

stop

březen 2023



STODŮLECKÝ POŠEŇ
Zpravodaj městské části Praha 13

V mnoha jazycích je název měsíce odvozen od latinského slova Februarius, což je připomínka očistných svátků februa, které se ve starověkém Římě konaly v polovině února. Český název se vztahuje k slovesu nořiti, respektive k jeho starší podobě unořovati. Už od dob národního obrození se význam slova únor vykládá tak, že jde o měsíc, v němž dochází k oblevě, lámou se ledy a noří se do vody. Pro letošní zimu je ovšem pravda taková, že nemělo co se lámat a někam nořit, jelikož opravdu pořádný mráz s sebou přinesl právě až únor. To, že máme z útrobu šatních skříni vyndat teplé bundy, šály, čepice i rukavice oznámila pěkně zoztra nefalšovaná sněhová bouře, která udeřila ještě před Hromnicemi. Následný několikadenní silný vítr a štipavý mráz by ale podle lidových pranostik mohly přinést hojnou úrodu a také dostatek medu. Sotva učitelé na třináctce rozdali svým svěřencečkům a svěřencům pololetní vysvědčení, pustili se do příprav dnů otevřených dveří. Některé z našich škol nenechaly nic náhodě a otevřely své dveře již v únoru ve snaze ukázat se budoucím prvňákům a jejich rodičům v nejlepší světlo.

Návštěvníci si tak mohli prohlédnout prostory školy, vybavení tříd i odborných učeben, nahlédnout do jednotlivých vyučovacích hodin a pohovořit s vedením. Na tomto místě se sluší říct, že všechny školy v naší městské části se mohou chlubit kvalitními a zkušenými pedagogy, moderním vybavením a vzdělávacími programy, které mají rozhodně co nabídnout. Někde spojili den otevřených dveří s první z cyklu přípravných dílniček pro budoucí školáčky. Na těchto dílničkách si děti nenásilnou formou vyzkouší roli žáka a díky didaktickým hrám vyřeší úkoly například z matematiky a jazykové výchovy. Svátek svatého Valentýna, který je s únorem také spjatý, u nás zatím příliš hluboké kořeny nezapustil, byť se nás obchody dlouhou dobu před ním snaží přesvědčit o opaku. Na druhou stranu, říct někomu, že ho máme rádi a oblažít jej malou pozorností, není na škodu nikdy. Daleko větší tradici má v našich krajích masopust a ani třináctka nezůstala s oslavami pozadu.

Kulturní dům Mlejn ožil několikadenním masopustním veselím, při němž si



mohli zájemci pod vedením Folklorního souboru Lučinka vyrobit masku nebo hudební nástroj, aby je bylo v následném průvodu náležitě vidět a slyšet. V restauracích Mlejn a Staré kino se nabízely tradiční zabijačkové pochoutky a ve Spolkovém domě jsme si mohli zatančit

při živé hudbě. O velkolepý závěr se postaral průvod masek s chůďaři a živou muzikou, při němž se návštěvníci dovedli leccos o masopustních tradicích a stali se svědky vyhlášení nejlepší masky. Podobné oslavy pořádaly taky školy a školky napříč celou městskou částí. Paní učitelky při nich jistě nezapomněly dětem připomenout další únorovou událost – svátek svatého Matěje a s ním spojené zahájení legendární Matějské pouti na pražském Výstavišti. To je, panečku, tradice pořádná. Za prvé, první záznam o konání poutí ke kostelu sv. Matěje pochází již z roku 1595 a za druhé se jedná o první jarní pout' v Praze. Je to taky báječná příležitost nechat starosti u vstupní brány a na chvíli se zase stát dítětem. Ať to stojí, co to stojí ☺.

Andrea Říčková

Redakční uzávěrky zpravodaje STOP:

Pro rok 2023 jsou termíny uzávěrek jednotlivých vydání zpravodaje STOP následující (v závorkách je uvedeno, kdy dané číslo vychází):

- duben** – 13. 3. (31. 3.), **květen** – 11. 4. (28. 4.), **červen** – 15. 5. (2. 6.), **září** – 14. 8. (1. 9.), **říjen** – 11. 9. (29. 9.), **listopad** – 9. 10. (27. 10.), **prosinec** – 13. 11. (1. 12.), **leden 2024** – 11. 12. (29. 12.)



Zápis do prvních tříd

Termín zápisu do prvních tříd základních škol Prahy 13 pro školní rok 2023/2024 byl stanoven na **čtvrtek 13. dubna od 13 do 18 hodin** a na **pátek 14. dubna od 13 do 17 hodin**. Aplikace pro přihlašování dětí bude v základních školách zpřístupněna přibližně dva týdny předem.

