ale jedná se o arteterapii pro radost a vnitřní pohodu. Volné kurzy arteterapie se konají každou středu v 17–19 hodin. Skrze tvorbu podporujeme psychický stav jednotlivců.



Probíhá již pátý ročník výtvarné soutěže čarodějky Kbelky. Uzávěrka soutěže je 22. května. Letos máme velkou změnu, slavnostní vyhlášení výsledků soutěže se uskuteční v nových prostorách Kulturního a kreativního centra Kbely. Na léto opět připravujeme 2 turnusy uměleckého příměstského tábora a již je možné se přihlásit. Přesné programy všech kurzů najdete na webových stránkách www.kbelskyatelier.cz

Těšíme se na Vás, jste k nám zváni, třeba jen na káféčko do galerijní kavárny nebo do našeho rodinného rámařství, které v galerii najdete!

Z ordinace
zdravotní péče ve Kbelích

Praktický lékař pro dospělé a chirurg
MUDr. Zdeněk Janeček
ordinace: 1. patro
tel.: 286 857 157
www.drjanecek.cz
e-mail: praktik@drjanecek.cz
sestra: Veseláková Rita
e-mail – sestra: sestra@drjanecek.cz

Praktický lékař
MUDr. Vít Křehnáč, MBA
ordinace: 1. patro
zdravotní sestra: Martina Augustinová, DiS.
tel.: 286 857 112
e-mail: ordinace-kbely@seznam.cz
www.ordinace-kbely.cz

Praktický lékař
MUDr. Petr Bouzek
sestry: Pošmourná, Jarošová
tel.: 736 261 177, 606 069 514
e-mail: mujdoktor@centrum.cz
www.mujdoktor.info

Praktický lékař pro děti a dorost
MUDr. Unzeitigová Martina
MUDr. Freibertová Mária
ordinace: přízemní samostatná budova
zdravotní sestra: Veronika Mašková
tel: 286 852 149
e-mail: detske9-Praha@ordinace.mediclinic.cz

Kardiologická ambulance
MUDr. Anicet U. M. Kanhounon
ordinace: 2. patro
sestra: Pavlína Fejtová
tel: +420 778 754 204
e-mail: kbely@wenkard.cz
www.wenkard.cz

ORL ambulance
MUDr. Robert Jatel
ordinace: přízemí vpravo
tel: 286 856 061
e-mail: orl@iatros.onmicrosoft.com
www.iatros-orl.cz

Odběrové pracoviště – laboratorní vyšetření
VIDIA-DIAGNOSTIKA, spol. s r.o.
www.vidia-diagnostika.cz
tel.: 720 832 779

Stomatologická ordinace Crystaldent s.r.o.
ordinace: přízemí vlevo
tel: 720 376 253
e-mail: crystaldentcz@gmail.com
www.crystaldent.cz

Stomatologická ordinace Katorga s.r.o.
ordinace: 2. patro
tel. ordinace č. 1: 602 443 459
e-mail ordinace č. 1: zubniordinacekbely@seznam.cz
tel. ordinace č. 2: 722 911 013
e-mail ordinace č. 2: zubniordinacekbely2@seznam.cz
zdravotní sestra: Natálie Lukášová

Gynekologicko-porodnická ordinace
MUDr. Ing. Petra Sluková
ordinace: 3. patro
tel: 606 274 588
e-mail: gynbra-clinic@volny.cz
www.gynbra-clinic.cz

Rehabilitace a fyzioterapie
ordinace: 3. patro
tel.: 286 852 980
e-mail: kbely@medicalcentre.cz
www.rehabilitace-raf.cz/cs/pobocky/kbely

Oční ordinace
MUDr. Tomáš Vido
tel.: 251 628 529, mobil: 724 938 444
e-mail: optika@optika-kbely.cz
www.optika-kbely.cz
Bakovská 999/4, Praha 9 – Kbely

Kožní ordinace
MUDr. Věra Derfllová
tel: 286 856 006
mobil: 737 516 861
Bakovská 999/4, Praha 9 – Kbely

Čtenářům Kbeláku posíláme pár informací o činnosti našeho skautského oddílu ještě z doby předvánoční, ale již také ze začátku roku nového.

