

stop

STODŮLECKÝ POSEL

listopad 2025



Zpravodaj městské části **Praha 13**



Jak to bylo

v říjnu

První říjnová středa nám hezky propršela, přinesla konec možnosti požádat si o voličský průkaz a také smutnou zprávu o skonu Jane Goodall, která svůj život zasvětila neobyčejnému studiu šimpanzů



ve volné přírodě. Změnila tak nejen vědecké chápání primátů, ale zcela zásadně přeměnila vztah lidstva ke zvířecí říši. Dle pranostik svatý František zahání lidi do chýšek, tentokrát je ale zahnal spíše do volebních místností, kde se v pátek a v sobotu konaly volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. Podzim udeřil v plné síle, bylo chladno, deštivo a silný vítr přifoukal další nemilou zvěst, která se nás, Čechů, dotkla ještě mnohem více. Opustila nás atomová lady, jaderná fyzika, moudrá a laskavá žena, paní Dana Drábová. Snad i bez jejích pravidelných hlášení zůstane radiační situace, nejen na Ukrajině, v normálu. V pondělí se pro mrňouse slavnostně otevřelo nové hřiště v Husníkově ulici, kde je k herním prvkům přidanou hodnotou super výhled až na Barrandov. Ke Dni seniorů proběhlo setkání při chlebičku a kávičce ve Spolkovém domě a ve středu potom veřejné projednání v obřadní síni radnice, kde se řešila výstavba dostupného bydlení v Třebonicích. Když slavily svátek Agáty, senioři se sešli ve své oblíbené Retrokavárně, kde pro ně byl tentokrát připravený zeměpisný kvíz. Podle další pranostiky prý po svatě Tereze mráz po střeších leze a svatý Havel předvede devět počasí za den. A tady se opět ukázalo, jak to předci měli zmáknuté, protože v obou případech to platilo beze zbytku. V neděli v Centrálním parku odstartoval Běh cestou necestou Prahou 13 a nad loukou u ulice Jitrocelová na Velké Ohradě se vznegli draci a dráčky při oblíbené Drakiádě. Třetí říjnový týden se nesl ve znamení chladnějšího, ale slunečného počasí, a tak mohly proběhnout oslavy Dne stromů. Tradičně se konaly v Centrálním parku, spojily se s výsadbou stromečku a zejména předškolní a mladší školní děti se zábavnou formou seznámily s druhy stromů, které rostou v okolí, a mimo jiné se taky dověděly, čím se živí netopýr. Že se na víkend krapet ochladilo, zase tolik nevadilo, jelikož se v noci ze soboty na neděli změnil čas, ručičky se vrátily o hodinu zpátky, a tak jsme si mohli užít o šedesát minut delší víkend. Navíc dětem začaly v pondělí podzimní prázdniny a na nás dospěláky čekal úterní svátek. V tento den si sice nic nenakoupíme, ale zato si můžeme, a dokonce musíme připomenout, že osmadvacátý říjen s sebou přináší Den vzniku samostatného Československého státu. Letos se hned po něm uskutečnila v Komunitním centru svatého Prokopa Podzimní floristika, kde si bylo možné pořídit vlastnoruční výrobky ku zkrášlení bytu či balkonu. Z obchodů začaly mizet dýně, strašidla a v některých případech i pavučiny, aby uvolnily místo Mikulášům, adventním kalendářům a pestrobarevným balícím papírům, jež zatím čekaly ve druhé řadě. Jejich pravý čas přichází právě teď. Také vy si měsíc provoněný spadaným listím v klidu užijte, ať do cílové rovinky roku vkročíte odpočatí a dobře naladěni.

Andrea Říčková

Listopad v televizi tv13

44. Den stromů s Prahou 13

45. Cirkusový workshop ve Mlejně

46. Strašidelný Domeček

47. Ekodivadélko pro MŠ

17:00
DNES



DVB-T - 21. kanál Lukáš tv13.cz

Sdělení

úřadu a městské části

Zápis do ZŠ a MŠ

• Zápis do prvních tříd základních škol

Termín zápisu do prvních tříd ZŠ Prahy 13 pro školní rok 2026/2027 byl stanoven na čtvrtek 5. a pátek 6. února 2026.

• Zápis do mateřských škol

Termín odevzdání vyplněných přihlášek pro přijetí k předškolnímu vzdělávání byl pro školní rok 2026/2027 stanoven na úterý 24. března 2026 od 13 do 17 hodin. Školským obvodem pro všechny mateřské školy MČ Praha 13 je celé území městské části.

-red-

Poslední letošní farmářské trhy se pomalu blíží

Letošní farmářské trhy, které se konají každé pondělí na Slunečním náměstí v Nových Butovicích, se pomalu blíží do finále. V pondělí 24. listopadu od 8.00 do 17.00 budete mít poslední možnost nakoupit tradiční farmářské zboží, čerstvou zeleninu, ovoce, pečivo z domácích pekárů, květiny a další.

-red-

Bruslení pro veřejnost

Školní zimní stadion v ul. Bronzová zahájí zimní sezonu. Bruslení pro veřejnost předpokládáme od soboty 15. listopadu 2025 (v závislosti na příznivých meteorologických podmínkách). Aktuální informace sledujte prosím na webových stránkách městské části Praha 13 (<https://www.praha13.cz/skolni-zimni-stadion-bronzova>).

Provozní doba pro veřejnost zůstává stejná, jako tomu bylo v minulých letech.

Pondělí: 15.00-16.30, 17.00-19.00

Úterý-pátek: 14.30-16.30, 17.00-19.00

Sobota-neděle, státní svátky: 9.00-12.00, 12.30-15.30, 16.00-19.00

Změna provozní doby v neděli 23. listopadu:

9.00-12.00 bruslení pro veřejnost

12.30-15.30 karneval na ledě (pořádá pionýrský oddíl Rondel)

16.00-19.00 bruslení pro veřejnost

Provozní doba pro veřejnost v období vánočních svátků a jarních prázdnin bude upřesněna v prosincovém a únorovém vydání.

Vstupné pro dospělé

jedenapůlhodinový blok (pondělí) - 50 Kč

dvouhodinový blok (úterý-pátek) - 65 Kč

tříhodinový blok (sobota a neděle) - 65 Kč

Vstupné 6-15 let a senioři 65+

jedenapůlhodinový blok (pondělí) - 25 Kč

dvouhodinový blok (pondělí - pátek) - 35 Kč

tříhodinový blok (sobota a neděle) - 35 Kč

Děti do 6 let mají vstup zdarma

Brusle nepůjčujeme, ale jejich broušení můžeme nabídnout i v této bruslařské sezoně, a to v pracovních dnech od 17.00 do 18.00. Cena je 70 Kč za 1 pár bruslí. Upozorňujeme, že parkovací místa pod ledovou plochou byla pronajata rezidentům, a nemohou tedy být využívána návštěvníky zimního stadionu. Na stadionu jsou umístěny automaty na kávu, čaj a cukrovinky. V pátek, sobotu a v neděli bude k dispozici také stánek s občerstvením. Upozorňujeme návštěvníky, že veškeré platby jsou možné pouze v hotovosti.

Jan Šafír, vedoucí odboru školství

Termíny uzávěrek jednotlivých vydání zpravodaje STOP jsou následující:

(v závorkách je uvedeno, kdy dané číslo vychází):

prosinec - 10. 11. (28. 11.)

leden 2026 - 8. 12. 2025 (2. 1. 2026)



Přímá linka

Vážený pane starosto, hlavní město zveřejnilo návrh nového Metropolitního plánu. Je ještě možné podávat námítky?

Děkuji za váš dotaz k Metropolitnímu plánu hlavního města Prahy.

Jde o klíčový dokument, který určuje směřování rozvoje města na další desetiletí a zajišťuje jeho kvalitní a udržitelný urbanistický vývoj. Metropolitní plán se týká celé Prahy a právě nyní, během listopadu, má veřejnost možnost návrh prostudovat a podávat připomínky.

Za městskou část Praha 13 připravujeme vlastní soubor připomínek - naším cílem je rozumný rozvoj území s ohledem na kvalitu života obyvatel a zachování dostatečných ploch pro zeleň, parky a volnočasové aktivity.

Návrh Metropolitního plánu je aktuálně vystaven v Centru architektury a městského plánování, kde je možné si ho prohlédnout osobně i online. Plán by z našeho hlediska měl podporovat udržitelný a logický rozvoj města, ale zároveň chránit více než 700 významných lokalit - včetně historického centra a přírodních oblastí, a k tomu též budou směřovat naše připomínky.

Stanovuje jasné hranice města, řeší zahušťování výstavby a vyvažuje nové investice s ochranou přírody a kulturních hodnot. Jeho finální schválení Zastupitelstvem hlavního města Prahy se očekává v první polovině příštího roku.

V listopadu probíhá řada veřejných akcí, diskusí a dvě veřejná projednání. Obyvatelé a vlastníci pozemků mohou své připomínky podat také online - například prostřednictvím Portálu Pražana.

Více informací najdete na webu hlavního města: Metropolitní plán - MHMP.



Pane starosto, před naším domem probíhá úklid ulic a parkovišť. Několik aut ale nepřeparkovalo a odtah se neprovedl. Jedno z nich tu stojí už půl roku bez pohybu.

Proč není odtazeno? Jaká jsou pravidla pro odtahy?

Pravidelné úklidy komunikací a veřejných parkovišť probíhají v Praze zpravidla na jaře a na podzim a většinu zajišťuje hl. m. Praha, městská část zajišťuje úklid jen na svěřených pozemcích.

Během těchto úklidů platí dočasný zákaz stání, který je označen přenosnými dopravními značkami s uvedením data a času úklidu. Tyto značky se instalují nejméně sedm dní předem, aby měli řidiči dostatek času své vozy přeparkovat.

Pokud značka obsahuje symbol odtahu (modrá šipka s autem), vozidla ponechaná na místě mohou být odtazena. Tento režim se ale nevztahuje na všechny lokality - záleží na konkrétním značení. Každý řidič je povinen dopravní značení respektovat a vozidlo včas odstranit. Pokud vozidlo zůstane zaparkované i po začátku platnosti zákazu, může být odtazeno nebo může být uložena pokuta. Náklady na odtah i případné sankce hradí vlastník vozidla. Doporučuji sledovat harmonogram úklidu zveřejněný na webu městské části a dopravní značení v ulicích. Úklid probíhá každý rok, proto je zbytečné komplikovat práci technickým službám a riskovat pokuty. Všichni chceme mít okolí svého bydliště

čisté - a pokud zůstanou mezi auty, která nepřeparkovala, mezery, není možné komunikaci důkladně vyčistit. Situace u dlouhodobě odstavených a nepojízdných vozidel (tzv. vraků) je odlišná.

Městská část Praha 13 aktivně posiluje boj proti vozidlům, která hyzdí ulice a zabírají tolik potřebná parkovací místa. Odstraňování autovraků však vyžaduje úzkou koordinaci mezi příslušnými úřady a postup podle platné legislativy.

Za vrak se považuje vozidlo, které je technicky nezpůsobilé k provozu - například mu chybí kola, skla, registrační značka, nebo z něj vytékají provozní kapaliny. Takové vozidlo nesmí být ponecháno na veřejné komunikaci a může být odtazeno.

Naopak vozidlo, které má platnou technickou kontrolu a registrační značku, se za vrak nepovažuje - i když má třeba prázdné pneumatiky nebo dlouhodobě stojí bez pohybu.

Obyvatelé mohou podezřelé vozidlo nahlásit prostřednictvím webových stránek MČ, která následně zahájí příslušné kroky.

Vraky v ulicích Prahy 13 intenzivně řešíme a vážíme si všech informací od obyvatel, které celý proces urychlují.

Děkuji všem, kteří se aktivně zajímají o dění v Praze 13 a přispívají k udržování čistého, bezpečného a příjemného prostředí pro nás všechny. Vaše podněty, připomínky a spolupráce jsou pro městskou část velkou pomocí i motivací. Všichni se maximálně snažíme, aby se nám v Praze 13 dobře žilo - nejen dnes, ale i do budoucna.

Ing. David Vodrážka
starosta Prahy 13

Sluneční náměstí 13

158 00 Praha 13

☎ 235 011 212 nebo

235 011 202

✉ vodrazkad@praha13.cz

🌐 www.praha13.cz

Obsah

- Jak to bylo v říjnu, Sdělení úřadu 2
- Přímá linka 3
- Informace z radnice 4-5
- Kaleidoskop 6-7
- Školy 8-9
- Sport 12-13
- Rozhovor 13
- Hasičské a Policejní okénko, Vaším objektivem 15
- Rozhovor - Žijí tu s námi 17
- DDM 19
- Střípky ze škol a školek 20-21
- Stalo se, Odpovídá psycholog 22
- Naši senioři 23
- OŽP - harmonogramy 26
- KD Mlejn - program 28
- Inzerce - řádková 29
- Kalendář akcí 31-37
- Soutěže 39

Uzávěrka příštího čísla: 10. 11.
Distribuce: 28. 11. - 5. 12. 2025

ÚŘAD MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 13

Sluneční náměstí 2580/13
158 00 Praha 5

Ústředna: 235 011 111

Bezplatná informační

linka: 800 130 000

Informace: 235 011 144

235 011 228

dotazy@praha13.cz

El. podatelna:

epodatelna@praha13.cz

Webové stránky úřadu:

www.praha13.cz

KLUBY ZASTUPITELSTVA MČ PRAHA 13

ANO 2011

drabekm@praha13.cz

praha13@anobudelip.cz

http://praha13.anobudelip.cz

Občanská demokratická strana

ticha.ludmila@seznam.cz

www.odspraha13.cz

Praha 13 Sobě

Mgr. Pavel Podzemský

pavel.podzemsky@email.cz

www.facebook.praha13sobe

SEN 21 a Společnost proti

developerské výstavbě

v Prokopském údolí

Mgr. Bc. Vojtěch Nitra, MSc.

vojtechnitra@gmail.com

SPD, Trikolora a nezávislí

kandidáti pro Prahu 13

JUDr. Vladimíra Bondarenková

vladimira.bondarenkova@seznam.cz

Společně pro Prahu 13 (TOP 09)

praus.petr@gmail.com

www.top09.cz/regiony/praha/

regionalni-organizace/praha-13

Zelení a Piráti pro 13

Tomáš Murňák

www.zeleniapirati.pro13.cz

tomas.murnak@pirati.cz



ŠTASTNÁ TŘINÁCTKA



PRAHA_13



PRAHA13

INFORMACE Z RADNICE

Listopadový Ideathon opět ve Mlejně

Městská část se rozhodla navázat na sérii Ideathonů pořádaných od roku 2018 v KD Mlejn. Tříčlenné týmy spolu s odborníky budou hledat nejlepší nápady, které pomohou



zlepšit naši městskou část. Jedno ze zajímavých letošních témat je využití umělé inteligence ve veřejné správě a soutěží se opět o hodnotné ceny. Tým, který nejvíce přesvědčí porotu o přínosu, inovativnosti a realizovatelnosti svého projektu, si odnese cenu v hodnotě padesáti tisíc korun. Letošní podzimní Ideathon zaměřený na využití AI ve veřejné správě, dopravu, zeleň a veřejný prostor a bezpečnost se uskuteční 21.-22. listopadu 2025. Registrace a podrobnosti naleznete na: www.idea13.cz. Rádi vás přivítáme!

Libor Hák



Adventní floristika

Městská část Praha 13 ve spolupráci s Římskokatolickou farností u kostela sv. Jakuba Staršího srdečně zve seniory na **adventní vázání věnců**, které se uskuteční **ve čtvrtek 27. listopadu 2025 v čase 11.00 do 13.00** v Komunitním centru sv. Prokopa, V Hůrkách 8. Veškeré potřeby budou pro účastníky zajištěny. Kapacita aktivity je omezená. Prosíme tedy zájemce, aby se hlásili předem telefonicky u paní Zuzany Kraljové na tel. 235 011 451. Telefonická registrace je možná nejdříve od 18. listopadu 2025.

Jan Morčuš

Vánoční jarmark

Městská část Praha 13 si vás srdečně dovoluje pozvat na 6. ročník **Vánočního jarmarku**, který se bude konat **ve středu 3. prosince od 10.00 do 18.00** v obřadní síni a atriu radnice městské části Praha 13. Přijďte si s námi užít předvánoční čas, potěšit se krásnými věcmi a naladit se

na kouzelnou adventní atmosféru. Připraven bude doprovodný program a nebude chybět prodej vánočních dekorací, cukroví a spousty dalších krásných předmětů.

Akce proběhne pod záštitou starosty MČ Praha 13, předsedy výboru místní Agendy 21 Víta Bobysuda a místopředsedkyně výboru Yvety Kvapilové.

-red-

Praktický kurz naučí, jak podnikat s minimem rizik



Městská část Praha 13 ve spolupráci s projektem Podnikni to! nabízí svým občanům bezplatný kurz, který jim pomůže změnit jejich podnikatelskou vizi na realitu.

Naučí, jak najít podnikatelské příležitosti a postupně je transformovat do úspěšných a ziskových projektů. Bez ohledu na to, zda teprve začínají, mají nápad v hlavě nebo chtějí zdokonalit své podnikání, prakticky prověřené

techniky a know-how jim umožní dosáhnout svých cílů. Kurz probíhá za oficiální podpory městské části Praha 13 a Hospodářské komory Praha 13 zdarma.

„Naším cílem je nabídnout lidem maximum podpory do podnikatelských aktivit a pomoci všem, kdo chtějí úspěšně realizovat své projekty. Nezáleží na tom, jestli jde o malou lokální firmu, přivýdělek vlastním projektem

při zaměstnání nebo vybudování mezinárodní firmy. Na konci kurzu budou účastníci mít smysluplný projekt, a hlavně praktický plán, jak vše úspěšně rozjet,“ řekl starosta David Vodrážka.

Podnikat se dá i s minimem začátečnických chyb a rizik. To je příslib, který kurz Podnikni to! dává svým účastníkům, kteří se rozhodnou zapojit do cyklu pěti na sebe navazujících setkání. Ta budou probíhat jednou týdně. Podnikatel z praxe v roli lektora předá účastníkům osvědčené postupy, jak dát vlastnímu projektu hlavu a patu a vytvořit pevné základy. Účastníci získají maximum informací o tom, jak oslovit a získat zákazníky, postupně nápad budovat od minimálního produktu a jak si všechno pečlivě a kvalitně propočítat. Kurz je vhodný pro ty, kteří jsou zaměstnaní, na rodičovské dovolené i pro studenty. Základním předpokladem je podnikavé myšlení a chuť rozvíjet vlastní projekt. Kurz se skládá z 5 setkání, která budou probíhat jednou týdně vždy ve středu.

První workshop odstartuje ve středu 12. listopadu 2025 v 17.30 v obřadní síni Úřadu městské části Prahy 13, Sluneční náměstí 2580/13.

-red-

INFORMACE Z RADNICE

Čestné občanství in memoriam pro Ivo Obersteina

Zastupitelstvo MČ Praha 13 udělilo dne 24. 10. 2025 čestné občanství in memoriam doc. Ing. arch. Ivo Obersteinovi, CSc., a to u příležitosti nedožitých 90. narozenin za jeho celoživotní dílo v oblasti architektury a urbanismu, zejména za řešení Jihozápadního Města v Praze 13. Z rukou starosty Davida Vodrážky jej převzala manželka, paní Milada Obersteinová a dcera Alena Zavadilová.

„Praha 13 je díky panu Obersteinovi příjemným domovem desítek tisíc lidí, sídlištní celky naplánoval tak, aby maximálně respektovaly



potřeby místních obyvatel. Vnitrobloky obytných domů nabízí klidné zázemí, školy a školky jsou systematicky umístěny v docházkové vzdálenosti, díky metru je městská část výborně dopravně dostupná, a především

Centrální park nabízí všem velkorysý prostor pro odpočinek i aktivní trávení volného času. Ivo Oberstein se zasloužil o to, že Praha 13 je dobrou adresou, a patří mu za to náš obrovský respekt a poděkování,“ řekl starosta David Vodrážka.

Ivo Oberstein byl český architekt, urbanista a vysokoškolský

pedagog. Vystudoval katedru urbanismu na Fakultě architektury Českého vysokého učení technického (ČVUT).

Po praxi v Karlových Varech začal pracovat v Útvaru hlavního architekta



hlavního města Prahy. Jedním z jeho životních urbanistických děl je právě Praha 13. V roce 1968 vyhrál anonymní urbanistickou soutěž na novou městskou část v Praze pro 65 tisíc obyvatel, nazvanou Jihozápadní Město, tedy oblasti Nových Butovic, Lužin, Stodůlek a Centrálního parku. Ta se stala pro Iva Obersteina na další léta životním úkolem, kterým koncem osmdesátých let vytvořil domov pro desítky tisíc obyvatel Prahy 13 a kde také od devadesátých let se svou rodinou žil. Po revoluci se stal hlavním architektem města Prahy (1990-1994). Pod jeho vedením se začalo pracovat mimo jiné na novém Územním plánu Prahy a urbanistických studiích Pražské památkové rezervace, Smíchova nebo generelu Vltavy. Během let 1994-2007 přednášel na ČVUT problematiku urbanistických souborů a vedl ateliér urbanismu.

-red-

Angličtina pro seniory

Městská část Praha 13 opět zahájila pravidelnou výuku angličtiny pro seniory ve Středisku sociálních služeb Praha 13. Senioři se přihlásili jak do kurzů pro začátečníky, tak pro pokročilé.



„Jsem velice rád, že opět můžeme pozvat seniory Prahy 13 na jazykové kurzy a věřím, že velký zájem, který každý rok registrujeme, studujícím vydrží po celý rok. Účastníci si mohou vybrat výuku podle svých znalostí, jsou připraveny kurzy pro začátečníky

i pokročilé. Lekce jsme koncipovali tak, aby byly seniorům finančně dostupné. Přeji všem příjemně strávený čas, a hlavně radost ze studia,“ řekl při zahájení starosta David Vodrážka.

„Samotná výuka probíhá v malých desetičlenných skupinkách, aby byla co neefektivnější a účastníci tak měli maximální prostor a čas,“ dodal Vít Bobysud, předseda výboru pro místní Agendu 21, která kurzy zajišťuje.

Lucie Steinerová

Výměna přístřešků MHD

V ulicích Prahy 13 probíhá další výměna přístřešků MHD. Proběhly stavební úpravy v ulici Bavorská, kde byl demontován původní přístřešek a po stavebních úpravách byl na zastávce K Fialce instalován zcela nový. Stejně práce probíhají v Jeremiášově ulici, na autobusové zastávce Archeologická směrem do Nových Butovic. Výměnu přístřešků MHD provádí firma Technologie hlavního města Prahy a.s.



-red-

Den stromů v Centrálním parku

Osłavy Dne stromů se konaly ve čtvrtek 22. října v Centrálním parku již po třídacáté. Vzdělávací akce v rámci ekologické výchovy byla jako pokaždé zaměřena zejména na kolektivy školek a škol, ale také rodiny s menšími dětmi. Součástí i letos byla výsadba nového



stromu, dubu letního, která proběhla za účasti paní místostarostky Marcely Plesníkové a pana zastupitele Víta Bobysuda. Pak už se děti rozeběhly na různá stanoviště, kde se zábavnou formou seznámily s řadou užitečných věcí. U odboru životního prostředí si užily tipovací hru o houbách, puzzle s ptáčky, a dokonce si mohly obléknout strom. Lesy hlavního města Prahy měly připraveno stanoviště s názvy Dřevorubec, Pěstování lesa, Obyvatelé lesa a Měření lesa. Stanoviště Domu dětí



a mládeže bylo zaměřeno na listnaté stromy a spolu s Městskou knihovnou ve Stodůlkách si děti mohly zahrát hry

o stromech. Na dalších stanovištích se děti dověděly řadu zajímavostí o hmyzu, zjistily, jaké organismy žijí v listí, jak zimuje žížala i čím se živí netopýr. Přestože počasí moc nepřálo a v parku zároveň probíhá rekonstrukce, tak si naučně zábavné dopoledne nenechalo ujít na šest set dětí ze školek a škol a také rodičů s dětmi z celé třináctky a okolí. Akce proběhla v rámci místní Agendy 21, aktivita je podpořena z DT Obec přátelská rodině a seniorům 2025.

Eva Beránková

KALEIDOSKOP



Bull sraz v Centrálním parku

Na třetí zářijový víkend se na chvilku vrátilo léto a přilákalo k tradiční akci. Letos již pošesté se v Centrálním parku sešli bulíci i nebulíci, kteří jsou samozřejmě vždy vítáni. Započítána jsou ale pouze bull plemena nebo kříženci jim podobní. Letos se jich sešlo přes pět set. Bohatý program nabídl spoustu zajímavých rozhovorů a ukázek, jako třeba canisterapeutky - stafbulinky Růženku a Žofinku, bull sporty v podání spolku Bull Sport Zone z Plzně, psí fitko předvedla psí škola Staff Spirit a zájemci si ho mohli hned na místě i vyzkoušet...