Zápis do mateřských škol

Termín odevzdání vyplněných přihlášek pro přijetí k předškolnímu vzdělávání byl pro školní rok 2023/2024 stanoven na **středu 3. května od 13 do 17 hodin**. Školským obvodem pro všechny mateřské školy MČ Praha 13 je celé území městské části. Z toho vyplývá, že všechny mateřské školy MČ Praha 13 jsou spádové. Dítě s místem trvalého pobytu v Praze 13 má při přijímání přednost. Povinnost přihlásit dítě k předškolnímu vzdělávání mají zákonní zástupci, jejichž dítě do začátku školního roku dovří 5 let. Podrobnější informace včetně možnosti předem si vyplnit potřebné dokumenty je možné získat na internetových stránkách jednotlivých mateřských škol. Aplikace pro přihlašování dětí bude v mateřských školách zpřístupněna přibližně dva týdny předem.

Jan Šafir, vedoucí odboru školství

Zápis do Základní školy Lužiny

Zápis do 1. ročníku Základní školy Lužiny, Praha 5, Trávníčkova 1743, výhradně jen pro žáky s lehkým mentálním postižením (MP), a to i v kombinaci s dalším postižením, se koná jednotlivě ve dnech **18. až 21. dubna** v odpoledních hodinách. Přesný den a hodinu zápisu je třeba si rezervovat v rezervačním systému (adresa bude zveřejněna na www.zsluziny.cz). Termín si lze domluvit také telefonicky u ředitelky školy - tel. 235 522 156. K zápisu s sebou vezměte občanský průkaz, rodný list dítěte a doporučující posouzení SPC nebo PPP (případně rozsudek o svěřeni dítěte do péče). Pro bližší seznámení s naší školou využijte Den otevřených dveří 8. března od 8.00 do 11.40 hod. **Žáky s těžším MP škola nyní nepřijímá, povolená kapacita je již vyčerpána.**

Věra Kozohorská, ředitelka školy

Změny na Úřadu práce ČR

Od pondělí 20. 2. 2023 došlo k přemístění oddělení zprostředkování, evidence a PvN KoP v Praze 5 ze Štefánikovy ulice na novou adresu: Radlická 2000/3, Praha 5. Dochází ke změně úředních hodin. V úterý, ve čtvrtek a v pátek není úřední doba pro klienty. Zaměstnanosti se tato změna netýká. Od 1. 2. 2023 mohou lidé volající na bezplatnou linku (800 77 99 00) nově zjistit, jak daleko je zpracování jejich žádosti o konkrétní dávku, nebo kdy mohou očekávat peníze. -red-

Řidičské průkazy

Standardní lhůta pro vydání nového řidičského průkazu je 20 dnů. **V Praze tuto agendu zajišťuje výhradně Magistrát hl. m. Prahy.** Žadatelé musí navštívit Odbor dopravně správních činností Magistrátu hlavního města Prahy na adrese: **Na Pankráci 1685, Praha 4 (administrativní budova Business Centre Vyšehrad), tel. 236 005 490.** K návštěvě přepážky registru řidičů se můžete objednat také přes internet (www.praha.eu) a rezervovat si termín odbavení dle vašich časových možností. Řidičské průkazy, jejichž platnost skončila v době nouzového stavu, budou platné po dobu deseti měsíců od skončení jejich platnosti. -red-

Pane starosto, zvyšující se životní náklady i ceny energií ovlivňují nás všechny, v jakých situacích radnice může pomoci?

Radnice je zde pro všechny obyvatele naší městské části a naším úkolem je tvořit komfortní prostředí a zajištění komplexní infrastruktury i služeb pro širokou veřejnost. Pokud se někdo z vás dostane do tíživé situace, může se na radnici kdykoli obrátit a my se budeme maximálně snažit najít cestu k smysluplnému řešení. Je zde k dispozici bezplatná právní poradna, stačí se objednat na informační lince a právní pomoc vám na úřadě poskytnou odborníci zdarma. Informační telefonní linka slouží k rychlému zodpovězení otázek, co všechno lze na našem úřadu vyřídit nebo vás přepojí přímo na příslušný odbor. V současné době se v souvislosti s povinností zřízení datových schránek zvýšila návštěv-

nost živnostenského odboru. Většina klientů žádá o zrušení pozastavených živnostenských oprávnění nebo o zrušení své podnikatelské činnosti z důvodu, že ji již několik let nevykonává. Srovnám-li čísla s minulým rokem, zájem o zrušení živnosti je aktuálně desetkrát vyšší.

Abychom zjednodušili přístup ke kompletním informacím o spolcích či organizacích, které v městské části poskytují sociální péči, vydali jsme nový Katalog poskytovatelů sociálních a návazných služeb. V přehledné publikaci si tak každý, kdo hledá pomoc pro sebe či své blízké, může jednoduše najít kontakty na příslušné organizace nebo spolky. Katalog je rozčleněn podle cílových skupin, tedy pomoc pro seniory, děti, mládež, rodinu, zdravotně hendikepované nebo cizince. Velmi cenné jsou zde také kontakty na poradny v případě krizových životních situací. Katalog je zveřejněn na webových stránkách radnice a také v tištěné podobě bude distribuován na místa, kde pomůže nejvíce.