Již tradičně jsme ke konci roku uspořádali několik akcí, které přitahují k nám do klubovny nejen místní, ale i návštěvníky z přilehlých oblastí.

Jednalo se především o výstavu vánočních tradic a nechyběla ani akce Betlémské světlo.

Výstava Vánoční tradice

Rodiče našich dětí se nám tentokrát postarali o náležitou propagaci a jeden tatínek nám na tuto výstavu zakoupil i krásný stromeček, který, stylově ozdobený, byl i součástí této výstavy. Zaujaly i betlémy z našich sbírek a ukázali jsme i něco z vánočních tradic (lití olova, rozkrajování jablíček, vystřihování betlémů, pouštění lodiček...). Vše si náš oddíl připravil a zajistil sám.

Výstava měla velikou návštěvnost, přijely i děti ze škol mimo Kbely a sklídila veliký úspěch i ohlas.

Druhou tradiční akcí bylo Betlémské světlo na úřadě MČ Kbely, kam jsme ho i letos pro zájemce přivezli. Tentokrát se akce konala 22. prosince, kdy jsme světlo od 15 hodin předávali našim spoluobčanům.

Posezení s Tomášem Vorlem
14. ledna 2026

Pokaždé po Novém roce zveme mezi naše děti osobnosti, které se svojí pílí vypracovaly k úspěchu a něco přinesly do našich životů.



Tentokrát naše pozvání přijal filmový režisér Tomáš Vorel, který je znám svými filmy (Cesta z města, Kouř, Gympl...). Tomáš Vorel je i velkým obdivovatelem Rychlých šípů, a tak o to více se mu v naší klubovně líbilo.

Posezení bylo velice příjemné za účasti i rodičů dětí.

Po stopách výsadku
Anthropoid – 17. ledna 2026

Skaut je mimo jiné i vlastenecká organizace, tak se snažíme děti nenásilnou formou seznámit s naší historií a především našimi hrdiny – vzory.

Každý rok si proto připomínáme tuto hrdinskou akci, kdy byl u nedařlých Nehvizd vysazen Josef Gabčík a Jan Kubiš, později účastníci atentátu na R. Heydricha. Počasí bylo přímo autentické, a tak se nám tato vzpomínková akce vydařila.

A co plánujeme
v blízké době?

V únoru jedeme do Berouna, kde si prohlédneme historickou část města, ale i blízké okolí. Co je však nejdůležitější, navštívíme i našeho



velikého kamaráda Ivana Vápenku, který je zároveň jedním z největších znalců a sběratelů Rychlých šípů.

V březnu bychom chtěli navštívit Mařenice, menší vesničku u Nového Boru. Máme v plánu podniknout pár výprav a důkladně prohlédnout a zmapovat okolí. V létě tam pojedeme opět na letní tábor, který se tentokrát ponese v duchu dobrodružství Ferdy Mravence.

Příměstské tábory budou i letos, tentokrát dokonce pro velký zájem z loňska uspořádáme tři turnusy. Všechny se uskuteční v červenci.

Se skautským pozdravem
Kamil Podlaha

ZAHAJOVACÍ SCHŮZKY

úterý	15–17 h – Vodní vlčata (7–10 let)
středa	15–17 h – Pěší vlčata (7–10 let)
	17–19 h – Pěší skauti (11–15 let)
čtvrtek	15–17 h – Bobříci (předškoláci, 5–6 let)
pátek	15–17 h – Klubové pátky