Oficiálně zde také svou činnost zahájil zbrusu nový projekt Psí anděl - oceňuje lidi, kteří nejsou lhostejní k utrpení zvířat, a rovněž ty, kdo usilovně pomáhají psům dlouhodobě (viz www.psiandel.cz). VIP kmotři Karel Voříšek, Jiří Švihálek, majitel Yoggies, a Eva Hodek, ředitelka Nadace na ochranu zvířat, společně předali trofej Renatě Petrášové za její nezměrnou pomoc bulíčkům v nouzi v rámci jejího Bulíkova, který letos slaví neskutečných dvacet let.

U stánku tomboly a Azyl Shopu utratili návštěvníci nádherných 95 659 Kč a bulíček Rufiček s paničkou Terezkou přidali 2 980 Kč z prodeje ručně vyráběných přívěšků. Další peníze ještě postupně na transparentní účet přibydou z prodejů obojků a vodítek, triček nebo klíčenek. Kompletní detailní přehled najdete na webu bullsraz.cz.

Moc děkujeme MČ Praha 13 a panu starostovi Davidu Vodrážkovi za opětovnou velmi laskavou podporu naší akce a za možnost uspořádat sraz na tak krásném místě. Velké díky za podporu patří samozřejmě i našim milým partnerům.

Katka Kašparová



Butovický rohlík

Na hrázi Stodůleckého rybníka v Centrálním parku se v neděli 21. září konal již třicátý ročník běžecko-cyklistického závodu Triatlon sportklubu Praha a odboru životního prostředí známý jako Butovický rohlík. Název pochází z tradice, podle které místní pekárna Odkolek vždy dodává darem rohlíky na posilnění. Také

letos byly navíc připraveny tradiční velké koláče s logy Prahy 13 a logy Greenways. Závodníků a účastníků se za krásného počasí sešlo kolem tří set, přičemž nejvíce závodníků se registrovalo zejména v kategoriích předškoláků a mladších žáků, jejichž kategorie odstartoval zastupitel Vít Bobysud. Na vítěze čekal zmíněný „butovický rohlík“ a drobná odměna v podobě vybavení na kolo. Vzhledem k tomu, že za měsíc oslavíme také Den stromů, byl do parku vysazen s dětmi nový strom - dub letní.

Aktivita byla podpořena z DT Obec přátelská rodině a seniorům 2025 a koná se v rámci Evropského týdne mobility a zároveň jsme si připomněli, že v Centrálním parku začíná páteční cyklostezka Greenways - Praha Vídeň.

Eva Beránková



Nové dětské hřiště ve Stodůlkách

Starosta Prahy 13 David Vodrážka s místostarostkou Marcelou Plesníkovou společně s dětmi otevřeli nově zrekonstruované dětské hřiště v Husníkově ulici ve Stodůlkách.

„Dětská hřiště jsou nedílnou součástí veřejného prostoru, kde tráví čas především rodiny s malými dětmi. Každoročně do jejich oprav a rekonstrukcí investujeme nemalé finance, abychom pro všechny děti zajistili bezpečné a kvalitní prostředí,

kde mohou aktivně trávit volný čas,“ řekl starosta David Vodrážka.

Dětské hřiště v Husníkově ulici prošlo celkovou rekonstrukcí, a to včetně úprav terénu. Byla nově instalována lezecká herní sestava s lanovými prvky, dvojhoupačka a nové lavičky. Dále bylo obnoveno dětské pískoviště a celá plocha hřiště je nově oplocena.

„V naší městské části se nachází řádově sto dětských hřišť, která postupně opravujeme nebo nově rekonstruujeme. Dětská hřiště, zvláště v sídlištní zástavbě, jsou pro mladé rodiny součástí každodenních aktivit. Naším cílem je, aby byla především bezpečná a vybavená nejmodernějšími prvky, které rozvíjí pohyb a kreativitu našich nejmenších obyvatel,“ dodala místostarostka Marcela Plesníková.

Celkové náklady na rekonstrukci dosáhly 3,7 mil. Kč.

Lucie Steinerová





Svatováclavský den s respektem k lidem i věcem

Víte, kolik vody „vypijí“ vaše džíny, než se dostanou do obchodu? Odhady hovoří o 7 000 až 8 000 litrech. A jedno bavlněné tričko? Přibližně 2 700 litrů - tedy tolik, kolik člověk spotřebuje pitím za dva a půl roku. Překvapilo vás to? Právě tyto - a mnohé další - informace zazněly v rámci dvou vzdělávacích bloků věnovaných reuse tématům a udržitelné spotřebě na 2. ročníku Reuse Day, který se konal v neděli 28. září 2025 na Slunečním náměstí v Praze 13. A nebyla to jen čísla, co návštěvníky přimělo zamyslet se nad tím, jak nakládáme s věcmi. Už od 11. hodiny se lidé začali scházet, nosili oblečení, knihy, rostlinky či hračky na swap a připravovali se na oficiální start akce ve 12 hodin. Spojení s tradičními *Svatováclavskými slavnostmi* se opět ukázalo jako skvělý tah a součástí pestrého programu byl i poslední den výstavy hub v obřadní síni radnice, pořádané Českou mykologickou společností.



Pro děti byly připraveny hned tři kreativní dílny zaměřené na znovuvyužití starých či zbytkových materiálů. V *Kutíloví Juniorovi* si děti vyzkoušely práci se zbytkovým dřevem a odnesly si vlastní drobné výrobky. *Patchwork dílna* zase ukázala, že nejen z odstřížků látek a starých kartonů lze vytvořit originální obrazy a ozdoby. A pokud vás zajímá, co všechno se dá udělat ze zbytků lanek, pak byste ocenili dílnu společnosti *Paracord* - děti si vyráběly stylové náramky nebo přívěsky na klíče, a to vše z materiálu, který by jinak skončil jako odpad.

Nově se k programu připojil také klub deskových her *Paluba*, který symbolicky „zakotvil“ v Praze 13. Pro návštěvníky si připravil zábavné hlavolamy a logické výzvy, které potrápí nejednu hlavu. Lidé mohli *Palubě* přinést nevyužité deskové hry, hlavolamy nebo herní



komponenty, které tak dostaly šanci na nový život. Reuse Day ale nebyl jen o tvoření, hraní a výměně. Byl také o pomoci druhým. Výtěžek z dobrovolného vstupného putoval na podporu organizace *Prosaz, z.ú.*, která pomáhá lidem se zdravotním postižením.

Do dobré věci se zapojili i žáci ZŠ Janského. Prodejem vlastnoručně vyrobených výrobků získali 5 500 Kč, které rozdělili mezi dvě neziskové organizace: *Prosaz z.s.* obdržel 3 800 Kč a *Helppes o.p.s.* 1 700 Kč. Děkujeme všem, kteří přispěli a podpořili tuto smysluplnou iniciativu.

Akci uspořádala městská část Praha 13 v rámci místní Agendy 21 ve spolupráci se Swap Prague z.s. a MHMP.

Aneta Čecháková

Kurzy první pomoci

V základních školách na území městské části Praha 13 probíhají kurzy první pomoci, které mají za cíl vybavit žáky ZŠ důležitými dovednostmi pro zvládnutí krizových situací. Iniciativa je součástí širšího úsilí městské části o posílení jejich schopnosti reagovat na náhlé zdravotní potíže.

Kurzy jsou vedeny odborníkem, profesionálním záchranářem, a zaměřují se na praktické dovednosti, jako je resuscitace, zastavení krvácení, obvazování ran nebo poskytování první pomoci v případě úrazů.



Program je přizpůsoben věku žáků, aby byl srozumitelný a efektivní. Děti se učí nejen teoretické základy, ale mají také příležitost si vše vyzkoušet na modelových situacích.

„Je důležité, aby děti nejen věděly, jak reagovat v případě nehody, ale aby měly možnost se také seznámit s praktickými kroky, které mohou zachránit život. Tyto kurzy jsou investicí do bezpečnosti našich žáků a do budoucnosti celé komunity,“ řekl starosta David Vodrážka.

Kurzy první pomoci probíhají v deseti základních školách, a to pro žáky sedmých ročníků. Významnou součástí programu je i výuka správného chování při mimořádných událostech.

„Naučit děti poskytovat první pomoc je klíčové. V každé domácnosti, na každém hřišti, ve škole - všude se může stát něco neočekávaného, a právě znalost první pomoci může být rozhodující,“ dodává místostarostka Marcela Plesníková. MČ Praha 13 plánuje v tomto programu pokračovat i v nadcházejících letech a postupně školení zpřístupnit i dalším žákům a studentům.

Lucie Steinerová

Unikátní stáž pétanque

V úterý 2. října proběhla Unikátní stáž pétanque. Účastníci během stáže kombinovali praktickou hru s teorií a taktikou pod vedením zkušeného mezinárodního trenéra a zakladatele Online školy pétanque Petra Fuksy.

„Jsem velmi rád, že se pétanque v naší městské části těší velkému zájmu a hráčská základna se neustále rozrůstá. Každým rokem také roste počet zájemců a absolventů Online školy pétanque a já všem hráčům přeji především hodně zdraví a úspěchů,“ řekl starosta David Vodrážka, který stáž zahájil.



„Jsem rád, že tento projekt máme možnost premiérově představit právě v Praze 13, která dlouhodobě podporuje seniorský pétanque. Naše sdružení Pétanque pro vás již 13 let zajišťuje tréninky seniorů Prahy 13 a spolupracuje s Mezinárodním výukovým centrem pétanque CIEP. Na stáži využíváme techniky, které se praktikují na přípravě a soustředěních národních týmů a špičkových hráčů z celého světa. Pro seniory je velmi atraktivní, když je nahrajeme na video, ukážeme jim jejich taktiku a chování na hřišti na velkoplošné obrazovce v sále, uděláme srovnání se zkušenými hráči v pečlivě vytvářeném zápase, vše okomentujeme, vyjasníme si a ihned vyzkoušíme změny na hřišti. Sám jsem nevěřil tomu zlepšení, které senioři dokázali během 3 hodin na hřištích u Střediska sociálních služeb u Lukáše,“ upřesnil trenér a organizátor Petr Fuksa.

Lucie Steinerová

ŠKOLY



Vodácké AHOJ

Podzim je čas adaptačních kurzů a výletů. I my, páťáci ze ZŠ Mohylová jsme vyrazili na třídení výjezd k řece Sázavě do Masarykova tábora YMCA Soběšín. Jsme už zkušení táborníci, proto nám paní učitelka připravila nové dobrodružství. S CK Povoda jsme vypluli na vodácký kurz na kánoích. Počasí nám přálo, a tak jsme si v teplém, slunečném dopoledni vyzkoušeli všechny vodácké dovednosti i sjíždění jezu za pomoci zkušených instruktorů. Poznali jsme, že je potřeba si pomáhat, dodržovat pravidla a zbytečně neriskovat. Zahráli jsme si míčové hry i navštívili hrad Český Šternberk. Zkrátka skvělé stmelení kolektivu.

Marie Procházková, ZŠ Mohylová



Nejlepší běžci v Praze

Běžecský tým chlapců ze ZŠ Kuncova, který získal v obvodním kole 1. místo v přespolním běhu v kategorii žáků 6.-7. tříd a postoupil do krajského kola, dokázal zvítězit i tam a probíjovat se až do republikového finále. O mimořádný úspěch se zasloužil Oliver Georgiev, který byl první i v jednotlivcích, jak v obvodním, tak i v pražském kole, Martin Musil, Tomáš Forejt, Pavel Vik a Jakub Kolev. Klukům blahopřeji a děkuji za vynikající reprezentaci školy a Prahy 13 a držím jim palce do celostátního kola, kam je osobně doprovodím.

Pavel Petroušek, ředitel ZŠ Kuncova

Pohádkové volby

S blížícími volbami i druháci z FZŠ Brdičkova prožívali předvolební období napjatě. Jejich důležité diskuze nabádaly paní učitelku k tomu, aby i oni mohli okusit atmosféru vyhazování lístků do urny a napínavé rozhodování při počítání hlasů. A tak se třída 2. B v pátek 3. 10. proměnila ve volební místnost. Kandidátka z řad pohádkových bytostí byla pestrá a jejich volební programy lákavé. Kdo by nechtěl, aby Mach a Šebestová v programu slíbili kouzelné sluchátko do všech telefonních budek a změnili hymnu na píseň My jsme žáci z 3. B, Rumcajsova koalice s Mankou nabídla týdenní pobyt v lese Řáholci, Malá čarodějnice vařila lektvary ve školní jídelně, kde by všem nabídla eko košťata pro přepravu. Mat a Pat vše zadarmo opraví a v neposlední řadě Bob



a Bobek posunou začátek výuky na 12 hodin. To byla jen malá ukázka jejich volebních programů. Děti se seznámily s programy jednotlivých stran, poté vše řádně prodiskutovaly, prohlédly si volební lístky a s rozvahou přistoupily k samotnému hlasování. Volební komise neboli paní učitelka sečetla hlasovací lístky a vyhlásila vítěze našich třídních voleb. A jak volby dopadly? Vítězem se stala Strana Malé čarodějnice.

Eva Pícková, FZŠ Brdičkova



Zajímavý projekt

Naše škola FZŠ Trávníčkova se v uplynulém roce zapojila do projektu o ochlazování města pod záštitou ekocentra Koniklec. Žáci zažili několik projektových dní, během kterých zkoumali, jak klima ovlivňuje naše životy, bavili se o různých opatřeních a vyzkoušeli si i pokusy s ochlazováním prostředí. Poté jsme se zaměřili na vlastní školní atrium. Žáci navrhli konkrétní změny, vypleli a vyčistili záhony a připravili půdu. Díky daru 20 000 Kč od Koniklece bylo možné vysadit tři nové stromy, mnoho rostlin a k okapům přidat barely na dešťovou vodu. Žáci na vlastní oči viděli, jaký smysl jejich úsilí má.

Projekt měl i další přesah - a to konkrétně pro 3. A, kdy se stal součástí širšího programu, v němž žáci poznávali přírodu v různých obdobích roku, sklízeli obilí, sbírali brambory a ve skanzenu Botanicus si vyzkoušeli stará řemesla. Pro všechny to byla zkušenost, která přinesla víc než hodiny strávené v lavici: radost z vlastní práce, poznání přírody a chuť pečovat o své okolí.

Kristýna Čánská, FZŠ Trávníčkova



Uklidme naši školu a její okolí

Ve čtvrtek 2. října proběhla na naší škole akce *Uklidme naši školu a její okolí*, která spojila děti, učitele i rodiče.

Během 2. a 3. vyučovací hodiny se žáci společně se svými učiteli pustili do úklidu školního areálu. S nadšením a energií se chopili košťat, hrábí i pytlů na odpadky a postarali se o to, aby prostředí, ve kterém tráví každý den, bylo čisté a hezké.

Odpoledne se k dětem připojili také rodiče, kteří dorazili v 16 hodin a pomohli s těžšími pracemi, na které dětské ruce nestačí. Jejich pomoc byla neocenitelná a patří jim velké poděkování. Po celodenní práci čekala na všechny malé i velké pomocníky zasloužená odměna - od 18 hodin bylo připraveno společné posezení s voňavými buřtíčky a grilovaným masem. Vznikla tak příjemná atmosféra plná sdílení, smíchu a radosti z dobře vykonané práce. Akce ukázala, že když se spojí síly dětí, učitelů a rodičů, dokážeme společně opravdu mnoho. Díky všem, kteří přiložili ruku k dílu - naše škola je teď zase o něco krásnější.

Tým ZŠ Klausova



Mezinárodní projekt

FZŠ Mezi Školami získala grant z programu Visegrad Fund V4 a spolu s partnerskou školou ZŠ s MŠ Kozárovce ze Slovenska realizuje projekt „Dva hrdinové spojující dva národy navždy“. Projekt připomíná 80. výročí konce druhé světové války a hrdinství Jozefa Gabčíka a Jana Kubiše.

Skupina 17 žáků a 3 pedagogů se od 6. do 10. října 2025 vydala na Slovensko, kde začala první část projektu *Po stopách Jozefa Gabčíka*. Navštívili jsme Bratislavu, setkali se se spisovatelkou Veronikou Homolovou Tóthovou, autorkou knihy *Moja mama milovala Gabčíka* a zúčastnili se aktivit v partnerské škole ZŠ Kozárovce. Program zahrnoval tvůrčí workshopy, prezentace, exkurze a poznávání slovenské historie i kultury. Zavítali jsme mimo jiné do Tekovského muzea, Muzea SNP v Banské Bystrici, na Ľubčiansky hrad, do Žiliny k památníku padlých hrdinů a navštívili jsme i rodný dům a památník Jozefa Gabčíka. Projekt se nesl v duchu přátelství a spolupráce. Žáci získali nejen certifikáty a nové poznatky, ale i přátelství, která - stejně jako příběhy Gabčíka a Kubiše - spojují naše národy navždy.

V prosinci nás čeká druhá část projektu, kdy v Praze přivítáme žáky ze Slovenska.

Ivana Bilá, FZŠ PedF UK Mezi Školami

Evropský den jazyků

V pátek 26. září jsme si na naší škole připomněli Evropský den jazyků. Den, který oslavuje jazykovou rozmanitost a podporuje výuku cizích jazyků. Do aktivit se zapojili všichni žáci od přípravy až po 9. ročník. Děti od přípravy až do 4. třídy procházely zábavná jazyková stanoviště, která pro ně připravili učitelé angličtiny, němčiny a španělštiny. Na každém stanovišti se seznámily se základy daného jazyka formou her, písniček, obrázků či pohybových aktivit. Vyzkoušely si základní pozdravy, jednoduchá slovíčka i typické prvky daných kultur. Starší žáci z 5. až 9. ročníku pracovali na náročnějších úkolech. Tvořili například vícejazyčné hymny a pohádky, navrhovali loga nebo si vymýšleli a tančili národní tance. Celý den se nesl v přátelské atmosféře



a ukázal, že jazyky mohou být zábavné i inspirativní.

Děkujeme všem učitelům za přípravu aktivit, žákům za nadšenou účast a Spolku rodičů a přátel ZŠ Bronzová za finanční podporu.

Martina Smlsalová, ZŠ s RVI Bronzová

Podej mi ruku

Dne 30. září se v hale naší školy uskutečnilo slavnostní ukončení adaptačního programu pro žáky prvních tříd *Podej mi ruku*, jehož cílem bylo usnadnit našim prvňáčkům jejich první kroky ve školním prostředí.

Během celého září doprovázeli naši osmáci a deváťáci nové školáky každé ráno od vrátnice až ke dveřím jejich tříd. Pomáhali jim v šatnách, povídali si s nimi cestou, dodávali jim odvalu a ukazovali, že škola je bezpečné a přátelské prostředí. Díky této iniciativě děti postupně ztrácely úvodní ostych a mezi staršími a mladšími žáky vznikla krásná přátelství.



Závěrečná slavnost byla důstojným vyvrcholením celého měsíčního programu. Pan ředitel ve svém projevu poděkoval všem zapojeným žákům za jejich trpělivost, laskavost a ochotu pomáhat. Na památku obdrželi doprovázející žáci barevné plakety,

které navrhli a ozdobili samotní prvňáci. Nákup materiálu na výrobu placek laskavě podpořil Klub přátel školy.

Děkujeme všem zúčastněným a našim prvňáčkům přejeme mnoho radosti z učení.

Klára Džúrová, zástupkyně ředitele pro 1. stupeň ZŠ Mláď

Pyžamový den

Pyžama, župany, noční košile a nejrůznější doplňky - to vše bylo vidět na Chlupovce v rámci pyžamového dne, který připravil žákovský parlament. O velké přestávce vypukla v tělocvičně pravá pyžamová párty s módní přehlídkou a závěrečným focením. Děti i dospělí si netradiční den moc užili.

Petra Rajtrová, FZŠ prof. Otokara Chlupy



INZERCE



**ÚKLIDOVÉ
SLUŽBY**
s 22 letou tradicí

pro: bytové domy, SVJ,
správ. firmy a byt. družstva...

...spolehlivost, zkušenost,
vstřícnost...

Dušan Procházka
tel.: 774 024 646
e-mail: dp.uklidyprava@seznam.cz

SC-503174/09

**ŽALUZIE
MIKULÍK**

- horizontální • vertikální
- venkovní žaluzie • sítě proti hmyzu • venkovní hliníkové rolety • montáž těsnění, lamelové dveře • čištění vertikálních žaluzií • opravy žaluzií • bezpečnostní dveře • opravy a seřízení oken

Amforová 1885/44, Praha 5
Tel. 777 228 091
- celý den
e-mail: kovo-mikulik@seznam.cz

SC-503161/09

**KONTAKT
NA PLOŠNOU INZERCI:**

**IVETA
ŠAVELOVÁ**

724 274 181

iveta.savelova@ceskydomov.cz

Fa Kaše

ŽALUZIE
montáž a opravy,
sítě proti hmyzu

AUTODOPRAVA
dodávkami
(místní i dálková)

BROUŠENÍ
nožů, nerezů (leštění),

**Tel. 251 619 721
602 282 053**
www.fakase.cz
pkase@o2active.cz

SC-503134/09



**Čištění
BURIAN**
vyčistíme dočista

**Čištění
koberců,
mytí oken**

773 540 170
CISTENIBURIAN.cz

SC-503118/09

TRUHLÁRNA

VÝROBA A PRECIZNÍ MONTÁŽ
KUCHYNĚ, SKŘÍNĚ
SKLOPNÉ POSTELE
NÁBYTEK NA MÍRU

Indoor
www.indoor.cz

Praha 5, Radlická 220
Metro B – Nové Butovice
+420 235 515 019

SC-503460/09

**AUTORIZOVANÝ PRODEJCE
VOZŮ OPEL A CITROËN
PŘIJÍždÍ NA PRAHU 5**

BSAUTO

Široká nabídka vozů ihned k odběru.
Osobní, užitková i elektrická vozidla.

**NOVÝ
OPEL FRONTERA
JIŽ SKLADEM.
PŘIJÍDTE SI HO VYZKOUŠET.**



BS Auto Praha s. r. o.
Bavorská 1041/20, 155 00 Praha-Stodůlky
+420 257 215 145

www.bsauto.cz

Bavorská 1041/20

SC-503205/09



SC-503413/22

SC-503791/01



DEUTSCHE SCHULE PRAG
NĚMECKÁ ŠKOLA V PRAZE

Německá škola v Praze (DSP) nabízí na svém moderním campusu v Jinonicích skvělou výuku od mateřské školy až po Německou mezinárodní maturitu a českou maturitu.

DSP slaví v tomto roce již 35 let stálého růstu v České republice! Oslavte s námi toto výročí a navštivte naše dny otevřených dveří nebo si rezervujte individuální prohlídku.



SC-503727/02

www.dsp-praha.cz

SPORT

FitStation.cz vstupuje do podzimní sezony

Podzimní část závodní sezony ve sportovním aerobiku se pro FitStation.cz nese ve znamení dvou zásadních vrcholů. Prvním z nich je mistrovství České republiky, které se uskuteční ve dnech 10.-12. října na Kladně. Druhým, ještě prestižnějším, pak mistrovství světa, které se koná 21.-23. října v Praze. FitStation.cz nastoupí do obou soutěží v početném složení a s odhodláním navázat na dosavadní přípravu, předvést co nejlepší výkony a zúročit tvrdou práci v co nejcennějších výsledcích.



Na mistrovství České republiky se představí celkem 30 závodnic z FitStation.cz v 11 soutěžních sestavách. O velkou pozornost se bude ucházet Viktorie Fedorová, která loni vybojovala titul vicemistryně ČR v kategorii youth jednotlivkyň a letos bude usilovat o jeho obhajobu. O další obhajobu titulu bude bojovat seniorské trio SPACE ve složení Natálie Jabůrková, Valerie Fedorová a Viktorie Fedorová, které si z loňského republikového mistrovství odvezly titul vicemistryň

ČR a letos se pokusí své postavení ještě vylepšit. V druhé polovině října čeká závodnice vrchol sezony: světový šampionát v Praze. Do něj se naše závodnice FitStation.cz kvalifikovaly během dvou jarních nominačních závodů, a to v mimořádně silném složení. Reprezentovat bude 26 závodnic v osmi soutěžních sestavách, které se utkají s absolutní světovou elitou. Na závěr patří velké poděkování všem, kteří se na těchto výsledcích podílejí. Závodnicím za jejich nasazení a odhodlání, trenérkám za každodenní práci a vedení, rodičům za obrovskou podporu a také městské části Praha 13, která poskytuje našemu klubu zázemí a prostor pro přípravu. Díky této kombinaci podpory, energie a společného úsilí může FitStation.cz s hrdostí mířit za dalšími výzvami a úspěchy.

Gabriela Trefná, FitStation.cz

Úspěchy v bojových sportech

Ve dnech 9.-13. července se ve švédském Malmö konalo Mistrovství světa v karate WUKF. Akce se zúčastnilo 1 709 sportovců z 33 zemí, kteří předvedli svou vášeň pro karate. Pro Českou republiku získal Martin Sláma z Velké Ohrady, policejní instruktor sebeobrany a reprezentant České republiky v karate, bronzovou medaili v kata Masters C.