Pomáháme také kulturním a sportovním organizacím. Udržet volnočasové aktivity pro všechny skupiny obyvatel finančně dostupné není v současné době jednoduchá záležitost, a právě proto jsou zde dotační programy. Kulturních organizací, sportovních klubů a dalších volnočasových spolků

v naší městské části působí kolem stovky a Rada městské části již schválila pravidla dotačních programů pro rok 2023. Systém poskytování dotací pro oblast kultury, sportu a volného času je zveřejněn na webu Prahy 13 a dělí se na dva hlavní programy – podpora celoročních aktivit a spolupřátelství akcí pro veřejnost. Jde o především sportovní kluby a kulturní spolky, které celoročně připravují volnočasové aktivity pro všechny věkové kategorie našich obyvatel. Právě teď si mohou v rámci jednoduchých pravidel požádat o dotace na svou činnost. Vedle toho jsme připravili balíček mimořádných dotací na pokrytí například se zvyšujících provozních nákladů. Chceme zachovat volnočasové aktivity na třináctce finančně dostupné co nejširší veřejnosti, a proto jsme v rozpočtu vyhradili finance, které organizacím pomohou. Zvýšené ceny elektřiny a plynu i vysoká inflace dramaticky ovlivňují provozní náklady. Ať už mají organizace své vlastní zázemí nebo jsou v nájmu, náklady rostou všem a my se snažíme maximálně pomoci. Aktivní využití volného času je velmi důležitou součástí péče o zdraví a životní pohodu. Každá organizace nabízející tyto aktivity pro děti a mládež, seniory a dospělé, může na radnici požádat o dotaci na provozní výdaje, které se týkají především nákladů na energie, plyn, vodu



nebo nájemné, které zvýšení cen zahrnuje. Žádosti o tyto dotace je možno podávat stejnou formou jako u standardních individuálních žádostí o dotace. Druhá část dotací spočívá ve spolupřátelství a organizační pomoci při nekomerčních akcích, které pro veřejnost pořádají neziskové subjekty.

Radnice je tu pro vás, neváhejte se na nás obrátit a společně se budeme snažit hledat smysluplná řešení.

Ing. David Vodrážka
starosta Prahy 13
Sluneční náměstí 13, 158 00 Praha 13,
tel. 235 011 212 nebo 235 011 202,
e-mail: vodrazkad@praha13.cz,
internet: www.praha13.cz



OBSAH ČÍSLA

• JAK TO BYLO V ÚNORU, SDĚLENÍ ÚŘADU	STRANA 2
• PŘÍMÁ LINKA	STRANA 3
• INFORMACE Z RADNICE	STRANA 4
• TÉMA STOPU	STRANA 5
• KALEIDOSKOP	STRANA 6-7
• RADNICE SE PŘEDSTAVUJE - ODBOR KANCELÁŘ STAROSTY	STRANA 9
• ŠKOLY	STRANA 10-12
• SPORT	STRANA 13
• ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ	STRANA 14-15
• STŘÍPKY ZE ŠKOL A ŠKOLEK	STRANA 16-17
• HASIČSKÉ OKÉNKO, VAŠÍM OBJEKTIVEM	STRANA 18
• STALO SE V ÚNORU, ODPOVÍDÁ PSYCHOLOG	STRANA 19
• POMÁHAJÍ DRUHÝM	STRANA 20
• MLEJN - PROGRAM	STRANA 21
• TOULKY	STRANA 22
• NAŠÍ SENIOŘI	STRANA 23
• INZERCE	STRANA 24-26
• KALENDÁŘ AKCÍ	STRANA 27-30
• SOUTĚŽE	STRANA 31

Uzávěrka příštího čísla: 13. 3.

Distribuce: 31. 3. – 7. 4. 2023

KONTAKTY

Úřad městské části Praha 13, Sluneční náměstí 13/2580, 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@anobudelizp.cz http://praha13.anobudelizp.cz
Občanská demokratická strana.....	ticha.ludmila@seznam.cz www.odspraha13.cz
Praha13Sobě.....	Pavel Podzemský pavel.podzemsky@email.cz
SEN 21 a Společnost proti developerské výstavbě v Prokopském údolí.....	Vojtěch Nitra vojtechnitra@gmail.com
SPD, Trikolora a nezávislí kandidáti pro Prahu 13.....	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.zelenipirati13.cz, tomas.murnak@pirati.cz



Den zdraví 2023 – nabídka spolupráce



V červnu se uskuteční další ročník velmi oblíbené akce *Den zdraví*, která je zaměřena na širokou veřejnost. Je určena pro všechny, kteří mají zájem pečovat o své zdraví a chtějí se dozvědět novinky v oblas-

tech zdravého životního stylu, sportu, zdravého stravování a celkové prevence. Jste společnost, spolek či firma, která se uvedeným oblastem věnuje a máte zájem stát se vystavovatelem? Velmi rádi Vám dáme příležitost se prezentovat a do akce se také aktivně

zapojit. Pro bližší informace jsme Vám k dispozici na e-mailu: zelenkovah@praha13.cz, tel. 235 011 615.