Místo schůzek:
Srub v Centrálním parku
Praha Kbely, Martinická 1083

- www.skaut-ssv.cz
- skautssv@seznam.cz
- 724 389 194
- Kamil Bobr Podlaha

Celoroční
sbírka ovoce
a zeleniny pro
zvířecí kamarády
v ekocentru
PRALES

Pravidelní návštěvníci ekocentra vědí, že součástí Pralesu je malá farmička, která čítá více než sto kusů zvířat. Zvláště teď v zimě, kdy je vše zelené schované pod sněhovou pokrývkou jsou zvířátka zcela závislá na potravě, kterou dostanou. Uživit tak početnou partu zvířat není vůbec legrace, a proto je každá pomoc vítána. Návštěvníci mohou zvířatům velmi významně přispět k obohacení jídelníčku donesenými pamlsky. Obzvláště vhodné jsou trvanlivější a nenadýmavé druhy ovoce a zeleniny, jako jsou jablka, mrkev, petržel, celer nebo listová zelenina. Zvířátka však nepohrdnou ani jinou zeleninou, která se však musí podávat v omezeném množství, vzhledem k obsahu cukru nebo jiných nevhodných látek.

V žádném případě však návštěvníci nesmí zvířata sami krmit, mohli by jim totiž způsobit vážné zdravotní problémy.

Pamlsky pro zvířata je možné odevzdat v pracovní době ekocentra jakémukoliv zaměstnanci, nebo je odložit do bedýnky k tomuto účelu vyhrazené, která je umístěna u výběhu koz ve spodní části areálu (pod schody seníku).

Předem děkujeme.
Linda Janská



Nabídka zimních
workshopů a přednášek
v ekocentru Prales

Přihlašování na workshopy:
✉ janska@lesy-praha.cz

Únor 2026

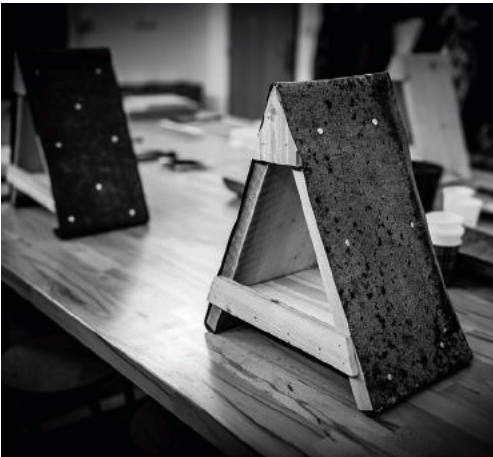
- 3. 2. Výroba ptačí budky
- 10. 2. Lapač snů
- 18. 2. Mechový obraz

Březen 2026

- 3. 3. Hmyzí hotel
- 10. 3. Řezbářství pro začátečníky
- 17. 3. Plstění z ovčí vlny
- 24. 3. Malajsie – promítání
- 31. 3. Velikonoční tvoření

Duben 2026

- 7. 4. Osázej si vlastní aerárium



Jak zůstat fit na jaře – tipy trenérů ze Sportovní haly Kbely

Únor je měsíc, kdy tělo dostává zabrat. Krátké dny, málo světla, chřipky na každém kroku a únava z dlouhé zimy. Právě teď je ale ideální čas zastavit se, zpevnit základy a dát tělu to, co opravdu potřebuje – rozumný pohyb, regeneraci a podporu imunity.

Trenéři ze Sportovní haly Kbely přinášejí konkrétní tipy, jak se připravit na jaro a zůstat v dobré kondici.



ADAM

Biohacking, dlouhověkost a optimalizace zdraví

„Nejefektivnější optimalizace zdraví je skrze vhodné každodenní udržitelné návyky, celistvé potraviny a pohyb. Na vše se dívám skrze Paretovo pravidlo efektivity – 80 % výsledku za 20 % času a úsilí“.

Adam doporučuje

- **Pravidelný spánek a světelnou hygienu** před spaním. Pravidelný stálý čas spánku (ideálně i usínání a vstávání, např. 22:30–6:30), eliminace modrého světla alespoň 90 minut před spaním. Dopřejte si více regenerace.
- **Omezení průmyslově zpracovaných potravin a navýšení bílkovin.** Vybírejte co nejméně zpracované potraviny, bez zbytečně přidaného cukru, soli a dochucova- del. Ideálně v režimu 80/20 – občas- ná sladkost nevadí.
- **Pohyb venku** v přírodě a vysta- vování se chladu. Jakýkoliv pohyb venku je lepší než žádný. Nemusíte se nutit do silového tréninku nebo otužování. Ideální je pohyb venku v době, kdy je nejvíce denního světla, pro srovnání cirkadiánního rytmu.