O víkendu 12.-14. září se v Náchodě konala akce Knights of Bushido, které se účastnily osobnosti bojových umění z České republiky i ze zahraničí. Po boku celebrit, jako např. Cynthia Rothrock, Keith Vitali, Keith Cooke nebo Silvio Simac, byl Martin Sláma jako Bushido Warrior uveden do síně slávy Knights of Bushido.

-red-



Florbalový klub Prague Tigers nově na Chlupovce

Na FZŠ Otokara Chlupa jsme nově otevřeli soutěžní družstva přípravky a elévů. Během října odehrála obě družstva svá první utkání. Na všech florbalistech bylo vidět velké nadšení a zapálení do hry. Pokud si chcete také vyzkoušet správný sport pro správné děti, neváhejte a dorazte přímo do tělocvičny na Chlupovce.

V pondělí, úterý a čtvrtky od 13.30 (ročníky 2017 a mladší) a v pondělí, úterý a čtvrtky od 15.00 (ročníky 2015 a 2016). V případě dotazů kontaktujte šéftrenéra Romana Janebu, tel. 734 655 897.

Kateřina Veselá



Karneval na ledě

Rádi bychom vás pozvali na III. ročník **Dětského karnevalu na ledě**.

Letošní ročník se uskuteční v neděli 23. listopadu 2025 na Školním zimním stadionu Bronzová, Bronzová 1387. Začátek (již) ve 13.00, konec 15.30 hod. Stadion je otevřen od 12.30 hod. Podmínkou vstupu na kluziště je maska, věk do 26 let a brusle. Rodiče mohou pomoci nejmladším bruslařům s pohybem po ledové ploše. Pro dětské účastníky budou připraveny drobné soutěže o věcné ceny po celou dobu konání akce. Nejhezčí maska v kategorii princ/princezna, pohádková postava, maska zvířete a astronaut obdrží hodnotnou cenu při závěrečném vyhlášení soutěže masek. V jednání je vystoupení profesionálních účinkujících.

Aktuality a podrobnější informace najdete na našem facebooku - Pionýrská skupina Rondel, instagramu rondel.pionyr a www.rondel.pionyr.cz nebo pište na rondel@praha.pionyr.cz. Akce je podpořena ÚMČ Praha 13 a MHMP.

Petr Kubů, Rondel

ROZHOVOR

Prioritou je kvalitní jídlo i servis

Většina obyvatel naší městské části při svých procházkách nejen do Prokopského údolí ráda po cestě zavítá na příjemné občerstvení, a proto přinášíme rozhovor s majitelem Bistra a kavárny na náměstí v Řeporyjích, které již téměř třináct let úspěšně provozuje Filip Lubenský. V příjemném domácím interiéru, který respektuje historii domu číslo popisné 1, naleznete výborné jídlo, skvělé dezerty, jedinečnou kávu i pivo a také příjemný personál.

Pane Lubenský, kdy jste se rozhodl otevřít restauraci a proč?

Pocházím z Lužin, kde jsem vyrostl jako klasické panelákové dítě, chodil do školy ve vnitrobloku, užíval si s kamarády sídlištní dobrodružství na místních hřištích jako další tisíce dalších dětí z paneláků. Když jsem se oženil, hledali jsme s dnes již bývalou manželkou možnosti



společného podnikání. V roce 2013 jsme otevřeli původně pouze kavárnu, která místní komunitě chyběla, o plnohodnotné restauraci jsme tenkrát

vůbec nepřemýšleli. Bylo to o čerstvém pečivu, dortech a dobré kávě.

Měli jste zkušenosti z gastronomie, když jste otevřeli?

Neměli, tenkrát jsme se jednoduše rozhodli a z čisté vody začali podnikat v oboru, který vypadá, že každý zná a je opravdu velmi specifický. Učili jsme se za pochodu a samozřejmě se ne vždy všechno dařilo. Prioritou ale vždy bylo a je kvalitní jídlo i servis, což jsou z mého pohledu základní pilíře úspěchu.

Dnes již vaříte obědy i večere, kdy se změnila kavárna v restauraci?

Jako samotná kavárna to na uživení nebylo

a postupně jsme rozšiřovali nabídku, abychom nabídli zákazníkům dobré jídlo i pití po celý den. Chceme poskytnout místo, kam dopoledne může přijít kdokoliv na kávu nebo snídani, v poledne na dobrý oběd, odpoledne s dětmi na dort a večer na příjemnou večeři. Jsme součástí komunity a snažíme se, aby se k nám zákazníci vraceli jako domů a my naopak přinesli něco komunitě. Máme vlastní pivo „Kavárenský povaleč“, které nám vaří Třebonický pivovar, kávu bereme z malé a opravdu skvělé soukromé pražírny, každý den připravujeme domácí limonády a dezerty. Na zahrádce je prostor pro příjemné posezení i s dětským hřištěm, aby tu mohly posedět celé rodiny. Je vlastně jedno, jestli k nám chodí chlapi na oběd, babičky s dětmi na dobroty po hodinách v lidušce nebo maminky s kočárky. Vážíme si všech, kteří k nám přijdou, a zvláště těch, kteří se pravidelně vrací.

Co je základem vaší kuchyně a proč?

Mám dobré jídlo i pití rád, a proto si zde vše, co jde, vyrábíme sami z kvalitních surovin.



Je jasné, že z nekvalitního materiálu těžko uvaříte něco vynikajícího. Sami připravujeme těsto na pečivo i dorty, pečlivě vybíráme



ovoce, zeleninu i maso a jednoduše vaříme tak, aby to bylo skvělé a chutnalo to zákazníkům i nám. Nemůžu říct, že bychom se specializovali na nějaký druh kuchyně, jídelní lístek neustále obměňujeme a snažíme se každý den dělat vše nejlépe, jak to jde. Na jídelním lístku je jen jedna stálice, a to je páteční kulajda.

Blíží se advent a vy jste nedílnou součástí místního rozsvěcování vánočního stromčku, bude i letos?

Samozřejmě, jsme moc rádi, že se nám tu během let podařilo, spolu s městskou částí, tuto tradici posunout a na první adventní víkend se již pravidelně uzavře jindy dopravně rušné náměstí a lidé se schází u rozsvíceného vánočního stromku. My připravíme dobré občerstvení, místní děti i dospělí příjemný program a alespoň jednou ročně si zde sousedsky připomeneme hodnotu svátků a příjemných setkání u dobrého jídla a pití.

Lucie Steinerová

SPORT

Dobrodružná noc pro děti

Plavání, tvoření, hry a přespání s kamarády - přesně to čeká děti od 5 let na Pyžamkové párty v plaveckém centru Juklík, U Jezera 2031. Tato oblíbená akce se koná 7.-8. listopadu a 12.-13. prosince, začíná v pátek v 17.00 a končí v sobotu v 18.00. Děti čekají vodní radovánky, skoky do bazénu v pyžamu, tvoření, hry na souši i ve vodě a samozřejmě i spousta legrace se stejně starými kamarády. Postarají se o ně zkušené a milé instruktorky Juklíku, které děti vtáhnou do světa her a dobrodružství. Vaším ratolestem tak stačí přibalit plavky, oblečení na ven, spacák, karimatku, zubní kartáček a oblíbeného plyšáka - a nezapomenutelné dobrodružství může začít. Rezervace osobně nebo na tel. 251 610 441. Více info na www.juklik.cz/pyzamkova-party-v-jukliku a také v kalendáři akcí na str. 32-37.

František Trhoň

Cvičení pro těhulky

Jste nastávající maminka? Hledáte pohyb, který vám uleví od bolavých zad, posílí tělo, naučí vás správně dýchat a připraví na porod i období po něm? S tím vším vám pomohou v Monkey's Gym, kde pořádají i tento podzim oblíbené kurzy cvičení pro těhotné. Vše probíhá v přátelské atmosféře a zkušená lektorka Emma Lisničková se věnuje každé účastnici individuálně. Kurz je vhodný pro všechny nastávající maminky bez zdravotních omezení a je navržen tak, aby respektoval různé fáze těhotenství. Zájemkyně se mohou přidat kdykoliv - i pokud kurz již běží. **Místo:** Monkey's Gym Juklík, U Jezera 34, Praha 13. **Termín:** každá středa 18.10-19.00 (5. 11. – 3. 12. 2025). **Kontakty:** info@monkeysgym.cz. **Více informací** www.monkeysgym.cz a také v kalendáři akcí na str. 32-37.

František Trhoň, Monkey's Gym Juklík

INZERCE

PODLAHY

LAMINÁTOVÉ A DŘEVĚNÉ
VINYLÓVÉ DÍLCE
KOBERCOVÉ ČTVERCE
VČETNĚ POKLÁDKY

Indoor
www.indoor.cz

Praha 5, Radlická 220
Metro B – Nové Butovice
+420 235 515 019

SC-503460/06

KPK Podlahy
Zděněk Veselý

kladení podlah, PVC, vinylové podlahy,
parkety, dřevěné podlahy

Kocianova 1586, Praha 13
Tel.: 602 340 495
e-mail: vesely-kpk@volny.cz

SC-503159/09

Uzávěrka
plošné inzerce
prosincové vydání

18. 11. 2025

REKONSTRUKCE
KOUPELN A KOMPLETNÍ
PŘESTAVBY BYTŮ
KVALITNĚ
A ZA ROZUMNÉ CENY
osobní cenová kalkulace
a konzultace zdarma
Tel.: 777 317 278

SC-503125/09

GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA

Zástupce CP Distribuce a.s., dceřiné společnosti Generali České pojišťovny a.s.

Obchodní dům Luka,
Mukařovského 1986/7, Praha 13

po, st 9-18 hod.
út 9-16 hod.
čt 8-17 hod.
pá 8-14 hod.

Jana Reifová, M 602 228 330
jana.reifova@generaliceska.cz

Mimořádná sleva až 20 % na vybrané produkty

SC-503116/09

JERÁBEK
VŠE PRO VAŠE BYDLENÍ

ZASKLENÍ BALKONŮ
ŽALUZIE, SÍTĚ A SUŠÁKY
BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE

www.BYDLENIJERABEK.CZ

info@bydlenijerabek.cz
+420 739 034 488



SLEVA 15%

NA ZASKLENÍ BALKONU
DO KONCE LISTOPADU 2025

SC-503176/21

Využijte **až 20% slevy**
z Šekové knížky pro
vozy starší 4 let

Váš autorizovaný servisní
partner Škoda:

AUTO STYL a.s.
Jeremiášova 3
155 00 Praha 5
Tel.: 235 518 829
www.auto-styl.cz

K Vaším službám

autoSTYL

Aby vaše
Škoda zůstala
originální

4+



ŠKODA
Service

SC-503130/09

Hasičské okénko

Podzim a mladí hasiči

Po odpočinku na letních prázdninách začali mladí hasiči v září opět aktivně trénovat na soutěže. Ve dnech 3. až 5. října probíhalo víkendové soustředění, tak jako každý rok, na následující závody hasičské všestrannosti a brannosti. Co to znamená? Klasika - střelba ze vzduchovky, základy topografie, uzlování, základy první pomoci, požární ochrana a překonávání překážek. Děti byly rozděleny do skupinek a procvičovaly si jednotlivé odbornosti. Na jednotlivých stanovištích poté plnily procvičované úkoly.

Bylo toho hodně, ale co se děti naučily, ukázaly na soutěži v Písnici 12. října, kde mladší děti obsadily 5., 12. a 23. místo. Starší děti obsadily 13. a 16. místo, dorost obsadil 3. místo.



Pozvánka

SDH Stodůlky a ÚMČ Praha 13 srdečně zvou všechny děti i jejich rodiče na mikulášskou nadílku, která se bude konat 6. prosince od 14 hodin u HZ, Tlumačovská ulice.

Dále tamtéž od 18 hodin proběhne výroční valná hromada

Vladimír Kos

Podzim v SDH Třebonice

S měsícem říjen jsme zahájili přípravy na strašidelnou stezku, která se nám již kvapem blíží. V loňském roce měla akce veliký úspěch napříč malými i velkými návštěvníky v maskách, z čehož jsme byli nadšení.

Tímto bych vás chtěla na pokračování strašidelné stezky srdečně pozvat - bude se konat 15. listopadu od 17.00. No a hned na začátku



prosince k nám do Třebonic přijde Mikuláš. Byly děti hodné a dostanou od něj nějakou sladkost, nebo si je naopak s sebou odnese čert? Odpověď se dozvíme 6. prosince 2025.

Petra Šmídová, člen výboru SDH Třebonice



Činnost výjezdové jednotky

Od června do konce září naše jednotka byla vyslána celkem k 24 případům. Nejvíce - 13 výjezdů k požáru, jedna dopravní nehoda, 9 výjezdů na technickou pomoc, jako čerpání vody, hmyz apod. Jednou se jednalo o planý poplach. To však neznamená, že taková událost byla vymyšlena, jen a pouze na místě zásahu nebyla potvrzena.

Městská policie



Podnapilá agresivní žena

Dne 6. září ve večerních hodinách

prováděla autohlídka městské policie ve svěšeném teritoriu běžnou hlídkovou činnost, při které si jeden za strážníků povšiml osoby ležící na ulici Vackova. Asi šedesátiletá žena ležela přímo na vozovce a spala. Strážníci ji vzbudili a zeptali se jí, zda není zraněná. Z jejího chování ale ihned vyplynulo, že je silně ovlivněna alkoholem, případně jinou návykovou látkou. Na položené otázky

odpovídala nesrozumitelně, odmítala opustit vozovku a sdělit svoji totožnost. Přes její agresivitu nebylo možné provést zkoušku na přítomnost alkoholu v dechu. Nakonec museli strážníci použít hmaty a chvaty, aby ji „odtáhli“ z vozovky a naložili do služebního vozidla. Ve spolupráci se zdravotníky byla převezena do Fakultní nemocnice Motol a následně do protialkoholní záchytné stanice. S ohledem na její stále se stupňující agresivitu byli strážníci nuceni zajišťovat bezpečnost zdravotníků a lékaře po celou dobu transportu. Žena měla velké štěstí, že si jí strážníci všimli včas a nedošlo ke střetu s projíždějícími vozidly.

Narušování veřejného pořádku v nočních hodinách

Počátkem měsíce září zahájili strážníci v podvečerních a nočních hodinách pravidelné akce zaměřené na místa, kde dochází ke zvýšené koncentraci závadových osob a problematické mládeže. Zejména se jedná o dětská hřiště, sportoviště a vnitrobloky panelových domů na sídlištích. Opatření je cíleno na dodržování zákazu požívání alkoholických nápojů a rušení nočního klidu. Akce mají mít zejména preventivní charakter, abychom předcházeli problematickému a protiprávnímu jednání.

Tomáš Navrátil, vrchní komisař MP

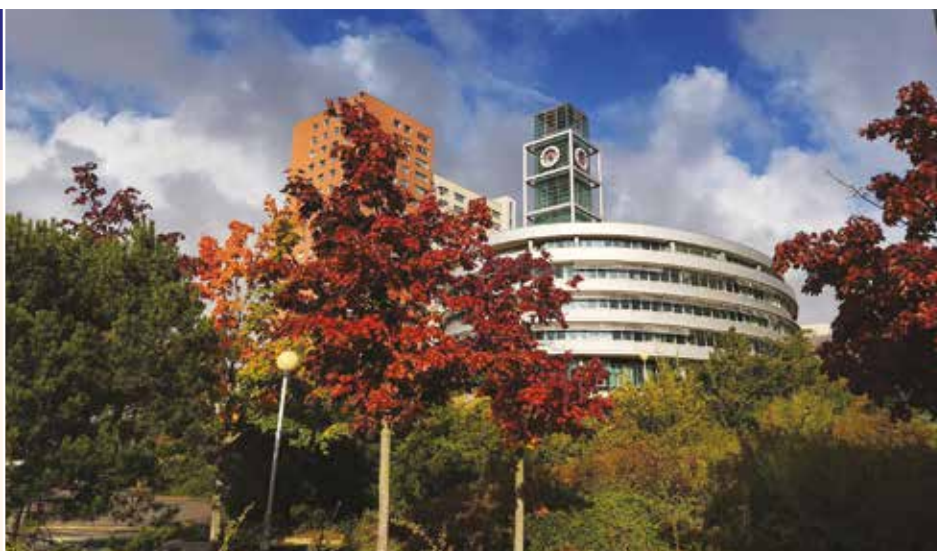
VAŠÍM OBJEKTIVEM...

Krásnou fotografii radnice s popiskem „Podzim se hlásí“ nám zaslal pan Miloslav Sýkora. Za zaslouženou fotografii velmi děkujeme.

Podaří-li se i vám udělat zajímavou fotografii, zašlete nám ji na e-mail stop@praha13.cz, rádi ji zveřejníme. Připomínáme, že fotografie na titul musí být foceny na výšku.

Za všechny snímky, které jste nám již poslali nebo je teprve pošlete, vám mnohokrát děkujeme.

Petra Fořtová



INZERCE

TAEKWONDO WTF KLUB PRAHA + HORNET

태권도

Korejské bojové umění - olympijský sport

Rozvíjení osobnosti po psychické i fyzické stránce, zdravý tělesný vývoj: strečink, posilování. Možnost závodů, pořádáme letní tábory.

www.taekwondo-praha.cz

Od čtyř let
Cena od 3 000 Kč
za pololetí



TKD PRAHA
ZŠ Klausova
Klausova 2450
Praha 5 - Ohrada
pondělí - 18 h
středa - 18 h
☎ 603 805 004

TKD PRAHA
Fakultní ZŠ
Fignerova 17
Praha - Nové Butovice
úterý - 17.30 h
čtvrtek - 17.30 h
☎ 603 805 004

TKD HORNET
ZŠ Mezi školami
Mezi školami 2322
Praha - Nové Butovice
pondělí - 19 h
středa - 19 h
☎ 603 805 004

TKD HORNET
ZŠ Mláďí
Mláďí 135
Praha - Stodůlky
úterý - 18.30 h
čtvrtek - 18.30 h
☎ 721 565 922

태권도

SC-503123/03

moado.**VOLNÉ TERMÍNY FYZIOTERAPIE NA POJIŠŤOVNU**

Butovická 1040/31a

Objednávat se můžete online: www.moado.cz

SC-503772/01

TOMEN BAU

REKONSTRUKCE BYTŮ, DOMŮ
KOUPELNY – BYTOVÁ JÁDRA
ELEKTRO – VODA – TOPENÍ

775 245 420

info@tomenbau.cz

SC-503117/09

**INSTALATÉR**

Marek Novák

drobné instalatérské práce,
havárie vody, čištění odpadu, apod.

Tel: 605449737

E-mail: Mara.94@seznam.cz

SC-503119/09

Přijímačky z M?



Nabízíme kurz!

**VYSVĚTLUJEME SI KROK PO KROKU
PŘÍKLADY Z PŘIJÍMACÍCH ZKOUŠEK**

✓ on-line ✓ max. 10 dětí ✓ 10 lekcí za 3 900 Kč



☎ **737 112 013**

TopDoucovani.com

„Úspěch vašich dětí začíná v TopDoučování.“

SC-503776/01

REKONSTRUKCE

TECHNICKÁ PŘÍPRAVA
KOORDINACE PRACÍ
KRÁTKÉ DODACÍ LHŮTY
TERMÍNY DLE SMLOUVY

Indoor
www.indoor.cz

Praha 5, Radlická 220
Metro B – Nové Butovice
+420 235 515 019

SC-503460/03



www.lipacentrum.cz

☎ 603 222 558, 251 511 951

✉ recepce.stomatologie@lipacentrum.cz

Moderní stomatologie

Prevence

Výplně

Hygiena

Protézy

Zubní klinika s dvacetiletou
historií, která sídlí
v Poliklinice Lípa, patří mezi
nejnavštěvovanější v Praze.

Rozhodující je pro nás
individuální přístup
a komplexní řešení
s dlouhodobou životností.

Nabízíme precizní
stomatologickou péči
zaměřenou na moderní
postupy.

AKTUÁLNĚ

**PŘIJÍMÁME
NOVÉ PACIENTY**

ZUBNÍ IMPLANTÁTY / Nahrazení chybějících zubů titanovými implantáty, které slouží jako umělé kořeny pro korunky nebo můstky. Propojením 3D rentgenu a digitálního scanu lze docílit přesného a velmi estetického výsledku i při kompletních náhradách všech zubů.

ESTETICKÁ STOMATOLOGIE / Zahrnuje bělení zubů, keramické korunky, fazety a další procedury zaměřené na zlepšení tvaru a barvy zubů, vedoucí k dokonalému úsměvu.

MIKROSKOPICKÁ ENDODONCIE / Pokročilá technika s využitím mikroskopů, která nám umožňuje detailně vidět strukturu zubů a kořenových kanálků, což zvyšuje přesnost a úspěšnost zákroků.

DIGITÁLNÍ PLÁNOVÁNÍ / K dosažení maximálního estetického efektu rekonstrukce úsměvu slouží propojení fotografie a digitálního scanu, kdy se připraví vizuální model ještě před započatím rekonstrukce.

INJECTION TECHNIKA / Kompozitní dostavby zubů podle předem připravených 3D tištěných modelů zubů, sloužící ke zvýšení skusu u ubroušených zubů při bruxismu. Tato technika se dá použít i u tetracyklinových zbarvených zubů či jiných korekcí tvarů, barev a postavení zubů.

Tyto a mnoho dalších možností ošetření nabízí náš tým lékařů.
Více informací získáte na uvedených kontaktech.

Stomatologické centrum Lípa / Budova polikliniky Lípa, 2. patro / Seydlerova 2451, 158 00 Praha 13 – Nové Butovice

ŽIJÍ TU S NÁMI

Dívat se a uvidět

Za panem profesorem Ivanem Vranou jsme se vydali do Domova třetího věku. Zde jeho obyvatelům zpestřuje týden co týden čtvrtěční odpoledne promítáním filmů, které sám vytvořil. Lze díky nim nahlédnout do více jak osmdesáti zemí světa, které pan profesor procestoval.

V domově pro seniory Zity Kabátové jsem se, pravda, neocitl ze své vůle. Bydlíme na Hanspaulce, což je adresa, která byla vždycky mým snem. V době, kdy jsem sháněl v Praze bydlení, nebylo vůbec lehké byt sehnat. Znamenalo to čekat řádově desítky let v pořadníku, zpravidla družstevním. Rozhodl jsem se tedy postavit bydlení svépomocí. A když už jsem se do toho pustil, chtěl jsem, aby to stálo za to. Vybral jsem pražskou Hanspaulku, jelikož je to místo důstojné a elitní. Ale když mě před pěti lety potkal úraz páteře, ukázalo se, že i pohádkové bydlení má svá úskalí. Schodiště se pro mě stalo nepřekonatelným problémem, a tak jsem zvažoval varianty. Nakonec jsem našel tenhle domov ve Stodůlkách, kde bydlím k plné spokojenosti. Navíc to není daleko od našeho bydliště, takže mě může rodina kdykoli navštěvovat.

■ Čím jste byl, než jste vstoupil do zasluženého důchodu?

Předně musím říct, že stále pracuji, byť na částečný úvazek na Fakultě ekonomiky a managementu České zemědělské univerzity v Praze Suchbátově. Jsem rád, že se pořád můžu podílet na výuce a výchově doktorandů. Jedno z mých životních kréd je být užitečný pro sebe i svoje okolí, seč to jenom jde. A to je vlastně případ i těch filmů, ke kterým se dostaneme. Moje původní vzdělání je v oboru radioelektronika, které jsem získal na Elektronické fakultě ČVUT. Zde jsem záhy začal pracovat postupně jako vědecký pracovník, samostatný vědecký pracovník a vedoucí vědecký pracovník. Získal jsem tady vědecké hodnosti, a kromě výzkumu jsem se podílel také na pedagogické činnosti v oblasti radioelektronických systémů. Učil jsem tu předměty typu teorie informace, informatiku nebo teorii rozhodování zejména za podmínek neurčitosti.

■ To mi zní trochu jako zaklínadlo.

Rozhodování za podmínek neurčitosti vysvětlím na jednoduchém příkladu. Představte si, že skupina odborníků v záplavových oblastech má navrhnout opatření tak, aby se zmenšilo riziko záplav nebo poškození záplavami. V této skupině se sejdou hydrologové, zemědělci, ekonomové, zástupci životního prostředí, místní správy a v neposlední řadě majitelé půdy. Tito lidé mají za úkol představit optimální rozhodnutí, které ale může být vzhledem k jejich složení často rozdílné nebo dokonce

protichůdné. Cílem rozhodování za podmínek neurčitosti je najít takové výsledné řešení, které by představovalo z hlediska složení oněch expertů nejlepší možný kompromis.

■ Kromě výzkumu a pedagogické činnosti jste také velkou část života věnoval cestování ...