Vít Bobysud, místní Agenda 21

Virtuální klub rodina v novém kabátě



Virtuální klub rodina funguje v naší městské části již od června 2020. Své brány od 1. března 2023 nově otevírá široké veřejnosti, všem rodinám z Prahy 13, které mají zájem o aktivity realizované městskou částí a aktivně se chtějí zapojit do dění, která ovlivňují místo kde žijeme. Registrací mimo jiné získáte pravidelné informace o akcích a benefitech pro rodiny s dětmi v Praze 13, informace o volnočasových aktivitách, exkurze pro členy klubu a mnohé další. Do klubu

KARTA ČLENA
VIRTUÁLNÍHO KLUBU PRAHY 13

JMÉNO:

PŘÍJMENÍ:

ČÍSLO KARTY:

VIRTUÁLNÍ KLUB - RODINA

se lze zapsat vždy v pondělí od 12.00 do 15.00 a ve středu od 8.00 do 11.30 v přízemí v kanceláři číslo 118. Při registraci obdrží každý nový člen dárek. Klub je realizovaný místní Agendou 21 a odborem sociální péče a naplňuje principy *Koncepce rodinné politiky*, jejímž cílem je podpora rodiny a vytvoření prostředí celkově přátelského k rodině.

Vít Bobysud, místní Agenda 21



FOTO: KATEŘINA KAŠPAROVÁ

II. Velká květnová Voříškiáda

Již podruhé se sejdou majitelé, milovníci a přátelé voříšků všech velikostí a barev na unikátním srazu – v sobotu 13. května v krásném Centrálním parku Prahy 13, jen kousek od stanice metra Lužiny.

VIP Patronem je opět Karel Voříšek, známý TV moderátor – nikoho lepšího si na tuto roli ani nemůžeme přát! Známych tváří ovšem dorazí daleko víc a budou mít zásadní úlohu – každou hodinu vyberou přímo na akci 3 NEJ voříšky, které představí přímo na pódiu a ti pak dostanou i atraktivní ceny od partnerů akce.

Psí bar i tombola pro útlukáčky

Významný je i charitativní dopad celé akce – pořádá ji přímo spolek Kočičí a psí azyl, který provozuje a podporuje útulky po celé ČR a přímo na místě budou i další psí útulky. Přineste jim tedy něco dobrého na zub, hračku či další potřeby, které třeba už doma nevyužijete... Útlukáčci určitě budou mít radost!

Na místě budou samozřejmě i nejrůznější stánky a poradny pro pejskaře (o výcviku, výchově, zdraví, krmení...) a premiéru bude mít ochutnávkový MARP BAR pro pejsky!

Vše o akci najdete na: www.vorisici.cz.

Kateřina Kašparová, pořadatelka akce



Soutěž v angličtině

Pod záštitou starosty Davida Vodrážky a Městské části Praha 13 se v ZŠ s RVJ Bronzová uskuteční soutěž *Go ahead with english*. Soutěž je určena pro žáky 5. tříd základních škol. V úterý 28. března od 8.30 proběhne registrace, samotná soutěž začne v 9.00.

Pro všechny zúčastněné bude připraveno občerstvení a doprovodný program. Přihlášky zasílejte pouze elektronicky na e-mailovou adresu ajsoutez@zs-bronzova.cz. Více na www.zs-bronzova.cz. ZŠ Bronzová



Uklidme Prahu 13

MČ Praha 13 se letos opět zapojí do čisté dobrovolnické akce *Uklidme Česko – Uklidme Prahu 13*. Pravidelné úklidové akce přerušily na čas karantény, ale nyní bychom zase rádi pomohli uklízet veřejná prostranství v místě, ve kterém žijeme a pracujeme. Dobrovolnická úklidová akce probíhá na území celé České republiky. Jejím cílem je uklidit nelegálně vzniklé černé skládky a nepořádek. Srdcem akce jsou dobrovolní organizátoři místních úklidů. To jsou lidé, kteří se chopí odpovědnosti a ve svém volném čase zorganizují úklid v místě, které si sami určí. Od začátku až do konce se pak starají o hladký průběh akce. Hlavní organizátor www.UklidmeCesko.cz jim k tomu poskytuje know-how, pevné pytle na sebráný odpad a další potřebnou podporu. Pro zájemce o zorganizování úklidové skupiny je více informací na www.uklidmecesko.cz/about/zakladniInformace/. Hlavní jarní úklidový den bude 1. dubna 2023, ale již nyní si můžete naplánovat a zaregistrovat svoje úklidy.