Ve svém těle budete cítit více energie – stačí drobné změny každý den.

DOMINIKA

cvičení s vlastní vahou

„Silné tělo je odolné tělo. Cvičení s vlastní vahou je ideální volbou i při přechodu ze zimy do jara. Posiluje celé tělo, zlepšuje stabilitu a chrání klouby“.



Dominika doporučuje

- Zaměřit se na **střed těla, záda a kyčle**.
- **Cvičit kratší bloky** (20–30 minut), ale pravidelně.
- Nezapomínat na **mobilitu a dech**.

Když je tělo silné a pohyblivé, lépe zvládá zátěž i nemoci.

JAN

lezení a lezecká stěna

„Lezení posiluje tělo i hlavu. Leze- ní je komplexní pohyb, který rozvíjí sílu, koordinaci i soustředění. Pomá- há také vypnout hlavu, což je ideální právě při návratu k pravidelnému pohybu“.

Tipy z lezecké stěny:

- Lézt **technicky a plynule**, ne silově.



- Dopřát si **důkladné zahřátí a zá- věrečný streč**.
- Soustředit se na **pohyb**, ne na vý- kon.

Lezení je ideální cestou, jak si udržet kondici bez zbytečného přetížení.

VERONIKA

pohyb dětí a kroužky

„Zdravé návyky se budují už od dět- ství. U dětí je nejdůležitější radost z pohybu a pravidelnost. Pohyb pomáhá nejen tělu, ale i psychice – děti jsou klidnější, soustředěnější a odolnější“.

Veronika doporučuje

- Střídat **různé druhy** pohybu.
- Podporovat **hravou formu** cvičení.
- Vytvářet **bezpečné prostředí**, kde se děti nebojí zkoušet nové věci.



Sportovní hala Kbely není jen o tipech trenérů. Nabízí široké možnosti pravidelného pohybu pro děti i dospělé, začátečníky i pokročilé.

Sportovní hala Kbely je místem, kde se setkává zdravý pohyb, komunita a dlouhodobá kondice.

Hala nabízí:

- **tréninky s trenéry**
- **badminton**
- **fitness**
- **lezeckou stěnu**
- **pohybové kroužky pro děti**

OTEVÍRACÍ DOBA:

Pondělí–pátek: 7:00–21:00
Víkend: 10:00–19:00

Únor a začátek jara jsou ideálním obdobím začít. Ne tvrdě. Chytře a udržitelně.

Kalendář akcí – Březen 2026

- 7. březen
Kbelská 10
- 8. březen
Kbelský koláč / Fotbal
BLACK ANGELS / Florbal
- 14. březen
Žij Pohybem / Aerobic
- 28.–29. březen
Fisaf aerobia a Fitness
/ Aerobic

SPORT
HALA
KBELY

Informace k pořádaným akcím a rezervace sportovišť najdete zde:



Spartak Kbely ladí formu na jaro. Tým prochází změnami a čekají ho další prověrky.

Fotbalisté Spartaku Kbely jsou v plném proudu zimní přípravy na jarní část sezóny v 5. lize. Kromě tréninků a herních testů došlo v kádru i k několika změnám a realizační tým nevyklučuje, že další pohyby mohou ještě přijít.

Kádr v zimě opustil australský ofenzivní hráč Michael James Houdek, který přestoupil do Yarraville FC ve své domovině. Naopak do přípravy se zapojil jeden nový hráč – čtyřadvacetiletý Filip Jančí, jenž dorazil na třítydenní testy z divizní Přední Kopaniny.

Zatím mimo tréninkový proces zůstávají zkušení obránci Petr Jackl a Lukáš Kühnel. Oba podstupují další zdravotní vyšetření a až následující týdny ukážou, kdy budou moci znovu zasáhnout do zápasů.