Nepovažuji se ale za cestovatele. Díky tomu, že jsem univerzitní profesor, jezdil jsem po různých vědeckovýzkumných akcích a konferencích, kam jsem byl zvaný díky své odbornosti. Na této úrovni jsem ale začal cestovat až později z jednoho prostého důvodu. Tehdejší vládní režim nechtěl mít ve svých řadách profesora - nestraníka. Na vstup do strany jsem ale nechtěl za žádnou cenu přistoupit, a tím pádem jsem měl jasné mantinely, co smím a nesmím dělat. Překvapivě mě komunisté nechali dělat výzkum a publikovat, ale bránili mi cestovat. Jenže já na ně vymyslel fintu. Jedním z mála způsobů, jak se vyhnout režimní šikaně, byl sport. Osm let jsem byl v československé reprezentaci v jachtingu a díky tomu jsem projezdil kus světa. Sport i potom zůstal mým velkým koníčkem.

■ Už tehdy jste vaše cesty dokumentoval?

Ano, na amatérské úrovni už to bylo v tom jachtařském období. Jenže víte, já, když něco dělám, tak to dělám pořádně, na sto procent. Vždycky než jsem někam vyjel, tak jsem se na cestu důkladně připravil. Přečetl jsem si o té zemi veškerou dostupnou literaturu z hlediska zeměpisu, dějepisu, zajímala mě kultura, gastronomie, prostě všechny možné aspekty, které mě mohly cestou potkat. Mělo to obrovskou výhodu, že jsem pak bezcílně nebloumal a nemarnil čas rozkoukáváním se. Vždycky jsem šel najisto. I když párkrát se stalo, že něco selhalo. Třeba na Islandu, kde jsem chtěl natočit hnízdění takového zvláštního ptáka – papuchalka. Zrovna v té době, co jsem tam byl, měl mít dobu hnízdění. Tak jsem toho chtěl využít, naložil jsem stativ na ramena a šel dvanáct hodin na pobřeží, kde jsem sice udělal pár pěkných záběrů, ale papuchalk nehnízdil, asi měl dovolenou ☺. Později jsem se dokumentaci začal věnovat profesionálně, s lepším vybavením, nejen na souši, ale i ve vzduchu. Když jsem kvůli zdravotním obtížím musel s filmováním skončit, dron mi ležel dva roky v garáži. Tatínek jednoho mého kolegy má v severních Čechách velkostatky, kde potřebuje sledovat stáda, tak jsem mu ten dron dal. Alespoň je ještě k užítu, jak to mám rád i já.

■ Jaké vaše filmy jsou?

Je to pohled na svět očima Ivana Vraný. Snažil jsem se je dělat tak, aby byly pro publikum zajímavé. A to není snadné. Lidi se totiž neumí dívat. Kolikrát někde jsou a spoustu věcí přejdou, aniž by si jich všimli. To je, myslím, jedno z hlavních kouzel mých filmů. Že jsem se naučil dívat. Na všechny své filmy mám autorská práva na scénář, kameru, střih i zvuk. Moje technologie zpracování filmu je taková, že si nejprve připravím scénář. Z cest si přivezu tolik materiálu, že mnohonásobně přesahuje rozsah hodinového filmu. A tak je třeba nejprve všechno prohlédnout a vyřadit ty záběry, které mají jakoukoli nedokonalost. Pak hledám záběry, které se buď opakují, anebo nekorespondují se scénářem. Nakonec s těžkým srdcem vyřazuji záběry, které jsou sice technicky bezvadné, týkají se tématu, ale opakují se. A takto se to postupně ředí a ředí, až z toho vznikne film. Všechny moje filmy jsou k vidění na YouTube. Ty moje „přednášky“, jak tomu tady říkají, je vlastně pouštění těch filmů, ale je pravda, že jsou obohaceny o postřehy, které můžu dodatečně okomentovat. Jsem rád, že lidem dělají radost.

■ Které země jste navštívil?

Kromě Antarktidy jsem navštívil všechny světadíly. Nejdál jsem byl na Novém Zélandě, a to dokonce dvakrát. O těch zemích mě vždycky zajímalo úplně všechno. Nikdy jsem se třeba nezdráhal cokoli ochutnat, ovšem platilo jedno pravidlo. Člověk se nesmí koukat, co má na talíři. Třeba takoví brouci v Číně chutnají skvěle, ale koukat se na to nedá ☺. Indické jídlo je taky skvělé, ale radši nepřemýšlet, z čeho to je a jak se to připravuje. Vážím si zkušenosti žít a filmovat mezi divokými zvířaty v Zambii a Zimbabwe. Ze svých cest jsem si přivezl ohromnou řadu suvenýrů. Můj pokoj tady zdobí překrásná velká geoda, doma mám ještě jednu větší a ve sbírce mi nechybí ani dlaždice z Taj Mahalu. Těžko bych hledal zemi, kde se mi nelíbilo. Vždycky jsem se snažil dívat na svět pozitivně. On totiž není problém najít to špatné, ale to, co je hezké a zajímavé. Často se mě ptali, jestli bych chtěl žít jinde než v Čechách. Nechtěl. Snad možná jen v zemích západní Kanady, na Aljašce a na Novém Zélandu, a to především díky pěkné mezilidské atmosféře.

Máte i vy ve svém okolí někoho, se kterým stojí za to seznámit čtenáře STOPu?

Neváhejte a ozvěte se nám. Svoje návrhy zasílejte na RickovaA@Praha13.cz. Andrea Říčková



INZERCE

**ČALOUNICTVÍ
U METRA HŮRKA**opravy čalouněného nábytku,
židle, křesla apod.**Přijem zakázek**
tel. 604 648 199

Husníkova 2087

www.calounictvi-cepela.cz

SC-503188/09

www.tvservis.cz**ANTÉNY, STA,
OPRAVY TV****Tel.: 733 311 747**

SC-503162/09

GATO, s.r.o.• ŽALUZIE • ROLETY
• SÍTĚ PROTI HMYZU
VENKOVNÍ VNITŘNÍ
ŘEŠÍME IHNEDEwww.gato.cz
tel. 777 038 001

SC-503238/08

! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU !Vyklízíme sklepy, byty, pozůstatosti,
zahrady atd.Naložíme a odvezeme na skládku
nepotřebné věci za rozumnou cenu.

telefon : 773 484 056

SC-503447/05

**REKONSTRUKCE KOUPELNY
– BYTU – BYTOVÝCH JADER**specialisté na Prahu 13
již 32 let staví pro vás**ZAJISTÍME VŠE – PRÁCE NA KLÍČ**

Zkušenost – slušnost – pracovitost

**zedník, obkladač, instalatér, plyn,
elektro, malíř, podlahář, štuky, lakýrník,
nábytek, kuchyňské linky****Tel.: 777 504 103 p. Pařízek**www.bytovejadro.czwww.rekonstrukcebuchala.cz

SC-503160/09

PNEUSERVIS-RYCHLOSERVIS**Expres autoservis bez čekání.****Opravy bez objednání v sobotu i v neděli.****ZA VELMI VÝHODNÉ CENY VÁM NABÍZÍME:**

- výměna, oprava a prodej pneumatik
- výměna a doplnění oleje
- výměna a prodej: autobaterií, žárovek, všech filtrů, tlumičů, brzdových destiček a kotoučů
- a další drobné opravy

SERVIS A PLNĚNÍ KLIMATIZACÍ

- odsátí média, vakuování systému, kontrola těsnosti, diagnostika, vysušení systému, doplnění médií, test účinnosti

ČIŠTĚNÍ KLIMATIZACÍ - GENERÁTOREM OZONU

- přístroj pro mikrobiologickou dezinfekci interiéru vozu i zamořených cest klimatizace
- nevratně a bez chemie odstraní bakterie, viry a zápachy po kouření, zvířatech a plísni

Více informací o našich službách v servisu.

OMV čerpací stanice Radlická
(naproti NC Galerie Butovice)
Praha 5 - Nové Butovice
telefon servis: 777 235 249
telefon pokladna: 251 622 451

SC-503461/05

**AMBER
PLASMA****Daruji krevní
plazmu a pomáhám
zachraňovat
životy****Získej
fin. náhradu****900 Kč****za každé darování***Miroslav*
pravidelný dárcce**www.amberplasma.com | V Hůrkách 1, Praha 5**

SC-503665/03

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE STODŮLKY

DDM100DŮLKY

Chystáme adventní překvapení – těšte se na týden plný radosti a tvoření!

Dům dětí a mládeže si pro své návštěvníky připravil krásnou novinku - **Adventní týden** (28. 11. - 5. 12. 2025), který přinese kouzelnou atmosféru blížících se Vánoc. Celý týden bude ve znamení tvořivosti, hudby a předvánoční pohody.

Adventní týden odstartuje **Zimní dílnou**, kde si děti i rodiče budou moci vlastnoručně vyrobit vánoční dekorace, drobné dárky nebo originální přání. Tvoření však nebude to jediné, co na návštěvníky čeká.

Program pokračuje **rozsvícením vánočního stromku** a společným zpíváním koled, které jistě podpoří tu pravou sváteční náladu. Nebude chybět ani **divadelní představení**, které potěší malé i velké. Nezapomínáme ani na tradiční postavy - chystáme **čertovské odpoledne** pro odvážné děti i **návštěvu Mikuláše s andělem**, kteří přinesou radost a drobnou nadílku těm nejmenším. V průběhu týdne na účastníky čekají další milá překvapení, která zatím zůstávají tajemstvím. Sledujte naše webové stránky, ať vám nic neuteče.

Dům dětí a mládeže Stodůlky zve všechny - děti, rodiče, prarodiče i přátele - aby se přišli naladit na adventní čas, zastavit se v předvánočním shonu a užít si chvíle plné radosti a sdílení.

Lucie Cestrová

Rodinné sportovní hry 2025

V pátek 10. 10. 2025 jsme za podpory městské části Prahy 13 a Ministerstva práce a sociálních věcí uspořádali další - již 13. ročník - tradičních Rodinných sportovních her. Koncept akce spočívá v tom, že dítě se svým rodičem/prarodičem/jiným členem rodiny vytvoří družstvo, obdrží soutěžní kartičku a společně plní jednotlivá sportovní stanoviště.

V letošním roce jsme se rozhodli nabídnout méně časté aktivity, s některými z nich jste se mohli setkat na Rodinných sportovních hrách úplně poprvé – šipky, mólky nebo kanjamu. Tato stanoviště doplňovala „klasika“ v podobě fotbalu, skoku v pytli, lukostřelby nebo běhu.



Poslední políčko vyplňovala párová akrobacie.

Mimo výše uvedené sportovní disciplíny měli přítomní možnost vyzkoušet měření InBody, bosonohou stezku či zdravotnické hry od Českého červeného kříže.

Hlavním cílem Rodinných sportovních her je aktivní využití volného času se svými nejbližšími - rodinnými příslušníky. Odměnou pro účastníky, kteří splnili úkoly na veškerých stanovištích, byla dárková taštička a hlavně medaile! Děti se následně mohly s rodiči

vyfotit na připravených stupních vítězů.

V DDM a okolí to opět žilo. V brzkém odpoledni se akce zúčastnilo dětí ze školní družiny a celé odpoledne pak patřilo široké veřejnosti. Celkový počet lidí, kteří alespoň částečně vyzkoušeli naše stanoviště, se blížil k číslu 300.

Všem, kteří se akce zúčastnili, bychom chtěli poděkovat. A budeme se těšit i v příštím roce, kdy se uskuteční 14. ročník této rodinné sportovní události.

Michael Mácha, organizátor akce

Jarní prázdniny 2026 s Domečkem

Sníh, slunce, sjezdovky a skvělá parta - to vše patří k jarním prázdninám s Domečkem!

I když je teprve podzim, už teď se můžete začít těšit na únor plný zimních radovánek. Přihlašování na **jarní tábory 2026** je totiž právě spuštěno!

Výjezdní lyžařské tábory se tradičně uskuteční v termínu **15.-22. 2. 2026** v osvědčených lokalitách Jizerských hor - na Benátské chalupě a v penzionu Jednota. Obě ubytování se nacházejí přímo u sjezdovky, takže stačí ráno nazout přesáčky a hurá na kopec! Tábory jsou vhodné jak pro úplné začátečníky, tak pro pokročilé lyžaře.



Letos opět nabízíme i výuku snowboardu, o kterou se postará náš tým zkušených a nadšených instruktorů.

Pokud zůstáváte v Praze, ani **Domeček nezůstane prázdný** - v termínu **16.-20. 2. 2026** pro vás chystáme **jarní příměstské tábory** plné tvoření, her, pohybu i zábavy.

Přihlašování je už nyní v plném proudu na www.ddmstodulky.cz/ tabory.

Těšíme se na všechny malé i velké lyžaře i nelyžaře!

Michala Štěpánková, vedoucí oddělení výukových programů, IT, táborů a akcí

Domečky pod tlakem, ale se srdcem na pravém místě

Každý den se po celé zemi otevírají dveře domů dětí a mládeže - míst, kde děti po škole tvoří, hrají si, objevují nové zájmy a nacházejí přátele. Většina z nás bere jejich existenci jako samozřejmost. Jenže za každým „Domečkem“ stojí stovky hodin práce, nadšení a často i zápas o finance a podmínky.

Právě proto vznikl celostátní výzkum Ministerstva školství, do kterého se zapojil i **DDM Stodůlky**.

Zjišťoval, jak se střediskům volného času daří, co se změnilo po úpravě financování a jaké výzvy dnes DDM řeší.

Výsledky ukazují, že v Česku působí **337 středisek volného času**, která každý rok nabídnou dětem více než **32 000 kroužků**, **8 000 táborů** a **39 000 příležitostných akcí**. To je síť, která drží dětský svět pohromadě.

V DDM Stodůlky se snažíme, aby byl volný čas dětí pestrý a smysluplný - a aby se u nás cítili dobře i ti, kdo s nimi pracují.

To vše by nebylo možné bez dlouhodobé podpory našeho zřizovatele, městské části Praha 13, která nám dává prostor růst a tvořit.

Celý článek s podrobnostmi o šetření najdete na webu DDM Stodůlky: www.ddmstodulky.cz/blog.

Marie Haklová

STŘÍPKY ZE ŠKOL A ŠKOLEK



Pracovní stáž

Koncem září jsme měli možnost navštívit Madeiru a seznámit se s podmínkami učitelů v tamních školách a školách. Navštívili jsme soukromou mateřskou školu, kde jsou děti již od 5 měsíců, základní školu spojenou s mateřskou a také jednu církevní. Viděli jsme práci s dětmi a zbyl i čas na plavbu za delfíny, výlet k vodopádům, jízdu lanovkou i na proutěných saních. Je super, že máme možnost poznávat svět okolo nás a využít poznatků ze školství v jiných zemích.

*Pavla Benešová
a Andrea Kudličková, MŠ Čtyřlístek*



Improvizovaná tržnice

Ve středu 1. října vznikla v MŠ Palouček improvizovaná tržnice s ovocem a zeleninou. Děti dostaly příležitost nakoupit za žetony, které si při předchozích dopoledních činnostech samy vydělaly. Tímto děkujeme rodičům za poskytnutí široké palety vzorků, které jsme mohli ochutnat. Vitamínům zdar, a to zvláště na podzim a v zimě!

Milan Štajer, MŠ Palouček



Počítačová gramotnost

Nový školní rok v mateřské škole Pohádka začal opravdu radostně. Od září máme ve školce novou interaktivní tabuli, která se okamžitě stala oblíbenou pomůckou všech dětí. Malí předškoláci se díky ní hrou formou seznamují s prvními základy počítačové gramotnosti a s velkou chutí zkoušejí různé úkoly a hry. Na tabuli jsme už společně probírali témata les, přírodniny a zvířata, která v lese žijí.

Dětem se práce dařila a s nadšením poznávaly nové informace i opakovaly to, co už znají. Interaktivní tabule nám přináší nové možnosti, jak spojit učení s hrou, a pomáhá dětem rozvíjet nejen vědomosti, ale i spolupráci a tvořivost.

Těšíme se, co všechno nás s ní ještě v tomto školním roce čeká.

Monika Lo Scalzo, MŠ Pohádka

Když se přátelství promění v umění

Září bývá v mateřských školách časem návratů a nových začátků. Děti si po prázdninách znovu hledají své místo ve třídě a obnovují nebo navazují přátelství. V naší školce jsme se proto v prvním měsíci zaměřili právě na téma vztahů.

Ve třídě Myšek toto téma ožilo hned několika způsoby. Společně jsme tvořili řetěz přátelství, do něhož děti symbolicky vložily

Podzimní aktivity

Děti si v mateřské škole pomalu zvykají a my jim začínáme připravovat zajímavé zážitky. Jedním z nich bylo podzimní vitamínové vaření. Děti si připravovaly zeleninové pomazánky a samozřejmě se všichni dozvěděli, proč potřebujeme vitamíny a jak být během podzimu zdraví. U tématu jsme zůstali i při návštěvě MŠ Rozmarýnek, kam nás paní ředitelka pozvala na prohlídku sanitky a povídání



se záchranáři. Tímto děkujeme Rozmarýnku za milé pozvání a těšíme se na další společné projekty.

Kolektiv MŠ Pišťalka

Nevšední zážitek

Děti z Mateřské školy Rozmarýnek zažily nevšední zážitek - návštěvu hasičů a záchranářů, kteří jim přišli představit svou práci a techniku. Jako první dorazili hasiči i se svým zásahovým vozidlem. Děti si mohly zblízka prohlédnout výbavu, usednout do kabiny a zeptat se na vše, co je zajímalo. Největší úspěch měly světelné a zvukové efekty, které hasiči ukázali. Do školky přišli také záchranáři, kteří dětem přiblížili, co všechno obnáší práce ve zdravotnické záchranné službě. Velký zájem vzbudil speciální transportní vozík, který zvládá jízdu i po schodech. Děti měly možnost nahlédnout do sanitky a dozvědět se, jak správně reagovat v případě úrazu



nebo jiné mimořádné situace - včetně toho, kdy a jak volat na tísňové linky. Velké poděkování patří hasičům ze Stodůlek a záchranářům za jejich ochotu přiblížit dětem svou náročnou a nesmírně důležitou práci. Díky prožitkovému učení děti získaly cenné poznatky a zkušenosti.

Hana Šváblová, MŠ Rozmarýnek

svůj dílek - ať už barevný, veselý, nebo hravý. Další výzvou bylo malování portrétů kamarádů. Každé dítě tak mohlo ukázat, jak svého kamaráda vidí, čeho si na něm všimá a jak si ho dokáže představit na papíře.

Výsledkem jsou práce, které zaujmou na první pohled - nejen svou barevností, ale i příběhem, který nesou. Každý, kdo kolem nich projde, se zastaví a obdivuje je. Tyto obrázky nám připomínají, že přátelství není samozřejmost, ale dar, o který je potřeba pečovat.

MŠ Večerníček



STŘÍPKY ZE ŠKOL A ŠKOLEK



Návštěva Pražského hradu

Naše mateřská škola dostala možnost zhlédnout korunovační klenoty, které byly v září vystaveny na Pražském hradě. Dne 16. září 2025 vyrazili Červení a Modří motýlci na Pražský hrad. Nejprve si prošli cestu z Jelení ulice přes uličku U Prašného mostu až na II. nádvoří Pražského hradu, prošli průchodem ke Katedrále svatého Víta až na III. nádvoří Pražského hradu, kde vstoupili do Starého královského paláce, kde na ně ve Španělském sále čekala prohlídka korunovačních klenotů. Děti se před uskutečněním výletu seznamovaly s naší historií, takže v průběhu cesty na ně dýchala atmosféra

starých časů, která byla umocněna monumentálním pohledem na katedrálu svatého Víta a neskutečným prostorem Španělského sálu. Návštěva Pražského hradu se celá nesla v prolínání starých časů a současnosti. Vše bylo umocněno setkáním s panem prezidentem Petrem Pavlem, který se ve Španělském sále právě nacházel. Po tomto jedinečném setkání si děti prohlédly korunovační klenoty, které byly zlatým hřebem naší návštěvy Pražského hradu. Děti i paní učitelky si z krátké návštěvy Pražského hradu odnesly zážitky, které v nich budou ještě dlouho pozitivně rezonovat. Těšíme se na setkávání při školkových akcích!

Kateřina Páralová, MŠ Motýlek

Lesy pro budoucnost

Žáci 3. a 4. třídy z MŠ Ovčích Hájek 2177 se vydali na zajímavý výlet do Národního zemědělského muzea, kde pro ně byl připraven vzdělávací program s názvem Lesy pro budoucnost. Už samotná cesta městskou hromadnou dopravou byla pro děti velkým dobrodružstvím - s nadšením sledovaly ruch města, pečlivě si hlídaly zastávky a s chutí si vyzkoušely, jaké je to cestovat jako „velcí školáci“. V muzeu na ně čekal bohatý program, který jim hrou formou přiblížil svět lesů, přírody a práce lesníků. Děti se dozvěděly, proč jsou lesy důležité pro naši planetu,



jak se o ně pečuje a co mohou samy udělat pro jejich ochranu. Nechyběly ani praktické ukázky, interaktivní stanoviště a spousta zvědavých otázek, na které odborní lektori trpělivě odpovídali. Celý den se nesl ve znamení poznávání, spolupráce a radosti z objevování nových věcí. Děti si z výletu odnesly nejen nové vědomosti, ale i krásné zážitky.

Hana Baštová, MŠ Ovčích Hájek

DDM Stodůlky hledá účetní/ho

Dům dětí a mládeže Stodůlky přijme účetní/ho na plný úvazek do svého ekonomického oddělení. Náplní práce je komplexní zpracování účetních operací v programu Gordic, spolupráce při kontrolách a auditech a zajištění účetní agendy příspěvkové organizace.

Požadujeme:

- vzdělání v oblasti ekonomie a účetnictví,
- praxi v oboru (nejlépe z příspěvkové organizace),
- znalost účetního programu Gordic,
- pečlivost, spolehlivost a samostatnost.

služební notebook, příspěvky na stravování a penzijní připojištění.

Nástup: dle dohody

Místo výkonu práce: DDM Stodůlky, Praha 13

Kontakt: své nabídky a životopis zasílejte na e-mail: j.simankova@ddmstodulky.cz

Více informací:

Mgr. Jana Šimánková, ředitelka DDM Stodůlky, tel. 777 706 586



Den, kdy ožívají roboti a hry

Máte doma zvědavé dítě nebo teenagera, který miluje hry, roboty nebo tvoření na počítači?

Pak si do kalendáře určitě zapište sobotu 22. listopadu!

V prostorách TIB ve FZŠ Trávníčkova se totiž uskuteční oblíbená akce Dvě šance v Trávě - sobota plná tvoření, zkoušení a objevování digitálního světa.

Děti si vyberou dva favority z nabízených workshopů. I letos jsme si připravili například velmi oblíbenou práci s 3D perem, programování robotů, tvoření herních módů v Minecraftu a možnost nahlédnout do tvorby počítačových her.

Vše v bezpečném prostředí a pod vedením zkušených lektorů, které děti mohou znát z našich kroužků.

Naším cílem je dětem ukázat technologie tak, aby je bavily a vše si mohly vyzkoušet na vlastní kůži. Kromě tradičních kroužků programování a robotiky dnes v TIB nabízíme i moderní témata jako 3D tisk, grafiku, animaci nebo dokonce umělou inteligenci.

Veškeré informace, nejen o plánované akci, zjistíte na www.tib.cz. Kapacita akce je omezena, neváhejte proto s registrací. Monika Kuchtová, TIB z.s.

STALO SE V ŘÍJNU

ODPOVÍDÁ PSYCHOLOG

Pardubice nevoní jenom po perníku

Bezmála sedm kilometrů napětí, zatajený dech nad Taxisovým příkopem, dámy s nezbytným kloboukem a pánové v oblecích s vestičkou.

To je Velká pardubická steeplechase. Příběh odvahy, elegance a současně vrchol sportovní i společenské sezony. První řádky se začaly psát 5. listopadu 1874, kdy proběhl první ročník ikonického závodu. Na vzniku soutěže u nás měly hlavní vliv dvě okolnosti. Jednak to byla obliba parforsních honů mezi vyšší šlechtou. Šlechtici oblečení do barevných kabátů při nich na koních se smečkou psů pronásledovali zvěř a překonávali přitom různé překážky. A právě krajina Pardubicka měla k této zábavě velmi příhodný charakter anglického parku. Druhým impulsem ke vzniku Velké pardubické byla inspirace Velkou liverpoolskou steeplechase neboli Grand National, což je nejstarší a nejslavnější dostih v Anglii, kolébce dostihů. Dnešní dostihové závodiště vzniklo v roce 1856, a to díky pardubické Parforsní společnosti a Českému spolku

pěstitelů koní.