I když jste si schopni úklidové pomůcky zajistit sami, přesto budou hlavní organizátoři potěšení, pokud si na jejich webu svůj úklid zaregistrujete: www.uklidmecesko.cz. Vzhledem k medializaci akce a širokému povědomí se tak o vašem zaregistrovaném úklidu dozví tisíce možných dalších dobrovolníků.

MČ Praha 13 tuto akci velice vítá a podporuje. Vytvořené a u hlavního organizátora akce zaregistrované skupiny (z podniků, občanských spolků, společností SVJ, škol apod.) se mohou hlásit na odboru životního prostředí u Dany Céové, ceovad@praha13.cz, tel. 235 011 474. Pokud se na nás předák některé úklidové skupiny obrátí, rádi případně pomůžeme vytipovat vhodnou lokalitu k úklidu a po akci odvezeme z domluveného prostranství pytle se sebráným odpadem. Můžeme předem poskytnout i malé množství pytlů na sebráný odpad. Váš úklidový den nemusí být nutně na apríla, můžete si zvolit i jiné datum a my se rádi postaráme o odpady, které seberete. Pokud nám navíc pošlete fotografie a pár řádek o dění při úklidu, rádi o Vás napíšeme ve STOPU.

Těší nás, že někteří spoluobčané z Prahy 13 uklízí sami a dobro-

volně během celého roku. Požádají nás o pytle na odpad nebo pošlou fotografii, kde sebráné odpadky zanechali. Těto iniciativy si velmi vážíme a děkujeme všem, kterým záleží na čistotě a pořádku ve veřejném prostoru. Jiní naopak nepořádek bezohledně vytvářejí. Při vynášení odpadků z domova do kontejnerů jim mnohdy něco upadne a málokdo svá záda pro odpadky sehne. Jindy vidíme, že někdo kontejner po sobě ani nezavře a pak vítr volně roznáší odpadky po okolí. Někomu zase lenost nedovolí navštívit méně plný kontejner třeba jen o jeden metr dál a odpadky vysype do přeplněné nádoby, kterou pak zavřít už nelze. Hodně nás trápí i černé skládky ve veřejné zeleni.



Jednu z nich jsme například nedávno likvidovali v okolí zimního stadionu Bronzová na Lužinách. Co vše bylo nutné odklidit se ani slovy nedá popsat. Odbor životního prostředí zajišťuje úklid odpadků z ploch veřejné zeleně výsběrem 3x týdně. V této frekvenci jsou obsluhovány i venkovní odpadkové koše. Většinou to nestačí, protože koše obsahují objemný domovní odpad, což je nepřípustné. Koše jsou ve veřejné zeleni určeny pouze k odložení drobného odpadu při procház-



kách po sídlišti. Do košů nepatří krabice od zboží, od jídla ani PET láhve od nápojů. Domovní odpad je nutné třídit a odkládat do připravených barevných sběrných nádob ze systému hl. města Prahy. Směsný komunální odpad je nutné vždy odkládat pouze do černých kontejnerů příslušejících k jednotlivým domům.

Dana Céová





Předání prstenů vítězům hokejbalové extraligy

Vedení radnice Prahy 13 přivítalo v obřadní síni hokejbalisty HC Kert Park Praha, vítěze hokejbalové extraligy 2022. Starosta David Vodrážka spolu s místostarostkou Marcelou Plesníkovou předali hráčům prsteny pro vítěze. „Hokejbalisté HC Kert vyhráli extraligu po páté za sebou, což je velmi obdivuhodný výkon a bylo mi ctí se opět se všemi členy týmu osobně setkat. Vyhrát jednou je skvělý úspěch, ale vítězství obhájit a dlouhodobě udržovat výsledky na nejvyšší špičkové úrovni je mnohem těžší. Jsem hrdý na to, že hokejbalový klub z Prahy 13 je nejlepším v republice,“ poděkoval hráčům starosta a popřál klubu další úspěšné roky.

Lucie Steinerová



Výstava obrazů

V atriu radnice se konala výstava obrazů Michaely Leglerové, kterou návštěvníci mohli zhlédnout až do 24. února. Autorku nejvíce inspiřují procházky Prahou a také přírodou. Pracuje jak s akrylovými, tak s olejovými barvami. Výtěžek z výstavy paní Michaela Leglerová věnuje na charitativní účely a činnost organizace Mary's Meals.

Mary's Meals je mezinárodní charitativní organizace, která poskytuje dětem v nejhudších zemích světa jedno jídlo denně v místě vzdělávání. Tato organizace je z drtivé většiny založena na dobrovolnících, a to v dárcovských i programových zemích. Jídlo se vyrábí z místních surovin.

Náklady na jedno dítě představují 459 Kč na celý školní rok. Jídlo od Mary's Meals nyní dostává přes 1 600 000 dětí v 19 zemích světa.