Spartak má za sebou také zimní



soustředění a první dvě přípravná utkání. V tom prvním podlehl Xaverovu 4:6, ve druhém si naopak připsal výhru 3:2 nad Unionem Vršovice. Trenérský tým v těchto zápasech testoval různé varianty sestavy a zapojil širší kádr.

Do startu jarní části soutěže čeká Kbely ještě několik prověrek. Postupně se utkají s Přední Kopaninou (Divize) – 8. února od 17:00 na UMT Satalice, s Kosmonosy (Divize) – 14. února od 10:00 v Kosmonosech, s Poděbrady (5. liga) – 21. února od 10:30 v Poděbradech a s Rapidem Psáry (Divize) – 1. března od 15:00 v Satalicích. (Článek byl psán 6. 2., pozn. red.)

Realizační tým zároveň připouští, že kádr ještě nemusí být uzavřený, a proto se vyplatí sledovat klubové kanály, kde se fanoušci dozvědí další novinky z přípravy.



Rozhovor s trenérem Haniakem

Soustředění, končí Houdek, Kühnel je nejistý, Jackl čeká na verdikt lékařů

Třetí týden zimní přípravy už mají za sebou hráči Spartaku Kbely. Tým trenéra Martina Haniaka zatím bere v 5. lize Veolia Pražská teplárenská přeboru osmé místo a kouč neskryvá, že by na jaře rád své postavení vylepšil. „Vnímám, že třeba šestá pozice by se nám Kbelákům líbila více, a to říkám se vším respektem k obtížnosti soutěže a soupeřům,“ prozradil v rozhovoru pro web fotbalpraha.cz Haniak.

Osmé místo jste ale po podzimu bral, že?

Začátek podzimu jsme měli těžší, byly tam nečekané zdravotní trable a částečně i nesehranost a bohužel nám to bodově moc nevyšlo, přestože herně jsme – až na výjimky – byli konkurenceschopní. Spokojenější bych byl, kdybychom měli po podzimu o nějaké tři body víc. Ale určitě lze říct, že až na domácí přeborovou porážku se Zličínem jsme závěr podzimu zvládli dobře, včetně postupu v pohárové soutěži, kdy nám vyšla odvěta s velmi silným Zličínem.



Chcete tabulkou výš, i proto jste začali přípravu 8. ledna?

Kluci se udržovali individuálně. Měli jsme trénink 8. 1., takový první ořukávací, další pak až třináctého. Poté jsme vyrazili na krátké team-buildingové soustředění na tři dny na Smejkalovy boudy ve Vrchlabí. Jsem rád, že jsme byli v netradičním prostředí, s kluky jsme zkusili běžky. Byly to náročné tři dny, ale fajn.

Na podzim jste se potýkali s poměrně velkou marodkou. V jakém stavu hráči přišli na start přípravy?

Je pravda, že určité problémy zdravotního charakteru nás na podzim provázely a v určitém směru se to nyní promítlo do personálních změn. Na první trénink přišli ti, kteří byli nachystaní přípravu začít, další se připojili následně. A během února už věřím, že tým bude v pravidelném, co možná nejsilnějším složení. Ale to je věc, kterou asi řeší i jiné kluby.

Napadá mě třeba jméno Petra Jackla. Ten se do Kbel těšil, ale zdraví mu toho moc nedovolilo. Chápu správně, že jeho potíže přetrvávají?

Petr musel jít s kolenem ještě na další vyšetření a čekáme na verdikt lékařů. Samozřejmě bychom byli rádi, aby se herně mohl zapojit. Petr je skvělý týmový hráč a bojovník.

Dalším jménem, které řešilo zdravotní trable, je Lukáš Kühnel. U něj se řešila budoucnost v klubu...

U Lukáše Kühnela jsou zdravotní

SPARTAK KBELY



problémy bohužel komplikované, trápily ho opakovaně. Musel si dát delší pauzu, vyskočit ze zátěže a uvidíme, co nastane.

A třetím do party hráčů, které pronásledovaly zdravotní trable, byl australský záložník Michael Houdek. Ten je na tom jak?