Zde se onoho pátého listopadu běžel dostih zcela odlišný od všech ostatních v kontinentální Evropě a srovnatelný s tím liverpoolským. Hlavní zásluhu na

vybudování trati a organizaci měla hrabata Maxmilián Ugarte, Emil Egon Fürstenberg a Oktavián Josef Kinský. Na startu stálo čtrnáct koní, avšak dostih dokončilo pouhých sedm s tím, že pouze čtyři koně zvládli závod bez úrazu. Bohužel pro hřebce Strizzela se stal tento závod osudovým. Pro vítěze byla připravena odměna v podobě jedenácti tisíc sedmi set zlatých, které nakonec získal anglický jezdec George Sayers s tmavým hnědákem Fantôme. Od tohoto okamžiku se samozřejmě soutěž měnila a vyvíjela. Pro počátky byla charakteristická dominance plnokrevných koní, anglických jezdců a náročných podmínek. Mezi světovými válkami se pyšnila pestrou mezinárodní účastí, zvyšováním počtu startujících a úspěchy koní a jezdců z Československa. Po válce až do srpnové invaze docházelo k časté změně trati a překážek, trendem byla téměř výhradní účast československých jezdců i koní. Do revoluce v roce '89 se typickou stala pochopitelně nízká mezinárodní účast a také převaha polokrevných koní. Po pádu režimu až dosud dochází ke zvyšování kvality a prestiže dostihu a také snaze o co nejvyšší bezpečnost. Od dob svého vzniku se Velká pardubická konala každý rok s výjimkou let 1876 a 1908, kdy byly velmi nepříznivé klimatické podmínky. Závody se nekonalý během světových válek a dále v roce 1968 kvůli invazi vojsk Varšavské smlouvy. Steeplechase hrozil dokonce i zánik, poprvé kvůli zbědovanému stavu závodiště po druhé světové válce, a hlavně v devadesátých letech minulého století, kdy ohrožení představovaly protesty ochránců zvířat. Přes to všechno si ale Velká pardubická uchovala pověst sportovní události s nejdelší tradicí v Česku. Považte, že když se začala hrát fotbalová liga Československa, měla za sebou již padesát ročníků. V současnosti se dostihy konají tradičně druhou říjnovou nedělí, přičemž letos se uskutečnily po stopětatřicáté. Dnes si můžeme vychutnat, ať už přímo v Pardubicích, nebo jen u televizních obrazovek, šest tisíc devět set metrů dlouhý závod, při němž obvykle patnáct až dvacet koní se svými jezdci zdolá celkem jednatřicet překážek a běží jej něco okolo deseti minut. Historicky nejúspěšnějším koněm zůstává Železník, který Velkou pardubickou vyhrál čtyřikrát, vždy s Josefem Váňou v sedle. Obdiv a uznání si ale zaslouží každý kůň, který se jedněch z nejtěžších dostihů nejen v Evropě, ale i na světě zúčastnil.

Andrea Říčková

Deprese – kudy z toho ven?

„Dobrý den, paní doktorko. Bývala jsem holka plná plánů, měla jsem ráda hudbu, lidi, zábavu. Teď už nejméně tři roky mě život nebaví. V práci si raději беру homeoffice, abych nemusela mluvit s lidmi osobně, nikam nechodím, necvičím, nejraději sedím doma, už mě ani nebaví vnoučci nebo moji psi. Nemůžu spát, pořád dokola myslím na to, jak se mi to všechno nedaří. Má to nějaké řešení?“

„Dobrý den, měla bych psát diplomku, ale vůbec nemůžu začít. Oddaluji to už tak dlouho, že už jsem prodlužovala o dva semestry školu, nic se mi nechce, nic mě nebaví. Špatně spím.“

Dobrý den. Všichni máme takový život, jaký sami sobě vytváříme. Není to ale tak jednoduché - jsme téměř vždy ovlivňováni rodinnými vzorci (okoukané způsoby chování od rodičů v dětství). Můžeme je nevědomě opakovat nebo s nimi aktivně pracovat a pokoušet se vytvářet jiné. Ovlivňuje nás i výkonová doba, nároky, zpětná vazba okolí a porovnávání s ostatními.

Pokud nám aktivně nic vytvářet nejde, nic se nám nechce, jsme otrávení, máme pravděpodobně depresi. Jako první krok je potřeba si tuto situaci sami sobě přiznat a přistoupit k ní jako k jakékoli jiné nemoci. (Zlomenou nohu také nenecháváme být a nečekáme, jak se to vyřeší samo). S depresí často pomůžou léky (antidepresiva), které nás dostanou alespoň do základního modu, abychom vůbec byli schopni aktivně sami něco začít dělat. Antidepresiva může předepsat psychiatr nebo i praktický lékař a jsou to léky, na které nevzniká závislost a neovlivňují pozornost (takže s nimi můžeme řídit nebo třeba pracovat s čísly v práci). Jsou to léky, které účinkují hladinově, takže je potřeba na jejich „pomoc“ počkat zhruba 5 týdnů a užívat se dlouhodobě (alespoň půl roku).

Psycholog by nás mohl provázet situací, kdy si začneme dávat sami sobě konkrétní nenáročná cíle a ty zkusíme plnit. Je praktické si svoje plány i sepsat do Mechanického plánu (jako školní rozvrh, ale včetně víkendu od hodiny probuzení do hodiny usínání). Mechanický se nazývá proto, že aktivity, které sami sobě naplánujeme, nemusíme dělat s očekáváním, že budeme nadšení (v depresi nebudeme), ale mechanicky je plníme. Cílem je, aby se náš stav nezhoršoval, ale alespoň zůstával stejný. Nenáročná postupná aktivita volíme proto, abychom je vůbec v depresivním stavu dokázali splnit. Podle pravidel terapie KBT je potřeba je každodenně opakovat a zvyšovat náročnost opravdu velmi pomalu (zvládnutí deprese je dlouhodobější proces).

Jako příklad - dám si jako cíl, že půjdu vyvenčit třeba i jen na 10 minut svého psa, domluví si krátké setkání u kávy s kamarádkou/dem, na 10 minut si doma zacvičím podle návodného videa z internetu. Úkoly se pokusím každý den splnit (a nepřidávat náročnost). Navyšování zátěže se doporučuje až po 3 týdnech. Nechtějme toho po sobě hned hodně - zase bychom zklamali a kruh by se znovu točil dokola. Deprese je nemoc a tak je k ní potřeba přistupovat. Není ale potřeba se s ní trápit dlouhodobě. Můžeme zkusit „nahodit“ svůj život sami, ale když nám jednotlivé kroky nepůjdou, vyhledejme odborníka - proto tu pro nás jsou.

Hlavní body postupů, jak se zbavit pocitů deprese:

- nevzdáváme svůj život
- přiznejme sami sobě, že máme problém
- neočekávejme, že se vše hned zlepší
- dávejme si opakovaně nenáročná postupná cíle mechanické povahy
- pochvalme se za cokoli, co se nám podaří
- neizolujme se od lidí
- nechme si pomoci (od kamarádů i od odborníků).

Všem čtenářům časopisu STOP přeju život bez deprese, a když už - tak aby z ní našli cestu ven ☺.

Hana Jenčová, klinický psycholog, 602 805 633, hanajencova@seznam.cz, www.jencova.cz

NAŠI SENIOŘI

Klub seniorů I pondělí 13–15.30 hod.

Scházíme se ve velkém sále v přízemí nové části Domu sociálních služeb Lukáš, Trávníčkova 1746, Praha 13. Program připravujeme podle přání členů. Zájemci o členství v klubu se mohou osobně dostavit na naše pondělní zasedání.

Klub seniorů II úterý 13–15.30 hod.

- 4. 11. Hudební představení s prezentací skladatelů nám přiblíží Karolína Suchá, studentka gymnázia Jaroslava Heyrovského
- 11. 11. O své zajímavé práci nám přijde vyprávět pracovník Celní správy letiště Praha
- 18. 11. Posezení při kávě a čaji
- 25. 11. Přijde mezi nás knihovnice paní Sára Boušková

Alena Dušková, vedoucí klubu
☎ 606 589 929

Klub seniorů III středa 13–15.30 hod.

Členové klubu se schází každou středu od 13 do 15.30 hodin v „malé“ klubovně v přízemí nové budovy DSS Lukáš,

Trávníčkova 1746. Můžete se přijít k nám do klubu podívat.

Anna Kubištová, vedoucí klubu
☎ 723 355 250

Senior klub X středa 15.30–17.15 hod.

Klub seniorů se schází každou středu v malé klubovně v Lukáši.

- 5. 11. Vladimír Menšík
- 12. 11. Malíři - P. Rubens
- 19. 11. Tajné společnosti
- 26. 11. Vyšehrad

Zveme všechny zájemce o činnost našeho klubu ke společné účasti.

Jaroslav Šíkula, vedoucí klubu
☎ 603 461 311

Klub seniorů XI pondělí 13–16 hod.

Scházíme se každé pondělí od 13 do 16 hodin v nové klubovně v přízemí přístavby DSS Lukáš, Trávníčkova 1746/37. Pro nové členy jsou dveře otevřeny a členství je zcela zdarma.

Jana Patrmánová, vedoucí klubu
☎ 723 630 813

Senior klub XIII úterý 10–12 hod.

Scházíme se každé úterý od 10 do 12 hod. v malém sále Domu sociálních služeb Lukáš.

- 4. 11. Přednáška Sdružení obrany spotřebitelů na téma „Jak se vyhnout podvodům“
- 11. 11. Hraní společenských her
- 18. 11. Trénink mozku
- 25. 11. Povídání při kávičce

Helena Kubíková, vedoucí klubu
☎ 737 226 512

Klub seniorů a přátel Vídoule

Scházíme se každou první středu v měsíci od 14.30 hodin v restauraci U Petřů, Jindrova 280, Stodůlky.

František Voříšek, vedoucí klubu
☎ 251 622 283

Klub seniorů Staré Stodůlky

Scházíme se každý čtvrtek od 14 hodin. Program přizpůsobujeme přání členů klubu.

Marie Šimková, vedoucí klubu
☎ 737 147 949

Kontakt na ostatní kluby seniorů najdete na www.praha13.cz

Nabídka pracovní pozice

Středisko sociálních služeb Prahy 13, Trávníčkova 1746/37, Praha 13 hledá do svého týmu nového zaměstnance na pozici:

PRACOVNÍK V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH, PEČOVATEL/KA na hlavní pracovní poměr

CHARAKTERISTIKA POZICE: pečovatelská činnost v domácnostech klientů a při rozvozu obědů do domácností klientů

Co vám můžeme nabídnout:

- základní mzdové ohodnocení až 35 000 Kč/měsíc • mimořádné nenárokové odměny, minimálně 2x/rok • rizikový příplatek • práce ve stabilní organizaci s dobrým pracovním zázemím • jednosměnný provoz • 5 týdnů dovolené + sick days, zvýhodněné stravování nebo stravenky • příspěvek na penzijní pojištění • cenově výhodná rekreace v Krkonoších • nástup možný ihned nebo dle dohody

CO POŽADUJEME: • trestní bezúhonnost • aktivní řidič/ka výhodou • schopnost samostatné práce při péči o klienty v domácím prostředí a při rozvozu obědů do domácností klientů • schopnost reagovat na potřeby druhých, schopnost empatie a zájem o tento druh práce • uvítáme praxi v sociálních službách nebo kurz pracovníka v sociálních službách, nejsou však podmínkou (možnost rekvalifikace v průběhu pracovního poměru)

V případě zájmu zasílejte své životopisy na e-mailovou adresu: socialniMC@sssp13.cz. Pro bližší informace volejte na tel. 222 543 021, 602 527 959. Těšíme se na vás.

Plavání pro seniory – na vlnách aktivního života



Místní Agenda 21 ve spolupráci se Sportovním centrem Řepy pokračuje v realizaci projektu zvýhodněného vstupného do plaveckého bazénu pro členy Virtuálního klubu seniorů Praha 13. Tato iniciativa je zaměřena na podporu zdravého a aktivního životního stylu našich seniorů a přispívá k udržování fyzické kondice, posilování psychické pohody a zvyšování celkové kvality života.

Plavecký areál Řepy nabízí moderní technické zázemí, bezbariérový přístup a pečlivě udržované prostředí splňující vysoké standardy bezpečnosti a hygieny. Návštěvníci mohou využít prostorné šatny, kvalitní sociální zařízení a odpočinkovou zónu, která poskytuje komfortní zázemí před plaveckou aktivitou i po ní. Odborně vyškolený personál zajišťuje profesionální dohled a vstřícný přístup ke všem uživatelům.

Pro seniory představuje plavání nejen šetrnou a účinnou formu pohybové aktivity podporující zdraví a vitalitu, ale také cennou příležitost k navazování nových sociálních kontaktů.



Aneta Čecáková, místní Agenda 21

INZERCE

P*LIKLINIKA HURKA

HLEDÁTE PRAKTICKÉHO LÉKAŘE PRO DĚTI, DOSPĚLÉ NEBO GYNEKOLOGA?

Centrum primární péče Hůrka nabízí komplexní zdravotní péči o celou rodinu.

Součást skupiny



PŘIJÍMÁME
NOVÉ
PACIENTY.

Přímá návaznost na dalších
26 lékařských specializací.



Sluneční nám. 2588/14, 15,
Stodůlky - Praha 13



+420 232 232 321



hurka-poliklinika.cz



Jsme smluvním partnerem
většiny zdravotních pojišťoven.

SC-503795/01

Dr.Max⁺ Lékárna

Lékárna Dr. Max
Hostinského 1533/4 (poliklinika)
Praha – Stodůlky

pondělí–čtvrtek 7.30–17.00
pátek 7.30–15.00
sobota–neděle zavřeno

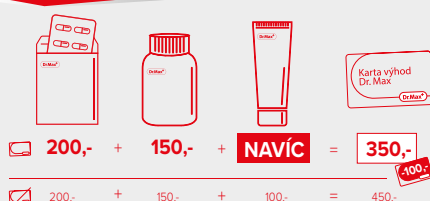


zdroj: seznam.cz

VÝHODNÁ
NABÍDKA

3 za 2
cenu

NA PRODUKTY
Dr.Max⁺
PO CELÝ LISTOPAD



Při koupi libovolné kombinace 3 produktů značky Dr. Max zaplatíte za nejlevnější z těchto tří produktů pouze 0,01 Kč (pro účely této reklamy byla výsledná cena zaokrouhlena na celé koruny). Akce platí pro členy klientského programu Karta výhod Dr. Max, a to od 1. do 30. 11. 2025 nebo do vyprodání zásob a vztahuje se i na produkty značky PRO32. Akce se nevztahuje na produkty značky Bebel a Skinexpert a léčivé přípravky Dr. Max. Tuto akci nelze kombinovat s jinými akcemi ani slevami na produkty značky Dr. Max.

**Změřte
si u nás
nově i CRP**

CRP = ukazatel zánětu v těle

Dostupné na vybraných lékárnách.

Více informací na
www.drmax.cz/prevence.



SC-503795/01

INZERCE



Black Friday v OptikDoDomu: 90% sleva na stylové brýle Icona

Největší sleva roku je tady! **7.11. - 30.11.** získáte **obruby naší značky Icona s neuvěřitelnou slevou 90% při kombinaci se zábrusem dioptrických skel.**

Akce, která se vyplatí

Black Friday v optice? Ano! OptikDoDomu připravila pro své zákazníky mimořádnou nabídku na kvalitní obruby značky Icona. **Sleva 90% znamená, že stylové brýle pořídíte za zlomek původní ceny.**

Podmínky akce:

- Platnost: 7.11. – 30.11.2025
- Sleva 90% na obruby Icona + zábrus dioptrických skel
- Kód akce: Friday25
- Pokud **potřebujete změřit zrak**, objednejte si termín online nebo telefonicky **přímo v naší optice**

Proč OptikDoDomu?

Od roku 2009 se specializujeme na kvalitní oční optiku s osobním přístupem. Naše pobočka v Praze-Lužinách je již jedenáctou prodejnou v síti.

Nabízíme:

- **Pravidelné měření zraku** – stačí se objednat online
- **E-shop** pro pohodlné nákupy z domova
- **Službu OptikDoDomu** pro ty, kteří preferují domácí prostředí
- Odborné poradenství a široký výběr značkových brýlí

Nestíháte do konce listopadu?

Žádný problém! **Do 30. 11. 2025** si můžete na prodejně **vyzvednout speciální poukázku**, která bude **platná až do 30.1.2026**. Tak získáte čas na rozmyšlenou a přitom si zajistíte Black Friday cenu. Poukázku můžete objednat také v našem e-shopu na www.OptikDoDomu.cz



BLACK Friday

**SLEVA
90%**
na obrubu

Jak na to?

Využijte kód Friday25 při online objednávce nebo navštivte naši prodejnu v Lužinách. Měření zraku můžete objednat předem online, což vám ušetří čekání.

Black Friday sleva 90% na obruby Icona – taková příležitost se neotáčí každý den!

Kód akce: **FRIDAY25**
Pouze do 30.11.2025



+420 725 748 398



Rondo Lužiny, Bronzová 24/2

SC-503739/02

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Mobilní sběr nebezpečného odpadu a potravinářských tuků a olejů

Hlavní město Praha zajišťuje pro obyvatele hl. m. Prahy zdarma v rámci mobilního sběru odložení následujících druhů odpadů: rozpouštědla, kyseliny, zásady, fotochemikálie, pesticidy, odpad s obsahem rtuti (např. teploměry), olej a tuk s nebezpečnými vlastnostmi, barvy, tiskařské barvy, lepidla, pryskyřice, detergenty obsahující nebezpečné látky (čisticí prostředky), léčiva. Jedlý olej a tuk (v uzavřených PET lahvích). Kapalné a nebezpečné odpady musí být předány v pevně uzavřených nádobách! Kontaktní tel. na řidiče pro případ nenalezení svozového vozidla: 284 098 887, 284 098 888 (s přesměrováním na mobilní telefon). Odkaz na mapku pro zobrazení stanovišť na NO: <https://ksnko.praha.eu/map-unsafewaste/>

Jitka Zámorská

datum	stanoviště	čas přistavení
20. 11.	nám. Na Lužinách	15.00-15.20
	Mláďí (u restaurace Mlejn)	15.30-15.50
	Sezemínská (parkoviště)	16.00-16.20
	Bellušova (parkoviště proti domu č. 1804)	16.30-16.50
	Kolovečská (parkoviště)	17.00-17.20
	Böhmová (parkoviště u kotelny)	17.30-17.50
	Fantova (plocha před objektem č. 1742/23)	18.00-18.20
	křižovatka ul. Vlachova x Šostakovičovo nám. (u č. 1511)	18.30-18.50



Sběr biologického odpadu

Listí, tráva, větve, neznečištěná zemina, příp. kuchyňský bioodpad rostlinného původu. NE živočišné zbytky! **Upozornění:** Pokud bude na stanovišti naplněn kontejner dříve než za 3 hodiny, bude přistaven další.

Jitka Zámorská

datum	stanoviště	čas přistavení
1. 11.	K Opatřilce x K Jihu	9.00-12.00
1. 11.	Chalabalova - NN 3447, parkoviště proti č. 1611/7	13.00-16.00
1. 11.	Srncí x U Dobráků	13.00-16.00
8. 11.	K Sopce - parkovací záliv	13.00-16.00
8. 11.	Vstavačová - u retenční nádrže	13.00-16.00
22. 11.	K Řeporyjím x K Chabům	9.00-12.00
22. 11.	Živcových - u stanoviště na tříděný odpad	13.00-16.00

Přistavení velkoobjemových kontejnerů

Kontejnery jsou přistavovány v časech 14-18 a 16-20 hodin - dle rozpisu u jednotlivých dnů.

Upozorňujeme, že do kontejnerů lze odložit následující objemné odpady: starý nábytek, koberce a linolea, matrace, lyže, snowboardy, kola, zrcadla, umyvadla, WC mísy. Nelze odložit: nebezpečný odpad, živnostenský odpad, bioodpad, stavební odpad, pneumatiky, elektrospotřebiče, televizory, PC monitory, počítače, lednice, mrazáky, sporáky.

Uvedená stanoviště jsou pouze orientačního charakteru, jelikož z důvodu dopravní situace a parkujících automobilů nelze zajistit přesná umístění. Z tohoto důvodu je doporučeno si nejdříve umístění kontejneru zkontrolovat a poté teprve odnést věci ke kontejneru. V případě, že nemáte možnost velkoobjemový odpad dopravit do sběrného dvora nebo využít přistavené VOKy, můžete si odvoz velkoobjemového odpadu objednat u Pražských služeb a.s. na objednavkasvozu@psas.cz. Odvoz lze zrealizovat pro všechny občany s trvalým pobytem v Praze, a to z domluvené adresy přímo na sběrný dvůr. Odvoz má dvě hrazené položky, a to je objem (metr krychlový), každý započatý metr je 200 Kč. Následně se počítají km od nejbližšího sběrného dvora na domluvenou adresu a zpět na sběrný dvůr, 1 km je aktuálně za 50 Kč. Pro občany ZTP nebo nad 70 let lze využít slevu 50 %. Uvedené ceny si ověřte při vaší objednávce.

Jitka Zámorská

datum	stanoviště	čas přistavení
3. 11.	Drimlova - parkovací záliv vedle kontejnerů na tříděný odpad (u č. 2367/97)	16.00-20.00
4. 11.	Kettnerova - proti č. 2059/6 (u trafostanice)	16.00-20.00
5. 11.	Böhmová - parkoviště u kotelny	16.00-20.00
6. 11.	V Nové vsi x K Návrší	14.00-18.00
6. 11.	Lýskova x Chalabalova - chodník u Grafotechny u č. 1594	16.00-20.00
10. 11.	Borovanského x Kurzova - na chodníku	16.00-20.00

11. 11.	Trávníčkova - u tržiště, rozšířený chodník proti č. 1764	14.00-18.00
12. 11.	Amforová - proti č. 1895/24	14.00-18.00
12. 11.	Kuchařova - slepý konec ulice	16.00-20.00
13. 11.	Běhounkova x Dominova - parkoviště proti č. 2463	16.00-20.00
18. 11.	Pavrovského x Přechetělova - rozšířená plocha u kontejnerů na směsný odpad	14.00-18.00
18. 11.	K Řeporyjím x K Chabům - u kapličky	16.00-20.00
19. 11.	Příškova - parkoviště (vjezd z ulice Mohylová)	14.00-18.00
20. 11.	K Hájům x Okružová - zpevněná plocha u tříděného odpadu	14.00-18.00
20. 11.	Melodická x Operetní	16.00-20.00
24. 11.	Fantova - parkoviště před domem č. 1742/23	14.00-18.00
24. 11.	Janského - parkoviště proti č. 2370/91	16.00-20.00
25. 11.	Ovčí hájek - parkoviště proti č. 2159/16	14.00-18.00
25. 11.	Vlachova x Šostakovičovo náměstí - chodník proti domu č. 1511/8	16.00-20.00
26. 11.	Červeňanského x Janského - nástupní ostrůvek BUS	16.00-20.00
27. 11.	Bronzová - na chodníku u trafostanice (naproti č. 2016/13)	14.00-18.00
27. 11.	Kettnerova - parkoviště u trafostanice (proti č. 2053/18)	16.00-20.00
1. 12.	Srncí x U Dobráků - parkovací záliv	14.00-18.00
1. 12.	Suchý vršek - rozšířený chodník naproti č. 2096	16.00-20.00
2. 12.	K Sopce - parkovací záliv	14.00-18.00
3. 12.	Vackova - parkovací záliv u domu č. 1540/2	16.00-20.00
4. 12.	Sezemínská - parkoviště u trafostanice	16.00-20.00
8. 12.	Podpěrova - plocha u č. 1879 (u MŠ)	16.00-20.00

INZERCE

PŘIJÍMÁME NOVÉ DĚTI

Gymnázium, základní škola
a mateřská škola
Parentes Praha



Každé dítě je jedinečné

Pomáháme žákům objevovat a rozvíjet jejich talenty. Učíme je vytrvalosti a odvaze překonávat výzvy na cestě k dospělosti.

Den otevřených dveří

sobota 29. listopadu 2025
od 10:00 do 13:00
(MŠ, ZŠ, G)



NABÍZÍME

- Jazyky: AJ, NJ, ŠJ
- Výchova charakteru
- Osobní přístup
- Formativní hodnocení

KONTAKTUJTE NÁS

731 891 943



zapis@parentes.cz



www.parentes.cz



Tlumačovská 1237/32, Praha 5 - Stodůlky

PROGRAM KLUBU MLEJN



KD Mlejn, z.ú., Kovářova 1615/4, 155 00 Praha 5 • Recepce: v pracovní dny od 14.00 do 18.00 (mimo školních prázdnin)
• Pokladna: vždy hodinu před představením • E-mail: info.mlejn@gmail.com • Web: www.mlejn.cz • Grant poskytl městská část Praha 13

**KONCERTY**

Čtvrtek 20. 11. • 19.30

Nezmaři

Tradiční koncert folkové legendy. Ve Mlejně koncertují Nezmaři pravidelně, jejich energií nabitá vystoupení jsou skvělým hudebním zážitkem. Folková skupina Nezmaři byla založena počátkem roku 1978, je koncertující folkovou legendou s charakteristickým soundem vícehlasého vokálu v doprovodu akustických nástrojů.