Lucie Steinerová



Kulaté jubileum

V pondělí 6. února se Domov třetího věku Zity Kabátové oblékl do slavnostního. Své 100. narozeniny zde oslavila paní Hana Praská (4. 2. 1923) z Prahy 13. Šlo o první stovku slavenou v domově, který své brány pro klienty otevřel v roce 2019. S gratulací přišli nejen klienti a zaměstnanci domova, ale i starosta David Vodrážka.

„Ne každý den mohu někomu popřát ke stým narozeninám. Je krásné, že se paní Hana dožila takového úctyhodného věku v tak skvělé kondici. Po mém příchodu jsem oslavenkyni hledal, ale že je to právě tato paní, bych si opravdu netipnul, na svůj věk vypadá skvěle,“ řekl David Vodrážka.

Paní Hana patří mezi první obyvatele domova a jak sama říká, žije se jí zde velmi dobře. Do Prahy přišla jako dámská krejčová, aby se zde zdokonalila ve své práci a již tu zůstala. Paní Haně přejeme vše nejlepší a hlavně pevné zdraví.

Petra Fořtová



Mlejn ožil masopustním veselím

Masopustní hodování, tematické dílny nebo průvod maškar, to vše jste mohli zažít od 19. do 21. února ve Mlejní a blízkém okolí. Pod vedením Folklorního souboru Lučinka se na nedělních dílnách někteří z vás zúčastnili vyrábění masek, hudebních nástrojů nebo se mohli naučit tradiční masopustní písně a tance.

V pondělí se masopustní veselí přesunulo do restaurace Mlejn a Staré kino, kde jste si mohli pochutnat na tradičních i netradičních zabijačkových pochoutkách jako jsou jitrnice, prejt, ovar nebo zabijačkový guláš.

Oslavy vyvrcholily v úterý 21. února maškarním průvodem, který vyšel v 17 hodin z Centrálního parku (hřiště u sovičky). Společně s chůďaři z divadla 100 opic, maskami, muzikou a tanečnicí z Lučinky jsme se vydali ke Mlejnu, kde průvod zakončilo masopustní taneční pásmo symbolickým pochováním basy a vyhlášením nejlepší masky.

Aleš Vrana



Luka Living
PATŘÍŽENSKÉ
BŘEZEN

SMÉNÁRNA BENU MEX BODÉ ZÁSOBY Allianz alzaBox mBank

TESCO Laundry 24h RESSMANN KADERNĚTVÍ KAD FARMÁRI LUK

MARKET MIRA TIMO DRIE RITAL FOOD OX Point EPPL TRAFICON GRANDUM Dáme market

BARVÁM NEUTECES

ZAŽIJ NEJBAREVNĚJŠÍ BĚH SVĚHO ŽIVOTA!

PRAHA 10. 6. 2023

REGISTRUJ SE
WWW.BARVAMNEUTECES.CZ

marketingový partner: **BP ACTION** za podpory: **Městská část Praha 13**

Využijte benefitů programu ŠKODA Plus a vyberte si ze široké nabídky ročních vozů

Vyměňte svůj starý vůz za mladší z programu ŠKODA Plus a získejte přitom celou řadu benefitů.

Více informací o nabídce najdete na skodaplus.cz nebo vám rádi poradíme online či telefonicky.

ŠKODA Financial Services

Úvěr. Leasing. Pojištění. Mobilita.

Váš autorizovaný partner programu ŠKODA Plus:

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

K Vaším službám

auto STYL

ŠKODA PLUS

Měníme minusy ojetých vozů na plusy



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



Ilustrační fotografie



Znaškové pojištění



Nízká úroková sazba



Široká nabídka prověřených vozů



Výhodný výkup stávajícího vozu na protiúčet



Odbor, který patří k personálně největším odborům na radnici, je zřízený Radou městské části pro zabezpečení funkce starosty, místostarostů a ostatních dlouhodobě uvolněných členů zastupitelstva. Pověřenou vedoucí odboru je paní Petra Kadlecová, která nám jej blíže představila. To nejzajímavější a nejdůležitější z našeho vyprávění najdete v následujících rádcích.

Odbor kancelář starosty

Odbor kancelář starosty je členěný na sekretariát starosty, sekretariáty místostarostů, sekretariát předsedů výboru, oddělení tisku a informací a oddělení organizačně administrativní.

- Sekretariáty již z podstaty slova zabezpečují agendu starosty, místostarostů a předsedů výborů. Jejich zaměstnanci vykonávají sekretářské, informační a organizační služby, které souvisejí s výkonem funkce vedení městské části. To má své kompetence spravedlivě rozdělené. Starosta a jeho čtyři místostarostové odpovídají za činnost odborů, a tedy i za oblast, kterou daný odbor spravuje.

- Starosta třináctky odpovídá za strategický rozvoj, dále za odbory ekonomický, legislativně-právní, sociální péče, kontroly, stavební, útvary interního auditu a řídí a kontroluje příspěvkové organizace po ekonomické stránce.