Když se na něj podívám jako na hráče, tak tam jsou některé nadstandardní věci, ale i on měl v delším časovém úseku zdravotní problémy, už když v zimě přicházel, takže mu déle trvalo plné zapojení do týmu. Přípravu odjel dobře, v září měl opět výpadek a v listopadu nám oznámil, že se z osobních a rodinných důvodů musí vrátit do Austrálie a pokračovat v kariéře tam.

Zmínil jste hráče, kteří mají problémy nebo v klubu končí. Jak je to s posilami?

Je u nás na třítydenních testech křídelník Filip Jančí z Přední Kopaniny. Prošel mládeží Dukly i Bohemky, kromě Přední Kopaniny byl ale také v Aritmě i na Kladně. Zatím jsme ho mohli vidět v jednom zápase, kde z penalty jednou skóroval. Jinak se určitě ještě po možném posílení díváme, uvidíme.

foto: Nikol Kuncová

Dozvuky halové sezóny

Halová část roku je za námi a přinesla řadu zajímavých momentů! Velkým úspěchem, který nás naplňuje hrdostí, je čtvrté místo našich starších žáků. Jejich bojovnost a nasazení mohou být inspirací pro celý klub. Jak se dařilo ostatním a co všechno se pod střechou událo? Kompletní shrnutí najdete pod QR kódem na našem webu.



Stříbro je naše!

V lednu se v nedalekých Vysočanech uskutečnilo halové mistrovství Evropy žen. České holky vybojovaly druhé místo, čímž potvrdily svoji pozici



mezi evropskou špičkou. Cesta k medailím byla plná napětí a odhodlání a celý tým předváděl skvělé výkony. Úspěch je o to cennější, že jde o premiérové stříbro pro české pozemní hokejistky!

Jednou z klíčových postav byla kapitánka Kateřina Laciná. Tato zkušená hráčka je odchovankyní kbelského hokeje a její přítomnost na hřišti i mimo něj je pro družstvo neocenitelná. Její dlouholeté zkušenosti a oddanost sportu jsou obrovskou inspirací a motivací pro všechny kbelské hokejisty a hokejistky. Gratulujeme!

Novinky na hřišti a v zázemí

Díky spolupráci s MČ Praha 19 se podmínky pro naše hokejisty, ale i pro celou sportovní komunitu, posouvají na novou úroveň. Novinkou, která potěší všechny sportovce i fanoušky, je nové občerstvení. Od března se opět můžete těšit na místo, kde budete moci doplnit energii po náročném tréninku či zápase. Zase tak ožije srdce areálu, místo pro setkávání, oslavy vítězství i strategické porady. Projekt rekonstrukce hřiště, který je zásadní pro další rozvoj pozemního hokeje ve Kbelích, neustále pokračuje. Nevzdáváme se našeho velkého snu – mít k dispozici kvalitní povrch, který splňuje ty nejprísnější standardy. Další podrobnosti najdete na našem webu.

Rozhovor – Ondřej Vudmaska

Na naše dorostence se na podzim usmálo štěstí, když se jejich trené-



rem stal vynikající hokejista a reprezentant Ondřej Vudmaska. Navazuje tak na svoji mámu, stříbrnou olympioničku a kbelskou trenérskou legendu, Janu Vudmaskovou. Jak se šzil s týmem a co přinesl podzim a halová sezóna? Na našich stránkách vám pod QR kódem přinášíme zajímavý rozhovor!