PRO DĚTI

Neděle 2. 11. • 16.00

Čupřina a himalájský Horydych / Hedárium / PREMIÉRA

Loutková pohádka pro děti od 3 let. Příběh českého psíka Čupřiny nás zavede až do dalekého Himálaje.

Neděle 16. 11. • 15.00

Cirkusový workshop pro děti a rodiče

Pro děti od tří let a jejich dospělé. Základními disciplínami nového cirkusu vás provedou naši zkušení lektoři. Vhodné pro všechny cirkusáky od 3 let, kteří cvičí společně s rodiči.

Pátek 28. - neděle 30. 11.

KUK 2025 ve Mlejně

Tradiční program pro batolata a děti od 6 měsíců do 5 let s divadlem, hernou a workshopy. KUK přinese tři dny zábavy pro nejmenší. Návštěvníci si mohou užít divadlo, vyzkoušet pohybový či hudební workshop a zadovážet ve velké KUK herně. Rodiče se mohou přesvědčit, že umění a zábava pro batolata existuje.

JINÉ

Úterý 4. 11. • 14.00

Retrokavárna pro seniory

Retrokavárna je místem pro setkávání, vzpomínky, nová přátelství i zajímavá témata. Doporučujeme rezervaci místa na tel. 235 011 625 nebo 235 022 451.

Sobota 8. 11. • 16.00

Stodůlecký folklorní ples s Lučinkou

Lučinka vás zve na taneční ples ve folklorním stylu. Začátek programu bude patřit především dětem – vystoupení Lučinky, výuka tanců, volná taneční zábava a hlavně tombola. Krojovaní mají vstup zdarma.

Sobota 15. 11. • 15.00

Cirkusové hřiště pro děti a rodiče / Cirkusové noci / La Nuit du Cirque

Přijďte s dětmi na Cirkusové hřiště, které otevíráme v rámci Cirkusových nocí 2025!

Sobota 15. 11. • 17.30

Cirkusové hřiště pro teens a dospělé / Cirkusové noci / La Nuit du Cirque

Přijďte si vyzkoušet cirkusové disciplíny s našimi lektory.

Pátek 21. 11. • 9.30-20.00

a sobota 22. 11. • 8.00-12.30

Ideathon MČ Praha 13

Ideathon je 24hodinový nápadový

maraton, na němž můžete pomoci efektivně řešit dané výzvy strategického plánování městské části Praha 13. Zdarma, pro účastníky 15+.

PŘIPRAVUJEME

Úterý 9. 12. • 16.00 a 18.00

Varhanní adventní koncert v kostele sv. Jakuba

Zamilovali jste si atmosféru již tradičních adventních koncertů? Pak vás zve do kostela sv. Jakuba i letos, vystoupí Jiří Kopečný (varhany), Jiří Krýsl (trubka) a Lucie Silkenová (soprán)

PRO ŠKOLY

Úterý 4. a středa 5. 11.

Hodiny hudební výchovy jinak

Úterý 11., středa 12., čtvrtek 13. a čtvrtek 20., úterý 25. a středa 26. 11.
Hodiny tělesné výchovy jinak

Středa 19. 11. • 10.00

Bába a holub / Studio Damúza

• Více informací o pořadech, vstupenkách nebo kurzech najdete na www.mlejn.cz nebo na www.facebook.com/kdmlejn

• Vstupenky lze zakoupit prostřednictvím portálu GoOut na našich webových stránkách nebo na www.goout.net

Cirkusová noc bude ve Mlejně pro děti i dospělé

V sobotu 15. listopadu vás zve do Mlejna na program, který jsme připravili v rámci mezinárodní akce **Cirkusové noci - La Nuit du Cirque**, která je zaměřená na podporu současné novocirkusové tvorby. Letos se



do akce zapojí Česká republika ve dnech 14.-16. listopadu.

V sobotu 15. listopadu otevíráme ve Mlejně od 15.00 do 17.00 hod. **Cirkusové hřiště pro děti a rodiče**. Vyzkoušíte si závěsnou akrobacii na šálách, žonglování, balanc, základy pozemní a párové akrobacie. K dispozici vám i dětem budou profesionální lektoři cirkusových kurzů.

Cirkusové hřiště pro teens a dospělé pak otevíráme po malé přestávce od 17.30 do 21.00 hod. Přijďte si

vyzkoušet cirkusové disciplíny - bohatou závěsnou akrobacii (vedle šál i strapsy a kruh), žonglování, balanc a Cyrwheel. K dispozici budou profesionální lektoři a na závěr pro zájemce delší vedené protahovací cvičení.

Na obě akce v rámci Cirkusových nocí 2025 je vstup ZDARMA a bez registrace.

Miroslava Kvičalová

Retrokavárna

V listopadu se termín Retrokavárny vrátí opět na první úterý v měsíci, 4. listopadu 2025 v KD Mlejn od 14.00 hod. Myslíte, že v seniorském věku pro vás již tanec není? Již podruhé budeme tančit v Retrokavárně. Tanec je pro každého, jen existují drobná omezení. I drobné pohyby rukou v rytmu oblíbené hudby vás mohou potěšit, a nakonec pomohou i vašemu tělu. Za zvuků taneční hudby vás naučíme radovat se z hudby i tančit vsedě. Pro odvážnější je připraveno i pár tanečních kroků. Dámy, partnera nepotřebujete, tančíte především samy pro sebe.

Zájemci o návštěvu v Retrokavárně se mohou hlásit u paní Zuzany Kraljové na telefonním čísle 235 011 451.

Iva Dvořáčková

INZERCE

SLUŽBY

■ **Malování, štukování, kompletace nábytku a drobné práce.** ☎ 603 305 211, Seher.
✉ f.seher@seznam.cz

■ **Levné opravy praček a prodej opravených.**
Likvidace zdarma. PO-PÁ 9-21 hod. ☎ 603 878 406

■ **TRUHLÁŘSKÉ PRÁCE – nábytek na míru,** vestavěné skříně, kuch. linky, výměna kuchyňských dvířek a pracovních desek, úpravy a opravy nábytku. ☎ 605 437 971

■ **Malířské práce, štukování.** ☎ 606 227 390,
✉ jsaifrt@seznam.cz, ☎ malirjaromir.cz

■ **Instalatérské práce čištění odpadů a kanalizace, havarijní Nonstop servis. Musil.**
☎ 604 490 775

■ **OPRAVY AUT. PRAČEK – EXNER.**
☎ 608 928 283

■ **Malba místo tapet – trhání tapet, štukování,** malování a lakýrnické práce. ☎ 602 945 537

■ **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE ERBEN: nová el. vedení pro zásuvky, světla, rekonstrukce elektřiny, revize elektro zařízení.**
☎ elektrikarben.cz, ☎ 604 516 344

■ **ŠICÍ STROJE – opravy u zákazníka – Petr Meyer.** ☎ 211 148 037, 603 341 927

■ **RIZIKOVÉ KÁCENÍ, ŘEZ, OŠETŘOVÁNÍ STROMŮ. ÚDRŽBA ZAHRAD.** ☎ 606 662 223,
☎ 723 899 561

■ **Malování, štukování, tapetování, lakování** (okna, dveře, topení, zárubně, umakartová jádra, koupelny, WC), vč. hr. úklidu a so + ne.
☎ 603 221 653

■ **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE, NONSTOP OPRAVY, MONTÁŽ, REVIZE, VÝMĚNA DIGESTOŘÍ.** ☎ 602 976 979, NEŠPOR.

■ **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE, OPRAVY ZÁSUVK, svítek, jističů, připojení spotřebičů, sporáků, digestoře, varné desky, rekonstrukce elektroinstalací.** ☎ 604 794 209

■ **Servis plastových oken. Okna je nutno jednou za dva roky seřídít a promazat. Výměna těsnění. Prodej žaluzií.** ☎ 601 236 957,
✉ jirasek.servis@seznam.cz

■ **ADVOKÁT Dr. Marek Konečný s praxí soudce nabízí zastupování u soudu a právní služby všeho druhu.** ☎ 777 010 051

■ **REVIZE elektroinstalací, hromosvodů a elektrospotřebičů. Zkoušky elektrikářů včetně vydání osvědčení. Alexander Nardelli** - ☎ 603 419 485, ✉ nardellia@seznam.cz

■ **INSTALATÉRSKÉ PRÁCE SAMEK (VODA)** – opravy a montáže vodovodního a odpadního potrubí, výměny baterií, WC, připojení myček, praček i další drobné práce. ☎ 606 813 162,
✉ veny.super@seznam.cz

■ **Počítač. Telefon. Televize. Tablet. Tiskárna. MacBook. Internet. iCloud. OneDrive. Google. Microsoft. Apple. Vodafone. O2. T-Mobile.** Zavolejte. Pomohli jsme jiným, pomůžeme i Vám.
☎ itcan.cz, ☎ 731 732 737

■ **Malování, lakování, tapety, štuk, stěrkování, fládrování,** ☎ 736 691 087, www.malirina.cz

■ **Malířské, lakýrnické práce, štukové a stěrkové omítky,** ☎ 606 828 702

■ **Stavební práce Smítka: rekonstrukce bytů, byt. jader, elektroinstalace vč. revize, instalatérské práce, podlahy, obklady, dlažby, štukování a stěrkování panelů, malování bytů.** Informace: M. Smítka, ☎ 603 487 383,
✉ mirsmi@volny.cz

■ **Návrhy & realizace bytových interiérů – dětské pokoje, kuchyně, koupelny, obývací pokoje a další. Nábytek na míru.** ☎ 777 023 023,
✉ interiery@michaelakopecka.cz

■ **PEDIKÚRA - V POKOHLÍ VAŠEHO DOMOVA,** ☎ 603 910 026

■ **KLADENÍ PODLAHOVÝCH KRYTIN - PVC, vinyl. podlahy - Z. Veselý -** ☎ 602 340 495

■ **Zpracování účetnictví, personalistiky, daňová evidence, zastupování na úřadech, osobní návštěva u klientů. Praxe, kvalitně a za přijatelné ceny.** ☎ 731 515 392

■ **Rekonstrukce bytových a nebytových prostor, dmstavby.cz,** ☎ 602 291 737,
✉ michaeldrdlicek@gmail.com

■ **Nabízím vám kadeřnické služby všeho druhu v prostředí vašeho domova a dle vašich časových možností. Volejte** ☎ 774 901 193

■ **OPRAVA ŽALUZIÍ - VÝMĚNA VODÍČÍCH LANEK - NOVÉ ŽALUZIE - ROLETY - ROLETY DEN NOC SÍTĚ PROTI HMYZU - SEŘÍZENÍ OKEN.** ☎ 733 720 950, ✉ pavel.janci@email.cz

■ **Interiérový designer Zuzana Podrazilová. Návrhy interiérů, nábytku, vizualizace a odborná pomoc při realizaci.** ☎ 737 111 000, ☎ suzidesign.cz

■ **Pedikúra, manikúra - nabízím služby domů. Mžiková,** ☎ 775 925 581

■ **!ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!** Vyklízíme sklepy, byty, pozůstalosti, zahrady atd. Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. ☎ 773 484 056

■ **PODLAHÁŘSTVÍ - M. Rozšafný, podlahář** s dlouholetou zkušeností nabízí své služby, výběr materiálu dle vzorníků. ☎ 723 716 677,
✉ Miril.ujezd@seznam.cz

■ **Hodinový manžel Honza - drobné práce v domácnosti,** ☎ 792 930 776,
✉ hodinovy.manzel.honza@seznam.cz

■ **Montáže klimatizací a TČ do bytů, RD, kanceláří (Samsung, Daikin, Sinclair). Provádím opravy, servis, revize, el. práce. Martin Humpolec,** ☎ 777 989 729,
✉ humpi@seznam.cz Praha-5 Velká Ohrada

RŮZNÉ

■ **Výuku hry na klavír pro děti a dospělé nabízí profesorka s dlouholetou praxí. Individuální přístup.** ☎ 799 511 275

■ **Doučuji český jazyk - příprava na přijímací zkoušky a k maturitě. Zkušená učitelka.** ☎ 607 510 795

■ **Sídlo v Praze pro OSVČ, s.r.o. od 149 Kč/měsíc. IT:** ☎ sidloprofimupraha.cz
☎ 728 991 247

■ **VÝUKA HUDBY U VÁS DOMA - od 4 let, vhodná i pro děti s problematickou pozorností**

a soustředěností a výslovností. Obor: KYTARA, KLÁVESY, ZOBC. FLÉTNY, KLAVÍR, ZPĚV. INFO: Martina Dvořáková, dipl. spec.,
✉ radostnahudba@seznam.cz, ☎ 602 646 628,
☎ radostnahudba.cz

■ **Nabízím zdarma prkna a latě ze zrušeného zábradlí voliéry. I jako palivo. Odběr Stodůlky.** ☎ 607 961 789

■ **Nabízím trpělivé a srozumitelné doučování všech předmětů 1. stupně ZŠ. Jsem speciální pedagožka a učitelka 1.stupně s individuálním přístupem ke každému dítěti. Možná výuka i španělštiny. Lokalita/online - dle domluvy.** ☎ 607 556 346, ✉ hankakr@volny.cz

BYTY

■ **SPECIALISTA NA PRODEJ / VÝMĚNY / PRONÁJEM BYTŮ, RD, CHAT A POZEMKŮ, 22 LET NA TRHU, PRÁVNÍ SERVIS NA NAŠE NÁKLADY, ZOOM REALITY. VOLEJTE** ☎ 776 363 636

■ **Koupím byt v Praze 5, přímo od majitele.** ☎ 604 617 788

■ **Prodám byt 3+1, 78 m², podlaží 2, v osobním vlastnictví. Pavrovskeho 2426, Velká Ohrada. Původní stav, bez úprav. Cena 8 950 000 Kč.** ✉ v.sindela@seznam.cz

■ **Přímý zájemce koupí dva byty v Praze a okolí. Lze i zvlášť. Menší pro dceru a větší pro sebe. Na stěhování nespěchám. Seniorsky mohou nechat v bytě na dožití. Privatizaci a dluhy zaplatím.** ☎ 608 661 664

■ **Koupíme byt od 90 m², Praha 13, přímo od majitele. Děkujeme.** ☎ 723 443 657

PRODEJ-KOUPĚ -PRONÁJEM

■ **Pronajmu kryté garážové stání v ulici Symfonická.** ☎ 607 556 346

ZAMĚSTNÁNÍ

■ **Základní škola Janského, Janského 2189,** hledá do svého kolektivu asistenta/asistentku. Úvazek 0,75, třicet hodin týdně. Nástup dle domluvy. V případě zájmu pište
✉ na padourovaz@zs-janskeho.cz

■ **Gymnázium Jaroslava Heyrovského,** Mezi Školami 2475/29, Praha 5, přijme vedoucí školní jídelny. Nástup dohodou. Bližší informace na ☎ 251 050 213

■ **Gymnázium Jaroslava Heyrovského,** Mezi Školami 2475/29, Praha 5, přijme pomocného kuchaře/kuchařku. Nástup ihned. Bližší informace na ☎ 251 050 261

■ **Gymnázium Jaroslava Heyrovského,** Mezi Školami 2475/29, Praha 5, přijme kuchaře/kuchařku do školní jídelny. Nástup dohodou. Bližší informace na ☎ 251 050 261

■ **Mateřská škola Pišťalka, Chlupova 1798** přijme spolehlivou paní na úklid na plný úvazek s nástupem od ledna 2026. Více informací na ✉ reditelka@ms-pistalka.cz, nebo volejte na ☎ 235 513 122

Příjem řádkové inzerce: Petra Fořtová,
☎ 235 011 229, ✉ inzerce@praha13.cz

INZERCE



Veolia Energie: **Spolehlivý dodavatel** **i dobrý soused**

Skupina Veolia Energie aktivně podporuje komunitní život na území Prahy. Společnost, která zajišťuje dodávky tepla a teplé vody pro zdejší domácnosti, školky, školy a firmy, letos opět finančně podpořila také několik klíčových akcí v naší městské části.

Společnost se prezentuje nejen jako spolehlivý dodavatel energie, ale také jako ekologicky odpovědný partner. Dálkové vytápění označuje za udržitelné řešení pro budoucnost hlavního města, které díky moderním technologiím přispívá k čistšímu ovzduší.

Zajímavostí je maskot společnosti Sokolík Olík, který na rodinných akcích baví děti a zároveň upozorňuje na program ochrany ohrožených sokolů stěhovavých. Veolia pro tyto dravce instaluje speciální hnízdní budky na komíny svých tepláren, čímž prokazuje svůj závazek k ochraně přírody.



KALENDÁŘ AKCÍ



Pondělí 3. 11. • 16.30

STRAŠIDELKOVÉ BĚSNĚNÍ V PALETCE*Mateřská škola Paletka, Trávníčkova 1747/39*

Srdčně zveme naše děti a jejich rodiče na společné odpoledne. Pokud nám bude počasí přát, setkáme se na školním pozemku. Společně si nazdobíme vydřabané dýně, které pak ozdobí průčelí budovy MŠ. Pro ty nejodvážnější bude připravena stezka odvahy lemovaná pravými strašidly, při které si děti vyzkoušejí plnění úkolů. Dále je pro děti připravená škola letu na koštěti a ti, kteří se to naučí, zvládnou nakonec i slalom. Budeme třídit pavouky a trefovat se do duchů míčkem. V pavučinami ověšeném fotokoutku se každý může zvěčnit na památku, chybět nebude ani diskotéka pro malé tanečníky. Děti i rodiče v maskách jsou více než vítáni – teprve pak to bude ta pravá strašidélková zábava! Těšíme se na společné odpoledne plné smíchu, odvahy a kouzelné podzimní atmosféry. Více na www.msapaletka.cz

Úterý 4. 11. • 14.00

RETROKAVÁRNA*KD Mlejn, Kovářova 1615/4*

Myslíte, že v seniorském věku pro vás již tanec není? Již podruhé budeme tančit v Retrokavárně. Za zvuků taneční hudby vás naučíme radovat se z hudby i tančit vsedě. Pro odvážnější je připraveno i pár tanečních kroků. Zájemci o návštěvu se mohou hlásit u paní Zuzany Kraljové na tel. 235 011 451.

Středa 5. 11. • 15.00-17.00

SETKÁNÍ S RODIČI A UČITELI, KTEŘÍ PRACUJÍ S NADANÝMI DĚTI*Obřadní síň radnice MČ Praha 13,**Sluneční nám. 2580/13*

Společnost pro talent a nadání /STaN/, z.s., zve učitele, rodiče a další zájemce o problematiku

vzdělávání a výchovy nadaných na setkání s aktivními účastníky 26. bienální konference WCGTC. Cílem setkání je nejen sdílení nejnovějších poznatků ze světa, ale i vzájemné propojování lidí, kteří se věnují nadaným dětem, a otevření prostoru pro společnou diskuzi. Na akci je nutno se předem přihlásit. Bližší info najdete na www.talent-nadani.cz

Středa 5. 11.-3. 12. • 18.10-19.00

CVIČENÍ PRO TĚHULKY*Monkey's Gym Juklik, U Jezera 34*

Jste nastávající maminka? Hledáte pohyb, který vám uleví od bolavých zad, posílí tělo, naučí vás správně dýchat a připraví na porod i období po něm? Toužíte po chvíli jen pro sebe, kdy se uvolníte, načerpáte energii a budete se cítit lépe? S tím vším vám pomohou v Monkey's Gym, kde pořádají i tento podzim oblíbené kurzy cvičení pro těhotné. Program začíná jemným zahřátím a uvolněním těla, po něm následují posilovací a protahovací cviky, které pomáhají zmírnit napětí v zádech, uvolnit pánevní dno a posílit svaly, jež jsou v těhotenství nejvíce zatíženy. Postupně se věnujete prevenci otoků nohou, správné funkci nožní klenby a technice



dýchání, která vám usnadní nejen cvičení, ale i samotný porod. Vyzkoušíte si různé pomůcky jako gymbally či overbally, díky nimž je cvičení pestré, efektivní a zároveň šetrné k tělu. Vše probíhá v přátelské atmosféře a zkušená lektorka Emma Lisníčková se věnuje každé účastnici individuálně. Kurz je vhodný pro všechny nastávající maminky bez zdravotních omezení a je navržen tak, aby respektoval různé fáze těhotenství. Zájemkyně se mohou přidat kdykoliv - i pokud kurz již běží. Přijďte si odpočinout, protáhnout se, načerpat energii a udělat něco pro své tělo a pohodu během těhotenství. Více informací naleznete na: www.monkeysgym.cz, info@monkeysgym.cz

Čtvrtek 6. 11. • 8.30-14.00

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ*ZŠ Mohylová, Mohylová 1963/2*

Zveme vás na den otevřených dveří. Naše děti se tento den představí v roli průvodců a ochotně provedou každého, kdo se do naší

školy přijde podívat. Podáme vám informace o výuce, historii i podrobnosti ohledně výběru dětí do 1. třídy. Rodiče mohou nahlédnout do výuky nebo se odpoledne zúčastnit besedy s paní ředitelkou.

Pátek 7. - sobota 8. 11.

a pátek 12. - sobota 13. 12.

DOBRODRUŽNÁ NOC PRO DĚTI V JUKLIKU*Plavecké centrum Juklik, U Jezera 2031*

Plavání, tvoření, hry a přespání s kamarády - přesně to čeká děti od 5 let na Pyžamkové party. Tato oblíbená akce začíná v pátek v 17.00 a končí v sobotu v 18.00, takže malí dobrodruzi prožijí celý den i noc plnou radosti a rodiče získají volný čas na vlastní plány. Děti se mohou v Jukliku těšit na opravdu nabitý program. Čekají je vodní radovánky, skoky do bazénu v pyžamu, tvoření, hry na souši i ve vodě a samozřejmě i spousta legrace se stejně starými kamarády. Večer si všichni společně rozloží spacáky, karimatky a zažijí nocování, na které budou dlouho vzpomínat. A aby měly dost sil na všechny aktivity, o jídlo a pitný režim je po celou dobu postaráno. Postarají se o ně zkušené a milé instruktorky Jukliku, které děti vtáhnou do světa her a dobrodružství. Vaším ratolestem tak stačí přibalit plavky, oblečení na ven, spacák, karimatku, zubní kartáček a oblíbeného plyšáka – a nezapomenutelné dobrodružství může začít. Jedno je jisté: vrátí se vám domů spokojené, vyspívané a hlavně čisté. Rezervace: osobně nebo na tel. 251 610 441 Více informací: www.juklik.cz/pyzamkova-party-v-jukliku

Sobota 8. 11.

SVATOMARTINSKÉ SLAVNOSTI A PEČENÁ HUSA*Rašínovo nábřeží, Praha 2*

Den plný chutí a zábavy! Víno červené i bílé, živá muzika k tanci i plné talíře delikátních lahůdek. Vinaři z Čech a Moravy, degustace svatomartinských vín, husí speciality a bohatý doprovodný program - takový bude 14. ročník festivalu. Akce proběhne na náplavce Rašínova nábřeží mezi železničním mostem na Výtoni a vyšehradskou skálou v blízkosti farmářského trhu Náplavka. Odstartuje symbolicky v 11 hodin a 11 minut. Svá mladá vína představí 18 českých a moravských vinařství. Vstupné na festival je zdarma, podmínkou degustace je však nalévání vína do skla. Víno se bude degustovat z festivalových sklenic, které si návštěvníci mohou zakoupit v jednom z označených stánků. Přinést si také mohou sklenici vlastní.

Více na www.svatomartinskeslavnosti.cz

KALENDÁŘ AKCÍ

Sobota 8. 11. • 16.00

STODŮLECKÝ FOLKLORNÍ PLES S LUČINKOU

KD Mlejn, Kovářova 1615/4

Lučinka vás zve na taneční ples ve folklorním stylu. Začátek programu bude patřit především dětem - vystoupení Lučinky, výuka tanců, volná taneční zábava a hlavně tombola. Krojovaní mají vstup zdarma.

Více na www.kdmlejn.cz



Sobota 8. 11. • 10.00-16.00

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ ČESKÉ GENEALOGICKÉ A HERALDICKÉ SPOLEČNOSTI V PRAZE

Fantova 1784, Praha-Stodůlky

Pro všechny zájemce o rodopis a heraldiku pořádáme den otevřených dveří. Otevřena bude i spolková knihovna a k dispozici budou i zkušení rodopisci pro konzultace rodopisných problémů. Možno zakoupit i rodopisnou a heraldickou literaturu.