- Místostarosta Petr Zeman má v gesci oblast majetku a investic, odpovídá za činnost odboru majetkového, bytového a investičního a dále za oblast kulturní, tělovýchovné a spolkové činnosti. Jeho sekretariát také vede agendu související s udělováním grantů v městské části v oblasti kultury, sportu a dalšího využití volného času. Místostarosta David Zelený zodpovídá za činnost v odboru dopravy, hospodářské správy, v oblasti správcovských firem a v oblasti bytové za činnost odboru majetkového bytového a investičního. Místostarostka Marcela Plesníková zodpovídá za činnost odboru školství a odboru životního prostředí. Místostarostka Ivana Todlová má v gesci oblast územního rozvoje a zodpovídá za činnost odboru informatiky.



- Kromě jiného sekretariáty například evidují a koordinují vyřizování stížností, oznámení a podnětů adresovaných starostovi a místostarostům, a hlavně zajišťují jejich řešení. Pro občany městské části organizují a připravují kulturní a sportovní akce konané pod záštitou starostů a místostarostů. Pro lepší představu je to například oblíbený *Koncert pro park, Pohádkový les, Hurá do školy* a v neposlední řadě *Festival volného času*. Pro občany připravují také výstavy a společenskookulturní vystoupení v budově radnice.



- Odbor věnuje velkou pozornost a péči seniorům z Prahy 13. Seniorům je nabídnuta maximální podpora v jejich aktivitách, v zájmu o udržení duševní i fyzické kondice a ve snaze být fit i v pokročilém věku. V přízemí radnice, v kanceláři číslo 118 se nachází Senior point, kde můžete získat veškeré důležité informace například o Seniorské obálce, registrovat se do Virtuálního klubu seniorů, vyzvednout Euroklíč a mnoho dalšího.

Pravidelně jsou realizovány akce jako je plavání, cvičení, hudební představení, osvětové akce, výlety a mnohé další. Týdně jsou registrovaným seniorům zasílány aktuality z naší městské části, kde se dozví o novinkách, akcích a benefitech které mohou využít. Pevné kluby seniorů i Virtuální klub seniorů Prahy 13 se těší velké oblibě, v současné době se počet jejich členů blíží k hranici devíti set registrovaných seniorů.

- Důležitou součástí odboru je také oddělení tisku a informací. Jeho vedoucí, paní magistra Lucie Steinerová, udržuje vztahy úřadu k tiskovým agenturám, hromadným sdělovacím prostředkům a veřejnosti. Poskytuje informace formou aktivního rozesílání tiskových správ a pravidelnou komunikaci s novináři i občany.

- Zaměstnanci oddělení vyřizují, ve spolupráci s jednotlivými odbory úřadu, dotazy občanů, a to včetně žádostí o informace dle zákona číslo 106/1999 Sb., o svobodném přístupu k informacím. Na základě tohoto zákona má právo o informaci požádat kdokoli, je však třeba postupovat v souladu se směrnicí, kterou je možné nalézt na webových stránkách úřadu.

- V informační kanceláři v přízemí radnice poskytnou pracovníci informace, které se týkají zejména rozmístění jednotlivých odborů a oddělení na úřadu a náplně jejich činnosti. Ochotně také seznámí občany s dalšími institucemi nejen v Praze 13, s jejich umístěním, kompetencemi a telefonickým spojením. Dotazy na informační kancelář lze pokládat osobně, telefonicky i e-mailem. Občané zde také mohou nahlédnout do tiskovin, map a informačních materiálů určených veřejnosti.

- Oddělení odpovídá za koncepci a obsah oficiálních webových stránek, facebookového profilu městské části, instagramového účtu a YouTube kanálu. Spolupracuje s redaktory televize TV 13.

- Ve spolupráci s redakční radou se zde vytváří koncepce a obsah informačního zpravodaje STOP. Jeho název je akronymem slov STOdůležitý Posel. Zaměstnanci redakce zajišťují autorské zpracování a příspěvky do zpravodaje, kompletní agendu inzerce a také dohlíží na kvalitu grafického zpracování a tisku. Z magazínu, který vyjma letních prázdnin vychází každý měsíc, získají čtenáři přehled o dění v naší městské části, dozví se novinky z radnice, ze škol a školek, ze sportu a mnoho dalšího. Vyluštěním křížovek se mohou účastnit slosování o zajímavé ceny. V neposlední řadě nabízí redakce STOPu možnost podání inzerátu. Časopis vychází v nákladu přes třicet tisíc výtisků a je doručovaný zdarma do všech domácností v Praze 13.

Andrea Říčková



Setkání Baltíků

Baví vás roboti a programování? Zapojte se do naší tvůrčí programovací soutěže Setkání Baltíků v Praze. Vytvořte příběh, hru, příání nebo cokoli jiného na zadané téma v libovolném programovacím jazyku (Baltík, Scratch, Python...), letos jsme zařadili nově i soutěžní robotickou kategorii. V sobotu 25. března pak proběhne prezentace přijatých soutěžních prací a vyhlášení výsledků soutěže, kde rádi uvidíme všechny příznivce programování a TIB. Podrobnější informace a podmínky soutěže najdete na www.soutez.tib.cz.