DOMÁCÍ ZÁPASY
JARO 2026

SOBOTA 28. BŘEZNA	
9:00	TJ SOKOL KBEL Y - TJ PLZEŇ LITICE (st. žákyně)
NEDĚLE 29. BŘEZNA	
10:00	TJ SOKOL KBEL Y - HC SLAVIA HK (ml. žákyně)
11:15	TJ SOKOL KBEL Y - SK SLAVIA PRAHA (ml. žákyně)
SOBOTA 11. DUBNA	
12:00	TJ SOKOL KBEL Y - SK SLAVIA PRAHA (st. žáci)
SOBOTA 18. DUBNA	
9:00	TJ SOKOL KBEL Y - HC SLAVIA HK (st. žákyně)
13:00	TJ SOKOL KBEL Y - SK SLAVIA PRAHA B (1. liga muži)
NEDĚLE 19. DUBNA	
15:00	TJ SOKOL KBEL Y - SK SLAVIA PRAHA (dorostenci)

Data a časy utkání jsou uvedeny v okamžik uzavěrky, podrobný přehled všech domácích halových zápasů i pro ostatní kategorie a případné změny časů najdete pod odkazem na našem webu.

Sledujte nás také na sociálních sítích. Tam najdete různé aktuality a zajímavosti ze života klubu.

hokejkbely @hokejkbely

Kadeti a žáci opět na mezinárodní scéně

V rámci přípravy se na konci kalendářního roku tradičně účastníme mezinárodního basketbalového turnaje v Plzni. V kategorii U16 jsme letos postavili dvě družstva, patnáctileté a čtrnáctileté a jedno družstvo v kategorii U14. Všechna utkání až na dvě jsme odehráli proti zahraničním týmům.

Starší kategorie čítala celkem 21 týmů a naše družstva skončila na šestém a devatenáctém místě. Družstvo A nejprve v „německé“ základní skupině nejdříve až v koncovce porazilo Wölfenbittel 50:48 a poté v klidu porazilo Moabit 44:35. Běčko naopak narazilo na německý Vilsbiburg 39:90 a druhý den sehrálo o něco lepší partii se slovenskými Malacký 53:81. Cesty obou týmů se tak rozdělily, kdy Áčko postoupilo do horní třetiny týmů a Běčko do té spodní.

Ve čtvrtfinále na Áčko čekala domácí ligová Plzeň, s kterou si nedovedlo poradit, prohrálo 37:56 a propadlo se do opět „německé“ skupiny o páté místo. Tam nejdříve porazilo Hanau 51:38 a turnaj zakončilo porážkou od berlínského celku Hellenen 28:42 a celkovým šestým místem.

Cesta Běčka vedla přes prohru s Norimberkem 25:48, výhru nad Wolfsburgem 47:35 a Jižními Supy 37:32 k celkovému devatenáctému místu.



Mladší kategorie měla 24 účastníků. V základní skupině jsme podlehlí bundesligovému Chemnitzu 40:57, což kluky probudilo, a hned v dalším utkání porazili Wölfenbittel 69:26. Třetí utkání ve skupině s rakouskými Flames jsme celé vedli, soupeř však zvyšoval tlak, a nakonec jsme museli o vítězství 32:29 bojovat do konce. Ve vyřazovací části jsme narazili na silný Norimberk, kterému jsme podlehlí 18:61. V dalším kole nám systém turnaje připravil odvetu s Flames, která dokázala nevyzpytatelnost žákovského basketbalu. Zápas byl jak přes kopírák toho prvního, jen si týmy vyměnily místa a výsledek. Prohráli jsme v koncovce 38:41. Turnaj kluci zakončili utkáním s Lipskem. Po třech dnech zápasů tým budil unavený dojem, v poločase dokonce prohrával o patnáct bodů. V druhé půli se však nakopli a odehráli nejlepší

úsek celého turnaje. Vítězství 54:47 nakonec znamenalo patnácté místo.

V březnu kadety, tedy družstvo U16, čeká turnaj středoevropské ligy ve Žďáře nad Sázavou, jako generálka před kvalifikací do ligy U17.

Předvánoční turnaj přípravek

Kluci z početné přípravy týden před Vánoci zápolili v klubovém turnaji ve hře 4x4 ve kbelské sportovní hale. Kdo dal kolik košů, nebo které družstvo pro sebe urvalo prvenství, už nevíme. Jisté však je, že si to všichni užili a už se těší na jarní přípravné zápasy s kluby z okolí a nějaký další turnaj. Kluci taky mezi sebe rádi přivítají další kamarády a kamarádky. Trénují vždy v úterý od 4 hodin ve sportovní hale a ve čtvrtek od půl páté v tělocvičně ZŠ.