Více informací na www.genealogie.cz



Neděle 9. 11. • 10.00-17.00

LISTOPADOVÉ BYLINKOVÁNÍ PRO ZDRAVÍ I KRÁSU

Chaloupky 57, Zadní Kopanina, Praha 5

Celodenní voňavé tvoření s aromaterapeutkou LenDorkou a bylinářkou malířkou Magdalénou Dobromilou podle jejích dvou knih o bylinkách. Okusíme chutě i vůně bylin, olejů, vykuřování a sílu plodů i podzimních kořenů. Podpoříme vitalitu i krásu pleti a vlasů rakytníkem. Vyrobíme si jalovcový balzám pro namáhané ruce a nohy. Společně ženské zpívání, tanec, opečovávání a sdílení v komorním kruhu žen v domácím prostředí u hořícího krbu u LenDorky. Možnost zakoupit i knihy, obrázky a kalendáře M. D. Staňkové. Počet míst je omezený, prosíme o přihlášení předem u LenDorky: aromalenka@volny.cz, tel. 606 702 546. Více info naleznete na: www.donameduna.cz



Čtvrtek 13. 11. • 16.00-19.00

DO KUCHYNĚ MUZEA

Muzeum českých Vánoc, Rovná 352, Ořech

Muzeum českých Vánoc v Ořechu vás zve do kuchyně. Tedy do „betlemářské kuchyně“, kde se připravují jedinečné betlémy pro letošní výstavu - *Milujeme betlémy 2025* v Břevnovském klášteře a *Vyřezávané betlémy* v prostorách Muzea v Ořechu (Rovná 352).

Vstup zdarma, www.muzeumceskychvanoc.cz



Sobota 15. 11. • 17.00

STRAŠIDLA V TŘEBONICÍCH

Start u rybníka v Třebonicích

Hasiči Třebonice a Magistrát hl. m. Prahy zvou děti a rodiče na strašidelnou stezku v Třebonicích. Lampióny na cestu s sebou.



Středa 19. a čtvrtek 20. 11.

• 7.45-8.00 a 11.40-18.00

VÁNOČNÍ JARMARK

Základní škola Lužiny, Trávníčkova 1743

Vážené rodiče, milé děti, rádi bychom vás pozvali na vánoční jarmark, který se uskuteční v prostorách venkovní učebny v areálu školy.

Těšíme se na vaši návštěvu!



Sobota 22. 11.

TIB - DVĚ ŠANCE V TRÁVĚ

FZŠ Trávníčkova, Trávníčkova 1744

Máte doma zvědavé dítě nebo teenagera, který miluje hry, roboty nebo tvoření na počítači? Uskuteční se oblíbená akce Dvě šance v Trávě - sobota plná tvoření, zkoušení a objevování digitálního světa.

Více najdete na www.tib.cz. Kapacita akce je omezena. Více na straně 21.



Neděle 23. 11. • 13.00-15.30

III. ROČNÍK DĚTSKÉHO KARNEVALU NA LEDĚ

Školní zimní stadion Bronzová, Bronzová 1387

Rádi bychom vás pozvali na letošní ročník karnevalu na ledu. Podmínkou vstupu na kluziště je maska, věk do 26 let a brusle. Rodiče mohou pomoci nejmladším bruslařům s pohybem po ledové ploše. Pro dětské účastníky budou připraveny drobné soutěže o věcné ceny po celou dobu konání akce. Pořádá Pionýrská skupina Rondel. Více na str. 12.



Středa 26. 11. • 8.00-11.40 a 16.00

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

ZŠ Kuncova, Kuncova 1580

Dopoledne (od 8 do 11.40 hod.) můžete zhlédnout výuku ve třídách a v odborných učebnách I. i II. stupně, odpoledne od 16 hodin proběhne setkání s ředitelem školy v nové školní jídelně a dále komentovaná prohlídka školních prostor. Návštěvníci uvidí nejen nově vybudovanou učebnu fyziky s hvězdným stropem, další odborné a kmenové učebny, školní dílnu, počítačové učebny s cliboty a ozoboty a pěkný interiér školy a její materiální vybavení, ale budou seznámeni i s výukovou nabídkou pro příští školní rok. Bližší informace naleznete na www.zskuncova.org nebo se je dozvíte na tel. 235 520 975 popř. 235 520 991. Těšíme se na setkání!



Středa 26. 11. • 15.00

1. LEKCE ŠKOLIČKY ZŠ MOHYLOVÁ

ZŠ Mohylová, Mohylová 1963/2

Budoucí prvňáčci si na setkání vyzkoušejí dovednosti, které se jim budou hodit při nástupu do první třídy. Rodiče se mezitím dozví o výukových metodách, provozu a akcích v ZŠ Mohylová.

Více na www.zsmohylova.cz



Čtvrtek 27. 11. • 11.00-13.00

ADVENTNÍ FLORISTIKA

Komunitní centrum sv. Prokopa, V Hůrkách 8

Městská část Praha 13 ve spolupráci s Římskokatolickou farností u kostela sv. Jakuba Staršího srdečně zve seniory na adventní vázání věnců. Veškeré potřeby budou pro účastníky zajištěny. Kapacita aktivity je omezená. Prosíme tedy zájemce, aby se hlásili předem telefonicky u paní Zuzany Kralové na tel. 235 011 451. Telefonická registrace je možná nejdříve od 18. listopadu 2025.



Sobota 29. 11. - neděle 11. 1. 2026

VYŘEZÁVANÉ BETLÉMY

Muzeum českých Vánoc, Rovná 352, Ořech

Letošní výstava betlémů bude otevřena od 29. listopadu do 11. ledna 2026 každý víkend a 26. prosince od 10.00 do 18.00. 1. ledna 2026 bude otevřeno od 14.00 do 18.00. Ve všední dny bude otevřeno po předchozí objednávce pro školy, školky a jiné skupiny. Opět uvidíte několik zajímavých a jedinečných novinek včetně Velkého betléma příběhů tak, jak jste ho doposud neviděli. Aktuální informace najdete na www.muzeumceskychvanoc.cz





Sobota 29. 11. • 9.00-13.00
ADVENTNÍ VÝTVARNÁ DÍLNA
ZŠ Mohylová, Mohylová 1963/2



Přijďte se naladit vánoční atmosférou do naší školy, kde si můžete vyrobit adventní věnce, svíčky, dekorace z přírodnin. Děti si mohou vyrobit různé druhy svíček, nazdobit perníčky nebo připravit dárečky pod stromček. Přineste si jen ostrý nůž, kleště nebo nůžky, další výrobní materiál dostanete na místě. Bude pro vás připravena kavárna a výborný guláš nebo chlebičky, které připraví naše paní kuchařky. Těšíme se na vás!

Středa 3. 12. • 10.00-18.00
VÁNOČNÍ JARMARK 2025



Obřadní síň a atrium radnice

MČ Praha 13, Sluneční náměstí 2580/13

Městská část Praha 13 si vás srdečně dovoluje pozvat na 6. ročník Vánočního jarmarku. Přijďte si s námi užít předvánoční čas, potěšit se krásnými věcmi a naladit se na kouzelnou vánoční atmosféru. Více na straně 4.

Sobota 6. 12. • 14.00
MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA



Start u hasičárny, Tlumačovská ul.

SDH Stodůlky a MČ Praha 13 srdečně zvou všechny děti i jejich rodiče na mikulášskou nadílku. Přijďte se se svými dětmi pobavit. Připravena jsou stanoviště s úkoly. Odměny a občerstvení zajištěno.

Sobota 6. 12. • 15.00
MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA



Horní hasičárna v Třebonicích

Zveme děti a dospělé na příjemné prožití adventu k horní hasičárně v Třebonicích. Pro děti je nachystán bohatý program a nebude chybět ani nadílka od Mikuláše.

Sobota 6. 12. • 17.00
ČERTOVSKÁ STEZKA
V CENTRÁLNÍM PARKU



Start u Stodůleckého rybníka

Sportklub Bessie pořádá Čertovskou stezku odvahy. Start bude u Stodůleckého rybníka v Centrálním parku. Děti budou muset projít stezku a v pekle dostanou výsluhu. Pouze pro přihlášené předem na adrese <https://sportklub-praha13.cz/mikulas/>. Věkové omezení: děti do 10 let.

MUZEUM ČESKÉHO KRASU

Husovo nám. 87, Beroun



Otevírací doba: Po zavřeno

Út-so: 9.00-12.00, 12.45-17.00;

Ne+svátky: 10.00-12.00, 12.45-17.00

Do konce roku 2025

VÝSTAVA ČESKÝ KRAS A JEHO LIDÉ

Výstava o tom, jak krajina mění lidi a lidé krajinu. Uvidíte kompletní trampskou či horolezeckou výbavu, řadu unikátních arch. nálezů, dobové suvenýry aj.

Do neděle 9. 11.

ZAPOVĚZENÁ-ZAPOMENUTÁ-ZACHRÁNĚNÁ

Kouzlo barokní hudby ukryté ve sbírce J. A. Seydla - Výstava o berounském děkanovi.

Úterý 4. 11. • 13.00-18.00

HALLOWEEN V MUZEU

Pořádá Dům dětí a mládeže Beroun. Vstupné 60 Kč dítě a 10 Kč doprovod.

Úterý 4. 11. • 17.00

HŘBITOVEM KOMENTOVANĚ

Komentovaná vycházka městským hřbitovem v Berouně. Sraz účastníků u brány hřbitova, ulice Pod Studánkou. Vstupné 75 Kč plné; 50 Kč snížené. Změna programu vyhrazena, sledujte web muzea.

Čtvrtek 13. 11. • 18.00

SETKÁVÁNÍ V MUZEU: NOVÉ ARCHEOLOGICKÉ NÁLEZY NA BEROUNSKU

Přednáška Alžběty Bergerové a Tomáše Polišenského z Ústavu archeologické památkové péče středních Čech. Vstupné 30 Kč plné; 20 Kč snížené.

Neděle 16. 11. • 14.00-17.00

KAM SCHOVALY SE HVĚZDY?

Umělecká lekce kresby a malby s ak. malířkou Lucíí Crocro. Nutná rezervace. Cena 200 Kč.

Neděle 23. 11. • 19.00

KONCERT DUCHOVNÍ HUDBY: POCTA J. A. SEYDLOVI

Koná se v kostele sv. Jakuba St. na Seydlově náměstí. Pořádáno v rámci 43. ročníku festivalu Talichův Beroun. Vstupenky na pokladně muzea nebo v síti Ticketportal.

Čtvrtek 27. 11. • 17.00

ČEKÁNÍ

Vernisáž nové výstavy o plynutí času v adventní době.

Čtvrtek 27. 11. - úterý 6. 1. 2026

ČEKÁNÍ

Výstava o plynutí času v adventu.

Sobota 29. 11. • 9.00-16.00

JARMARK

Jarmark v Geopraku s nabídkou ručně vyráběných originálních výrobků od talentovaných českých tvůrců. Vstupné v dobrovolné výši.

Více informací na www.muzeum-beroun.cz

BOTANICKÁ ZAHRADA HL. M. PRAHY



Trojská 800/196, Praha 7 - Troja

Venkovní expozice je v listopadu otevřena denně 9.00-16.00; skleník Fata Morgana út-ne a svátky 9.00-16.00; vinotéka sv. Kláry po-pá 13.00-16.30, víkend 11.00-16.30.

Neděle 14. 1. - neděle 15. 12. • 13.00-15.00

NEDELNÍ SKLEP - NAHLÉDNĚTE DO ZÁKULISÍ VÝROBY VÍNA

Komentované prohlídky vinice a sklepa s malou degustací na závěr. Nahlédněte do míst, kde zpracováváme naše hrozny, a ochutnejte vína kompletně vyrobená v botanické zahradě. Prohlídky probíhají každou neděli. Sraz a začátek prohlídky je u pokladny Kovárna v ulici Trojská. Zastávka autobusu 112 - Kovárna.



Úterý 11. 11. • 17.00

SVATOMARTINSKÝ PŘÍPITEK

Ve Vinotéce sv. Kláry

Svátek sv. Martina není jen příslibem zimy, ale i oslavou Svatomartinského vína! Sněhovou nadílku zaručit nemůžeme, ale vybranou pěťici mladých vín, to umíme. Vinotéka sv. Kláry bude výjimečně otevřená už od 10.00 hodin, máte tak ideální příležitost připít si už před polednem a vychutnat si nejen naše vína ročníku 2024, ale především výběr Svatomartinských vín z Vinařství Mádl ročníku 2025 a společně zjistíme, jak se jim vydařila.

Pátek 14. 11. - sobota 13. 12.

DŽUNGLE, KTERÁ NESPÍ

Komentované prohlídky probíhají po setmění v tropickém skleníku Fata Morgana - vstup z ulice Trojská 750/194. Každá prohlídka trvá

KALENDÁŘ AKCÍ

přibližně jednu hodinu a je určena především pro dospělé a starší děti. Časy prohlídek v listopadu: 17.10, 17.35, 18.00, 18.25, 18.50, 19.15. Večerní provázení skleníkem Fata Morgana je třeba rezervovat dopředu pomocí kalendáře na www.botanicka.cz.

Pátek 28. 11. - neděle 15. 2. 2026

KŘIŠTÁLOVÁ ZAHRADA JIŘÍHO PAČINKA

Skleněná symfonie světla a hudby ve fantastických instalacích. Křišťálová zahrada představí monumentální skleněné květy, stromy a fantastické tvary z rukou sklářského mistra Jiřího Pačinka a jeho týmu ze sklárny Pačinek Glass. Venkovní expozice i výstavní sál se promění v magický prostor, kde se příroda setkává s uměním.

Více najdete na www.botanicka.cz,
info@botanicka.cz, tel. 234 148 111.

DOMOV SV. KARLA BOROMEJSKÉHO

K Šancím 50/6, Praha 17 - Řepy



Neděle 16. 11. 16.30

MOZARTOVO REQUIEM

Kostel svaté Rodiny, K Šancím 50/6

Přijďte si poslechnout nejmystičtější a nejhranější dílo hudební historie ve skvělém podání. Účinkují: Kladenský symfonický sbor a Salvátorský sbor s přáteli. Těšíme se na vás!



Vstupné dobrovolné. Výtěžek z koncertů je příspěvkem do veřejné sbírky vyhlášené na podporu provozu a činnosti domova.

Více na www.domovrepy.cz

MĚSTSKÁ KNIHOVNA – POBOČKA STODŮLKY

Kovářova 1615/4



EUROKLÍČ

Klíč, s jehož pomocí se dostane osoba se zdravotním postižením či rodiče/pěstouni pečující o dítě do tří let na vybraná bezbariérová WC a plošiny ve veřejných budovách, v metru, na nádražích i na čerpacích stanicích ve většině států Evropy. Pozor! Za klíč se nic neplatí, ale je třeba si vyzvednutí objednat na tel. 776 246 938.

Středy 5., 12., 19. a 26. 11. • 16.00-18.30

SCRABBLE

Hrajete rádi Scrabble a nemáte s kým? Vítejte začátečníky i pokročilé. Přijďte se pobavit a zároveň procvičit mozek. Kromě scrabblu je možné si zahrát i jiné hry. Můžete přijít kdykoliv v tomto časovém rozptí.

Každý lichý čtvrtek 6. a 20. 11. • 16.00-19.00

POSEZENÍ PŘI KYTARÁCH

Máte rádi písničky? Přijďte si zazpívat, zahrát či jen tak posedět při kytáře, harmonice atd. Každý je vítán. Těšíme se na příznivce všech věkových skupin.



Úterý 11. 11. • 14.00-16.00

VIRTUÁLNÍ REALITA VE STODŮLKÁCH

Vstupte s knihovnou do světa VR! Virtuální realita nabízí nespočet možností a zážitků – můžete si u nás zaplavat v hlubinách oceánu, projet se na horské dráze, malovat ve 3D prostoru nebo navštívit daleké země. Aplikace Visiolibrium umožňuje i unikátní nahlédnutí do historie budovy Ústřední knihovny. Akce je vhodná pro všechny od 6 let a není třeba rezervace.

Listopad-prosinec

VÝSTAVA OBRAZŮ JOLANY MERTOVÉ

Přijďte poznat tvorbu místní výtvarnice. Vystavené obrázky jsou obyčejné květiny, které lze najít v českých zahradách. Původně byly namalované pro nástěnný kalendář, každý měsíc reprezentovala květina, která v tomto měsíčním období kvete. Tato výstava je ukázkou takového květinového kalendáře. Můžete hádat, jestli květiny znáte a jak se jmenují.

Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena. Více na www.mlp.cz/stodulky.

MĚSTSKÁ KNIHOVNA – POBOČKA LUŽINY

Archeologická 2256/1



Každé pondělí kromě 17. 11. • 16.30

PŘEDČÍTÁNÍ PRO DOSPĚLÉ DĚTI

Zaposlouchejte se jen tak nebo s ručními pracemi do příběhů, které bude předčítat naše dobrovolnice.

Každá středa • 14.30-15.30

KROUŽEK JÓGY PRO DĚTI

Přijďte si zacvičit jógu. S sebou pohodlné oblečení, podložky na cvičení zajistíme. Vhodné pro děti od pěti let.

Každý čtvrtek • 10.00-12.00

ČTVRTEČNÍ KLUB DOBRÉ NÁLADY

Dámský klub. Program najdete na pobočce.

Každý čtvrtek • 13.00-14.15

KROUŽEK MILOVNÍKŮ KONZOLÍ - OD 8 LET

Zábavné, dětem přístupné hry pro více hráčů. Není třeba se předem přihlašovat.

Každý čtvrtek • 14.30-16.30

DESKOVNA - KLUB DESKOVÝCH HER PRO DĚTI

Klasické i nové deskové hry. Nutno vyplnit přihlášku na pobočce. Kapacita omezená.

Úterky 4. a 18. 11. • 14.00-16.00

DESKOVKY PRO SENIORY

Jednoduché, odpočinkové a nenáročné hry v dobré společnosti.

Úterý 4. 11. • 16.00

LUŽINSKÁ TEXTILNÍ DÍLNA

Tentokrát si ušijeme masku na spaní - v ruce nebo na stroji. Materiál zajištěn, stačí dobrá nálada. Akce není vhodná pro děti, pouze pro samostatně šijící starší děti. Šití na stroji jen pro dospělé.

Pondělí 10. 11. • 18.00

POVĚSTI A PŘÍZRAKY: MAĎARSKO

Vyprávění o šamanské tradici, duších zemřelých a tajemných místech Maďarska. Přednáší spisovatelka a cestovatelka Lucie Lukačovičová.

Úterý 11. a 25. 11. • 16.00

S TEBOU MĚ BAVÍ SVĚT

Klub pro rodiče s dětmi do pěti let. Zveme maminky i tatínky, kteří jsou doma s dětmi a hledají společnost a dobrou zábavu pro sebe i své děti. Program je pestrý, budeme si představovat nové knížky, cvičit, ukazovat si deskové hry pro nejmenší a do budoucna chystáme i několik setkání s odborníky na různá témata.

Úterý 18. 11. • 10.00

ÚTERNÍ TVOŘENÍ NA LUŽINÁCH - BAREVNÝ PTÁK

Knihovnice Alča vždy jednou za měsíc připraví efektní výtvarný nápad, který zvládnete vytvořit za dopoledne. Zvány jsou všechny dospělé tvořivé duše. Materiály k dispozici (pokud není uvedeno jinak), s sebou stačí přinést dobrou náladu.

Středa 19. 11. • 16.00 a pátek 21. 11. • 10.00
LITERÁRNÍ HRÁTKY - CVIČENÍ S ŘÍKANKOU
- Z KNIHY HELENY VÉVODOVÉ

Interaktivní pořad pro děti a rodiče. Nabízíme hrané pohádky, kreativní aktivity, hravé cvičení a mnohé další. Pořad je určen dětem ve věku od dvou do pěti let v doprovodu dospělých. Ke konci si mohou rodiče s dětmi vytvořit malý výrobek.

Středa 26. 11. • 16.00

KLUB KOLÁŽÍ NA LUŽINÁCH

Každý měsíc se setkáváme nad společným tvořením koláží, u kterého sdílíme naše zážitky z kultury nebo si jen tak povídáme. Příjemné posezení s tvořením a teplým čajem, na kterém rádi přivítáme i úplně nováčky. Nosit s sebou nemusíte nic než dobrou náladu. Materiály i všechny potřebné nástroje máme k dispozici.

Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena. Více na www.mlp.cz/luziny.

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE
STODŮLKY

DDM100DŮLKY

Chlupova 1800

Pátek 7. 11. • 16.30-22.00

BOJOVKA, 8-99 LET

Akce pražských DDM večerní bojovka pro rodiny s dětmi tentokrát na téma Men in black! Nutné přihlášení předem na www.prazskabojevka.cz. Startovné 50 Kč/tým.

Pátek 7. 11. • 17.00-18.30

RVA FAMILY CIRKUS, 3-8 LET

Vyzkoušíme nejrůznější techniky - balanc, žonglování, pozemní, párovou i závěsnou akrobacii. Zaměříme se na uvědomění si vlastního těla, zlepšení koordinace pohybu a motoriky, a to všechno hravě, zábavně a hlavně společně. Cvičit budou děti, ale také jejich rodiče, každý sám, společně a všichni dohromady.



Sobota 8. 11. • 16.00-19.00

RVA HALLOWEENSKÉ ODPOLEDNE:
STRAŠIDELNÝ DOMEČEK, 2-99 LET

Přijďte se projít tajemným Strašidelným domečkem a zažít Halloweenké odpoledne trochu jinak! Čeká vás netradiční podívaná, spousta překvapení a možnost nahlédnout do prostor, kam se běžně nepodíváte. Strašidelné atrakce známe spíš z poutí - ale v Praze v DDM? To tu ještě nebylo!

Úterky 11., 18. a 25. 11. • 18.15-20.15

PŘEDPORODNÍ KURZ PRO TĚHOTNÉ ŽENY
A JEJICH PARTNERY

Nastávající maminky se mohou těšit na pravidelná setkávání s porodní asistentkou, kde se budou společně věnovat různým tématům týkajících se těhotenství, porodu a období po porodu. Kurzy probíhají vždy úterky v podvečer v několika turnusech po celý školní rok, aby si maminky mohly vybrat podle stupně svého těhotenství.

Úterý 11. 11. • 9.30-11.00

PŘEDNÁŠKA Z CYKLU MAMINKO,
CO BUDE DNES K JÍDLU?

Tajemství trávení: Co se děje s naším tělem v bříšku? Kam mizí jídlo, když ho sníme? A proč naše bříško někdy protestuje? Na přednášce se dozvíte, jak drobnými změnami ve stravování a v každodenním shonu pomoci trávení sobě i svým dětem.

Úterý 11. 11. • 18.30-20.30

PŘEDNÁŠKA Z CYKLU LÉČIVÁ STRAVA:
CO SE DĚJE S JÍDLEM V TĚLE

Na přednášce se dozvíte, jaká je cesta jídla naším tělem a co je třeba k tomu, aby se z těla využilo co nejvíce živin. Dozvíte se také, jak optimálně jíst a čím si pomoci od nejčastějších poruch.

Středa 12. 11.

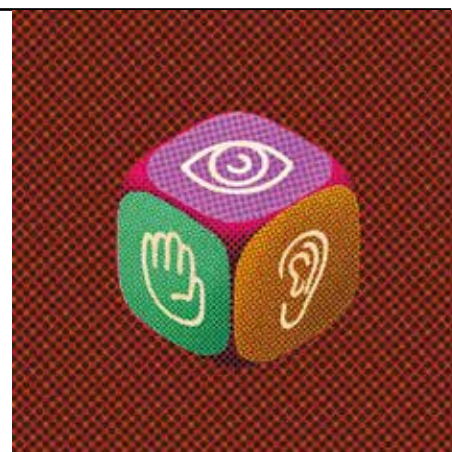
RVA CESTA SVĚTEL - LAMPIONOVÝ
PRŮVOD A ZAVÍRÁNÍ VODY S LODNÍMI
MODELÁŘI

Přijďte s lampiony, rozsvítíme podzimní večer a společně se vydáme na Cestu světél.

Na závěr vás čeká jedinečná lodní regata svítících plavidel na vodní hladině. Těšíme se na malé i velké účastníky - světýlka s sebou!

• **15.30-17.15** Přijďte si vyrobit vlastní lampion. Zveme děti i dospělé na kreativní dílnu, kde si společně vyrobíme lampiony na Cestu světél. Materiál bude k dispozici, stačí dorazit s chutí tvořit.

• **17.30** Odchod do Centrálního parku směrem k Nepomuckému rybníku, na jehož hladině na nás bude čekat osvětlená lodní regata a ještě jedno světelné překvapení.



Pátek 14. 11. • 10.00-10.45 a 11.00-11.45

RVA SMYSLOHRANÍ: LESOHRÁTKY, 2-5 LET

Podzimní čas není jen sychravé počasí, ale také zdroj mnoha barev a přírodních materiálů. Zveme malé objevitele a jejich dospěláky na hravé dopoledne plné vjemů, pohybu a radosti. Společně se ponoříme do kouzelného světa lesa, kde budeme objevovat nejen stromy, ale i jeho obyvatele, zkoumat přírodniny, tvořit, hrát si a rozvíjet fantazii i jemnou motoriku.

Středa 19. 11. • 18.00-20.00

PŘEDNÁŠKA Z CYKLU RODIČ 21. STOLETÍ:
KYBERNETICKÁ BEZPEČNOST A DIGITÁLNÍ
RODIČOVSTVÍ

Jaké aplikace a digitální obsah je vhodný pro vašeho syna/dceru? Pomáhají nám aplikace na rodičovskou kontrolu a monitorování obsahu? Jakou odpovědnost na sebe berou provozovatelé aplikací a platform a jak jsou právně vymahatelné nekalé praktiky vybraných aplikací? To se dozvíte na přednášce Rodiče 21. století.

Pátek 21. 11.

MALOVÁNÍ NA LAHVE - VÝTVARNÁ DÍLNA

Zdobení lahví zimními motivy, spousta inspirace a tvořivá atmosféra při malbě akrylem. Setkání je určeno dětem od 4 let s rodiči, pro děti od první třídy i samostatně.

Pátek 21. 11. • 14.00-17.00

KLUB VRTÁK: ROBOTICKÉ ODPOLEDNE

Pojďte se s námi „vrtat“ v robotických stavebnicích VEX, které DDM využívá na dopoledních programech pro školy. Sestavte si samořídící autíčko a projedte slalom nebo vyzkoušejte třeba mechanického aligátora. Pro mladší děti budou k dispozici podlahoví roboti Blue-Boti se sestavitelným bludištěm a mapami, po kterých mohou jezdit. Vstup je volný, ale vaše přihláška závazná a kapacita omezena. Akce je vhodná pro všechny, které zajímá robotika. Děti mladší 8 let musí dorazit s doprovodem.

KALENDÁŘ AKCÍ

Pondělí 24. 11. • 19.00-21.00

PŘEDNÁŠKA KLUBU RADKA:

JAK POMOCI DĚTEM ZVLÁDAT VZTEK

Vzteká se vaše dítě nepřiměřeným způsobem a vy si s ním nevíte rady? Nebo se vaše dítě naopak nevzteká vůbec? Na semináři si povíme a zároveň i osobně vyzkoušíme různé tipy, jak naučit dítě, aby v sobě hněv nepotlačovalo a zároveň jím naopak nebylo pohlceno tak, že pak už neví, co dělá. Nabízíme vám také pohled na tuto problematiku očima dítěte a jeho mechanismu obran.

28. 11. - 5. 12.

RODINA V AKCI - ADVENTNÍ TÝDEN

DDM Stodůlky si pro vás letos poprvé připravil Adventní týden, který bude od začátku do konce naplněný vánoční atmosférou. Čeká nás zpívání, koledování, taneční vystoupení, veselé divadlo i tvořivé dílny, kde si děti i dospělí mohou vyrobit krásné dekorace a dárky. Přijďte si s námi užít předvánoční čas a společně se těšit na Vánoce.

Pátek 28. 11. • 15.00-18.00

RVA ZIMNÍ DÍLNA, 3-99 LET

Přijďte si s námi užít začátek adventu a vyrobit si originální vánoční dekorace. Co přesně budeme tvořit, zjistíte na www.ddmstodulky.cz, kde se také můžete přihlásit. Registrace nutná, kapacita omezena.

Pondělí 1. 12. • 17.00

RVA ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU V ZAHRADĚ DDM

Přijďte s námi přivítat adventní čas a užít si kouzelnou atmosféru Vánoc. Těšit se můžete na společné zpívání koled, slavnostní rozsvícení stromečku a příjemné setkání u horkého čaje.

Čtvrtek a pátek 4.-5. 12.

ČERTOVSKÉ ODPOLEDNE

Pro velký zájem letos nabízíme setkání s čerty hned ve dvou dnech. Na odvážné děti čeká nebeská návštěva u samotného Mikuláše, setkání s andílky a cesta peklem po boku Lucifera. Registrace nutná, kapacita omezena. Přihlašování od 1. 11. 2025 on-line přes k. účet.

Přihlášení na akce na www.ddmstodulky.cz - klientský účet. Více na www.ddmstodulky.cz a facebooku DDM Stodůlky / DDM100důlky.

RODINNÉ CENTRUM RYBIČKY

*Třináctka - křesťanské centrum
Luka, Mukařovského 1986*



Herna je otevřena po-st 9.00-12.00. Běžné vstupné je 100 Kč pro rodinu na dopoledne. Není nutné se předem přihlásit.

www.praha13.cz

PONDĚLKY

Tématem měsíce jsou **Zvířátka**.

9.30 hod. - hudební hrátky s Kateřinou (kytara, tanec, zpěv, poslech)

10.45 hod. - kruhové tance pro ženy (program pro děti v herně s Katarínou)

ÚTERKY

9.30 hod. - pohybové hrátky, říkanky a zpívání s Katarínou

10.45 hod. - výtvarné tvoření pro děti

STŘEDY

9.30 hod. - angličtina hravě s Maruškou

10.45 hod. - anglická konverzace pro dospělé (možnost hlídání dětí v herně)

Akce v listopadu navíc:

Úterý 4. 11.

POVÍDÁNÍ KAZATELE DAVIDA NOVÁKA

Téma: „Být maminkou - výsada nebo úděl?“

Středa 12. 11.

SVĚTÝLKOVÁ CESTIČKA BROUČKŮ (PUTOVÁNÍ BROUČKŮ S LAMPIÓNKY).

V 16.00 v Rybičkách možnost vyrobit si společně malý lampiónek nebo se připojit v 17.00, kdy společně vyrazíme se světýlky do Centrálního parku. Cestou splníme pár úkolů.

Sobota 29. 11. • 13.00-16.00

ADVENTNÍ DÍLNA (VÝROBA ADVENTNÍCH VĚNCŮ).

Nutno se předem přihlásit na e-mailu rybicky.13ka@volny.cz. Cena za adventní věnec je 350 Kč.

Více se dozvíte na rybicky.13ka.cz

ŘÍMSKOKATOLICKÁ FARNOST U KOSTELA SV. JAKUBA ST.

Kovářova 21, Stodůlky



Do neděle 30. 11.

VÝSTAVA OBRAZŮ

Komunitní centrum sv. Prokopa

Prodejní výstava obrazů akademické malířky Victorie Kold-Janotové - Proč bychom se netěšili?

Neděle 2. 11. • 15.00

MOZARTOVO REQUIEM

Komunitní centrum sv. Prokopa

Srdečně zveme na koncertní provedení Mozartova Requiem v kostele sv. Prokopa, které uvede komorní soubor Piccolo coro & Piccola orchestra pod taktovkou Marka Valáška.



Sobota 8. 11. • 16.00

MŠE SV. NA STODŮLECKÉM HŘBITOVĚ

V rámci týdne modliteb za naše zemřelé bude v 16.00 sloužena mše svatá u kaple na hřbitově ve Stodůlkách.

Čtvrtek 27. 11. • 11.00

TVŮRČÍ DÍLNA PRO SENIORY - ADVENTNÍ FLORISTIKA

Komunitní centrum sv. Prokopa

Zveme na tvůrčí dílnu, kde budete mít možnost si vlastnoručně uvázat adventní věnec. Veškeré potřeby budou připraveny. Akci pořádáme ve spolupráci s MČ Praha 13. Počet míst je omezený, svoji účast nahlaste na tel. 235 011 625 nebo na tel. 235 011 451 nejdříve od 18. 11. 2025.

Sobota 29. 11. • 14.00-17.00

JARMARK CMŠ SRDÍČKO

Komunitní centrum sv. Prokopa

Srdečně zveme do Komunitního centra sv. Prokopa na tradiční jarmark Církevní mateřské školy Srdíčko.

Více informací na www.farnoststodulky.cz

TŘINÁCTKA – KŘESŤANSKÉ CENTRUM LUKA



*Mukařovského 1986,
(zastávka metra Luka)*

Úterky do 2. 12. • 18.30-20.00

OTAZNÍKY A VYKŘIČNÍKY NAŠEHO ŽIVOTA

Dnešní doba je náročná a přináší hodně otázek i výzev, na které je třeba si dát pozor. Zveme každého, koho zajímají následující témata a k tomu i diskuse na Třináctku, 1. patro, každé úterý od 7. října do 2. prosince. Vstup volný, drobné občerstvení zajištěno.

- Zdravá komunikace - příčiny nedorozumění, mluvení a naslouchání
- Osamělost mezi lidmi
- Kontakt s nadpřirozenem
- Jakou mám hodnotu (plus krátký film)
- Závislosti všeho druhu
- Potřebujeme Boha v době, kdy máme všechno?
- Jak se ukotvit v bláznivém světě?
- Emocionální zranění z minulosti a odpuštění
- Čím se můžeme inspirovat od známých osobností?

Více info na 13ka.cz/aktivity

Pondělky 16.30-18.00

DĚTSKÝ KLUB SAVANA

Pravidelné schůzky našeho křesťanského klubu pro děti od 6 do 10 let (po 1. třídě ZŠ). Další info na www.klubsavana.webnode.cz

Středy 18.30-20.30

KLUB MLÁDEŽ

Jsmo skupina mladých lidí ve věku 15-25 let, co se setkává každou středu od 18.00 v dolních prostorách Třináctky. Společně se bavíme, zpíváme, přemýšlíme o životě a diskutujeme.

Více na www.13ka.cz/aktivita/mladez

Pátky 16.00-18.30

KLUB ROBINSON

Outdoorový klub pro děti a mládež ve věku 10-15 let. Více na www.klubrobinson.cz

Neděle 10.00

NEDĚLNÍ BOHOSLUŽBY

Otevřená setkání, kde může každý přichodzí slyšet to, co je pro nás nejdůležitější - dobrou zprávu (evangelium) o tom, že Ježíš Kristus přichází za člověkem. Zároveň hledáme, jak zvěst Bible promlouvá do naší každodenní reality, se kterou každý člověk zápasí. Součástí bohoslužeb je i program pro děti. Bohoslužbu lze sledovat živě na www.13ka.cz/stream

Informace o dalších aktivitách na www.13ka.cz

ZOOLOGICKÁ ZAHRADA HL. M. PRAHY

U Trojského zámku 120/3, Praha 7



V listopadu je otevírací doba pokladen od 9.00 do 16.00

KOMENTOVANÁ KRMENÍ A SETKÁNÍ:

Probíhají o víkendech. Navštivte zvířata tehdy, kdy jsou nejaktivnější, a odhalte zajímavosti z jejich života. Setkání s oblíbenými zvířaty doplněná poutavým vyprávěním se konají po celý den - stačí si jen vybrat! Venkovní program probíhá jen za hezkého počasí.

VÝSTAVY:

Galerie Gočárový domy: Barrandien:

Svědectví pravěkého moře

Jurta: Jak se divokým koním vrací svoboda

Terasa před Vzdělávacím centrem: Příroda v Keni

Sobota 8. 11.

ZOOŠKOLA PRO DOSPĚLÉ NA TÉMA ZBAVTE SE FOBÍ (PRO UČITELE)



Jedním z hlavních důvodů vzniku fobie je sociální učení, a pokud jako pedagog máte strach či fobii z hadů a pavouků, můžete toto chování přenést na žáky. Právě z tohoto důvodu jsme vytvořili unikátní program zaměřený na vzdělávací pracovníky, kteří se věnují dětem. Na zooškole se naučíte pracovat se svým strachem či averzí a také zjistíte, jak a proč předat dětem kladný vztah k těmto často obávaným, ale pro ekosystémy důležitým živočichům.

Neděle 9. 11.

DEN CHOVATELŮ ŽELV

Těšte se na tradiční cyklus přednášek na téma Životní cykly želv, chovatelskou poradnu a komentovaná setkání se želvami. Komentovaná krmení a setkání od 13.00.

Neděle 9. 11.

ZOOŠKOLA PRO DĚTI VE VĚKU 8 AŽ 11 LET NA TÉMA CESTA DO AFRIKY

Prozkoumejte nejen Rezervaci Dja a seznamte se s jejími ohroženými obyvateli.

Sobota 15. 11.

ZOOŠKOLA PRO DĚTI VE VĚKU 11 AŽ 15 LET NA TÉMA CESTA DO AFRIKY

Prozkoumejte nejen Rezervaci Dja a seznamte se s jejími ohroženými obyvateli.

Soboty 15., 22. a neděle 16., 23., 30. 11.

• 11.00-14.50

ADVENTNÍ DÍLNY

Spojte návštěvu zoo s výrobou adventního věnce. Program probíhá ve Vzdělávacím centru u hlavního vchodu. Cena za výrobu jednoho věnce je 350 Kč a nezahrnuje vstupné do zoo. Letos nabízíme také zvýhodněné balíčky za 550 Kč (vstupné jeden dospělý + jeden věnec) a 1 000 Kč (vstupné rodina + jeden věnec). Z kapacitních důvodů je nutné se předem objednat. V den konání bude možné volná místa zakoupit na Informačním centru u hlavního vchodu do zoo.

Neděle 16. 11.

RODINNÁ ZOOŠKOLA NA TÉMA POZNEJTE... REZERVACI DJA

Vyrazte s námi do Afriky! V srdci Rezervace Dja se setkáte s rodinou goril nížinných, pomůžete strážcům pralesa v jejich náročné práci a na vlastní kůži poznáte některé z unikátních živočichů tropického deštného lesa. Během zooškoly se hravou formou dozvíte, co ohrožuje africká pralesní zvířata a jak jim pomáhá Zoo Praha a její návštěvníci.

Pondělí 17. 11.

ORANGUTAN KAWI SLAVÍ

Naše listopadové mládě bude mít 5. narozeniny a my jsme pro něj nachystali oslavu. Buďte u toho! Program v pavilonu Indonéská džungle.

Sobota 29. 11.

ZOOŠKOLA PRO DOSPĚLÉ NA TÉMA ZBAVTE SE FOBÍ

Mnoho z nás trpí v dospělosti iracionálním strachem z některých zvířat - např. hadů či pavouků. Je vědecky dokázáno, že fobie jsou z velké části naučené a jejich prožívání lze zmírnit. Zkušené lektory vás seznámí s obávanými tvory a vysvětlováním a postupným seznamováním se pokusí nahradit negativní pocity pozitivní zkušeností do dalšího života.

Neděle 30. 11.

SLAVNOSTNÍ ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMKU A OSLAVA 15. NAROZENIN ALEUTA A GREGORA

Zúčastněte se slavnostního rozsvícení vánočního stromu a užijte si bohatý program plný vánoční atmosféry. Od 15.30 do 16.30 bude možné zakoupit si zvýhodněnou vstupenku do zoo za 50 Kč. Na vstupné nelze aplikovat další slevy. Vztahuje se pouze na slavnostní program rozsvícení vánočního stromu.

Bližší informace získáte na tel. 296 112 111, pr@zoopraha.cz, www.zoopraha.cz, www.facebook.com/zoopraha

Kalendář akcí připravila Petra Fořtová



2X FOTO: PETR HAMERNÍK, ZOO PRAHA

INZERCE

**HLEDÁTE BYT?**

Založte si poptávku
a dostávejte info o novinkách
a "podpultovkách" jako první



Pob. N. Butovice Tel. 604 133 108



Slivenec, ul. Ke Smíchovu
Prodej stavebního pozemku 704m²
s projektem na výstavbu rodinné vily.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Jinonice, ul. K Rovinám
Prodej bytu 3+kk, 70m² + lodžie.
Hledáme další byty v Praze 5.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Jinonice, ul. Schwarzenberská
Prodej prostorného bytu 3+kk, 133m²,
2 balkony, sklep a garáž, stání.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Praha 6, ul. Ciolkovského
Prodej bytu 2+kk, 42m² + velká
komora na patře.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Stodůlky, ul. Mohylová
Prodej bytu 2+kk, 43m², 4 min. chůze
od metra B – Lužiny.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Kobylisy, Praha 8
Prodej bytu 2+1, 63m² se zaskl. lodžii
a zděným sklepem v klidné ulici.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Ceny nemovitostí
se neustále mění

ODHAD CENY BYTU

DĚDICKÉ ŘÍZENÍ
ODHAD TRŽNÍ CENY

Pob. N. Butovice odhad@chirs.cz



VYZKOUŠEJTE NÁS V PRAXI

Registrujte se na jakoukoliv
prohlídku



Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Hlubočepy, ul. Voskocova
Prodej bytu 2+kk, 42m².
Hledáme další byty v Praze 5.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



NA PRODEJ stavební pozemek

3 725m²

Praha 5 - Slivenec

Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



HLEDÁME BYT KE KOUPI

v ul. Kettnerova
2+kk, 3+kk, panel

Pob. N. Butovice Tel. 604 133 108



Rudná (metro Hůrka 13 min.)
Prodej ubytovacího zařízení 18+3,
435m², pozemek 1369m².

Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



V. Ohrada, ul. Janského
Prodej bytu 3+kk/L, po rekonstrukci
s volným výhledem do přírody.

Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



HLEDÁME BYT KE KOUPI

v ul. Piškova, ul. Amforova
2+kk, 3+kk, panel

Pob. N. Butovice Tel. 604 133 108



Stodůlky, ul. Kettnerova
Prodej prostorného stavebního bytu
3+kk, 90m² se 2 lodžii.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Řeporyje, ul. Kakosova
Prodej prostorného bytu 2+kk, 70m²
+ balkon, sklep a garážové stání.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Praha 6, ul. Ciolkovského
Prodej bytu 3+1 s lodžii, 71m².
Hledáme další byty v Praze 5.
Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Vyřešíme exekuce, dluhy
a složité právní situace.
Praha 5 nebo Praha 6

Pob. N. Butovice Tel. 604 133 108



HLEDÁME BYT KE KOUPI

byt 95 až 150m²,
v Praze 13 - Stodůlky, Jinonice

Pob. N. Butovice Tel. 775 755 509



Velký stromek, malý byt? Vyměňte byt za větší!



KŘÍŽOVKA, SOUTĚŽ

Koněpruské jeskyně najdeme v západní části Českého krasu. Se svými třemi jeskynními patry tvoří ...TAJENKA v Čechách. Najdete zde krápníkovou výzdobu, ale i někdejší penězokazecovou dílnu. Prohlídka s průvodcem trvá zhruba hodinu a čeká vás celkem 530 schodů. Cesta z Prahy 13 vám bude autem trvat asi kolem 45 min.

Říjnová tajenka: Kde se usadili první Slované

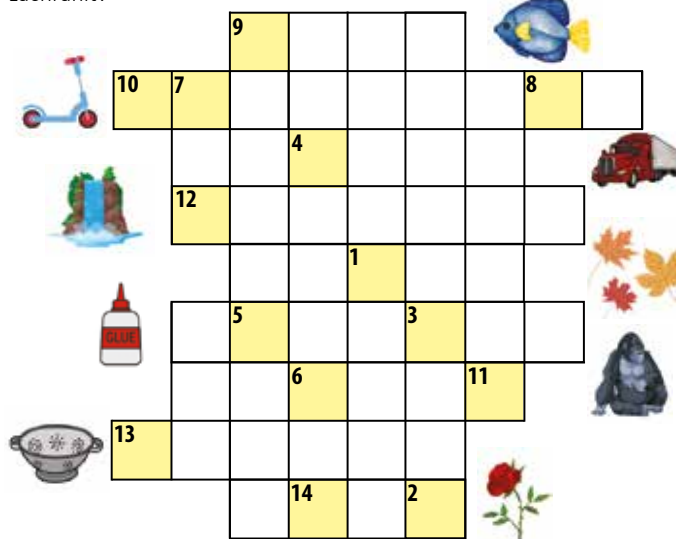
Výherci: Ivan Trnka; Jan Kubata; Jan Hošek



stop	OTÁZKA 1. PÁDU	PRIMÁT	MINCE	stop	HOD	OSOBNÍ ZÁJMENO	2. DÍL TAJENKY	JAVOR (LATISKY)
DRUH ÚČESU				V TROJI NAROZENÁ GORILA				
				EVROPA				
PTÁK								
stop	ČLOVĚK HLEDAJÍCÍ VODU	SÍŤ (ANGL.) 1. DÍL TAJENKY				PŘEDLOŽKA		
						OBCHOD PRO KUTILY		
KMÍNEK				NAHNĚDLÁ BARVA				
				LOVKYNĚ PEREL				
FORMA KORÓZE				SPOJKA				FRANCOVKA
				ČISTÍCÍ PROSTŘEDEK				
TYČ K VOZU			PUČÁLKOVIC ZÍRAFA					
			KTERÉ (KNIŽNĚ)					
HRDINA (BÁSNICKY)						MPZ VOZIDEL NIZOZEMÍ		
						TENISOVÝ ÚDER		
U NÁS VZÁCNÉ ŽENSKÉ JMÉNO				KVALITNĚJI				
				LISTNATÝ STROM				
MROŽÍ ZUBY				NEOBUTA				
				NULA				
ČESKÉ MĚSTO			ÚTVARY V ÚSTECH					VÝROBCE KOŽEŠIN
			PLANETA					
MASOVÝ POKRM						SPORTOVNÍ ZKRATKA		
						LYŽE		
stop	INICIÁLY HERCE VRCHOTY	ON (NĚMECKY) NÁZEV ZN. DUSÍKU				VELKÁ MNOŽSTVÍ ČÁST RALLYE (ZKR.)		
TAŽNÁ LOĎ								
MIMO (NĚČEHO)				ROČNÍ OBDOBÍ				

Petr Šimek

Křížovka pro děti: Pohádka ...TAJENKA z roku 2015 je inspirována stejnojmennou pohádkou od Boženy Němcové. Mladá dívka a sestra Bohdanka se pokusí zachránit všechny své bratry, kteří byli uvaleni do tajemné kletby a mění se v ptáky. Podaří se Bohdance své bratry zachránit?



Správná odpověď z října: Křížovka - láska je vždy silnější

Věcnou cenu dostanou: Veronika Santana; Sofie Palla



Volnou vstupenku do pražské zoo dostanou:

Karolína a Ondřej Kalfusovi; Michal Procházka; David a Filip Klíč



Volnou vstupenku do pražské botanické zahrady dostanou:

Kristýna Čánská; Anna Benešová; Mirka Humplíková

Soutěžní otázky na listopad:

- 1) Kdy a kde se uskuteční Stodůlecký folklorní ples s Lučinkou?
- 2) Jaké organizaci byl předán výtěžek z dobrovolného vstupného z akce Reuse Day?
- 3) Kdy se bude konat Vánoční jarmark na radnici MČ Praha 13?

Správné odpovědi na říjnové otázky:

- 1) Ideathon proběhne 21. a 22. listopadu 2025 v KD Mlejn.
- 2) Na koncertu zazněly skladby J. S. Bacha, V. Smetany a dalších.
- 3) Film Starci na chmelu měl premiéru 16. října 1964.



Poukázku v hodnotě 500 Kč do HP Globus Zličín získávají:

Petra Jandová; Lukáš Boubín

Dětskou křížovku a soutěž připravila Petra Fořtová

Tajenku křížovky a odpovědi do Čtenářské soutěže zašlete do **20. listopadu** na adresu redakce: ÚMČ Praha 13, redakce STOPu, Sluneční nám. 2580/13, 158 00 Praha 13 nebo na e-mail: soutez@praha13.cz. Výherci budou informováni o termínu vyzvednutí výhry e-mailem nebo dopisem.

Vychází měsíčně kromě července a srpna

Vydavatel:

Rada MČ Praha 13

Sluneční náměstí 2580/13

158 00 Praha 13

Registrace: MK ČR E 12088

IČO: 00241687

Redakce:

Sluneční náměstí 2580/13

158 00 Praha 13

Tel. 235 011 217

E-mail: stop@praha13.cz

Redakční rada:

Mgr. Lucie Steinerová

Mgr. Tomáš Tesarčík

Mgr. Jan Šafir

Daniela Třasáková

Bohdan Pardubický

Redakce a inzerce:

Mgr. Lucie Steinerová

Petra Fořtová, Andrea Říčková,

Ing. Aleš Vrana, Kristýna Říčková

Grafická úprava, zlom a tisk:

Český Domov Media House, s.r.o.

Distribuce:

Český Domov Media House, s.r.o.

Uzávěrka tohoto čísla:

13. 10. 2025

Za obsahovou správnost příspěvků

a inzerátů ručí autor. Nevyžádané

příspěvky a fotografie se nevracejí.

Redakce si vyhrazuje právo krátit

a upravovat příspěvky po stylistické

stránce.

Toto číslo vyšlo dne 31. 10. 2025 v nákladu 33 500 výtisků, 40 stran, ZDARMA.

Objednávka řádkové inzerce:

Petra Fořtová

tel. 235 011 229

inzerce@praha13.cz

Objednávka plošné inzerce:

Iveta Šavelová

tel. 724 274 181

iveta.savelova@ceskydomov.cz

Ceník inzerce a další informace najdete

na www.praha13.cz/inzerce.

METROPOLE
ZLIČÍN

Dárková
karta

METROPOLE
ZLIČÍN

DÁRKOVÁ KARTA, KTERÁ POTĚŠÍ KAŽDÉHO

Udělejte radost svým blízkým
dárkovou kartou v hodnotě 500–6 000 Kč.

Více info na www.metropole.cz