INZERUJTE VE KBELÁKU

Specifikace dodané inzerce naleznete na www.praha19.cz.

Možnost zhotovení inzerce na zakázku.

Ceny jsou uvedené bez DPH.

Celostrana
200×250 mm
Cena: 4 500 Kč
Zadní a vnitřní obálka
Cena: 5 000 Kč

1/2 strany
180×112,5 mm / 87,5×230 mm
Cena: 2 500 Kč

1/6 strany
56,5×112,5 mm
Cena: 1 200 Kč

1/12 strany
56,5×53,75 mm
Cena: 600 Kč

1/8 strany
87,5×53,75 mm
Cena: 900 Kč

1/4 strany
87,5×112,5 mm
Cena: 1 500 Kč

řádková inzerce
Cena: 400 Kč

— INZERCE —

PLYN – VODA – TOPENÍ

Montáž a oprava rozvodů a spotřebičů. Veškeré instalatérské, plynářské a topenářské práce, čištění odpadů, revize plynu.

Kontakt: Vladimír Tymeš, tel. 603 937 032, www.voda-plyn-tymes.cz

SHÁNÍME LÉKAŘE

Do ordinace praktického lékaře MUDr. Bouzka sháníme dalšího kolegu lékaře či lékařku. Velká variabilita a vstřícnost při jednání o pracovních podmínkách. e-mail: dr.bouzek@centrum.cz

Vyměním hezký obecní byt

ve Kbelích 1+1 v 1. patře za větší. Tel.: 722 918 689

INSTALATÉR HRDLIČKA

Váš instalatér pro Prahu 19. Montáž a výměna kotlů, kompletní instalatérské a topenářské práce.

Tel.: 774 233 860, www.instalaterhrdlicka.cz



VENKOVNÍ ŽALUZIE, ROLETY

VNITŘNÍ ŽALUZIE, ROLETY

SÍTĚ PROTI HMYZU

BIOKLIMATICKÁ PERGOLA

OKNA A DVEŘE PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ

20 LET ZKUŠENOSTI V ODBORU

KALKULACE ZDARMA

Tel: 773 027 732
Praha 9 - Vínor
info@zaluzieokna.cz
www.zaluzieokna.cz



**POHŘEBNÍ SLUŽBA
ČAKOVICE**

ZDENĚK VÍTEK

PROVÁDÍ

- pohřby do země • kremační obřady • vazbu věnců a kytic • smuteční oznámení
- převozy zesnulých NONSTOP

Tel.: 603 861 635, 734 817 113

KANCELÁŘ

Plajnerova 251/8, Praha 9 – Čakovice

tel.: 603 861 635, 734 817 113

e-mail: pscakovice@seznam.cz

www.pscakovice.cz



S vlastní smuteční síní ve Vínorí.

777 739 358

bikesos.cz

skisos.cz

servis@bikesos.cz

Mladoboleslavská 73, 19700 Praha 9

CESTA NA SVAH I NA KOLO ZAČÍNÁ U NÁS VE KBELÍCH



— INZERCE —

**Zámecký park
Čakovice**

P
GARÁŽOVÁ
STÁNÍ

VELKORYSÁ PLOCHA
A ÚLOŽNÉ PROSTORY

U KAŽDÉHO BYTU
SKLEP V CENĚ

S parkem za okny a městem na dosah

Toužíte se posunout za lepším? Bydlení v Zámeckém parku Čakovice nabízí vysoký životní standard v přímém sousedství parku a přitom pouze 25 minut od centra Prahy.

zameckyparkcakovice.cz

Honza Hrnčír
ze sportovní haly
Kbely doporučuje



Lezecký sport ve Kbelích

Lezecké příměstské tábory pro děti

Termíny léto 2026: 13. 7.–17. 7. a 3. 8.–7. 8.
Po–Pá, 8:00–17:00

Skupinové lezení pro dospělé

Každou středu od 18:30



www.jankaresclimbingteam.com