Monika Kuchtová, TIB, z.s.



Vědomostní soutěže v základní škole Mláď

Jako každoročně se v naší škole během zimních měsíců konají školní kola vědomostních olympiád. Soutěže *Olympiáda z anglického jazyka* se dokonce zúčastnilo bezmála 70 žáků ze 7. a 9. tříd. Všichni si vyzkoušeli práci s textem a ti, kteří prošli do ústní části, ukázali své dovednosti a svou nápaditost ve vyjadřování v cizím jazyce.

Všem zúčastněným velmi děkujeme. Vítězům obou kategorií, Filipu Jozífovi z 9.B a Evě Zavadilové ze 7.B, gratulujeme k postupu do obvodního kola, které se koná již tradičně v Domě dětí a mládeže na Praze 5.

Tímto děkujeme především paní učitelce Doubravce Matulové za kompletní přípravu celé soutěže, která má nejen v Praze 13 dlouholetou tradici a prestiž.

Za angličtinářky na 2. stupni Iveta Pichlová



Divadlo v Bronzovce žije

V našem divadelním kroužku máme mnoho talentovaných herců a šikovných kulisáků a také nadšených diváků, kteří se i letos připojili ke Klubu mladých diváků. V rámci klubu shlédneme během roku tři divadelní představení. Poprvé jsme se sešli v pondělí 9. ledna před Divadlem v Dlouhé. Čekala nás inscenace *Kouzelná flétna*. Pohádkový příběh plný komických situací se skvělým hudebním doprovodem nás zcela uchvátil. Dojem z celého představení doladily originální kostýmy a fantastické výkony herců, zejména Jana Sklenáře v roli Královny noci.

ZŠ s RVJ Bronzová



Kroužek první pomoci v ZŠ Mohylová

V naší škole nabízíme dětem nově otevřený kroužek první pomoci, který se koná každý čtvrtek od 15.45 do 17.15. Probíhá pod dohledem zkušených instruktorů Českého červeného kříže a je pro všechny děti zdarma.

Naučí se v něm, jak se zachovat v kritických situacích, mají k dispozici záchranářský batoh plný obvazů, obinadel, trojčípých šátků a dalších pomůcek, které se učí používat při správné příležitosti. Děti si navzájem dělají figuranty a zkouší jeden druhého ošetřovat.

Oblíbenou součástí kroužku jsou takzvané „zásahy“, při kterých mají dospělí namaskovaná zranění a děti se jim snaží poskytnout adekvátní pomoc.

Kroužek je určený pro děti od prvňáčků po pátáky, což všem dává příležitost navzájem se obohacovat a pomáhat si v různých situacích.

Petra Hofmannová, ZŠ Mohylová

Loutkové divadlo v ZŠ Janského

Výuka vlastivědy nemusí být jen o učebnicích a pracovních sešitech. Žáci 5.B se v hodinách vlastivědy dozvídají, jak se žilo v Čechách v 19. století, a jakou zábavu lidé v té době měli. Dospělí chodili na bály, do kaváren, hospůdek, divadel a na procházky spojené s pikniky, děti si hrály na dvorcích a často navštěvovaly divadla loutková. Proto jsme se rozhodli, že si takové loutkové divadlo vyrobíme a zahrájeme. V rámci projektového dne jsme nejprve vytvořili skupinky a z nabídky si každá skupina vybrala pohádku. Vyhrály ty klasické – Perníková chaloupka a Červená karkulka. Nejprve si děti vytvořily loutky, rekvizity a pozadí. Poté si napsaly scénář k jednotlivým pohádkám a několikrát si vyzkoušely pohádku přečíst. Nakonec svá pohádková představení předvedly svým mladším spolužákům z 2. třídy, za což sklídily velký potlesk.

Karla Křištofová, vyučující 5.B





Úspěch žákyně ZŠ Kuncova ve výtvarné soutěži

Společnost Papíromat, s.r.o., která provozuje v desítkách škol výdejní automaty se školními pomůckami, zorganizovala na podzim loňského roku pro žáky výtvarnou soutěž o nejhezčí sešit *Můj sešit, můj styl*. V automatech Papíromat lze nakoupit mimo jiné i tečkované sešity s čistým bílým designem. Materiál sešitů je účelně vytvořený tak, aby se na něj dobře kreslilo či malovalo. Sešit má motivovat každé dítě, aby si ho vyzdobilo způsobem, který se mu nejvíce líbí. Takto vyzdobené sešity bylo možné přihlásit do soutěže o iPhone a další hodnotné ceny. K našemu velkému překvapení 2. místo v soutěži získala žákyně 8. ročníku naší školy Eliška Ficbauerová, které v pátek 10. února přijel jednatel společnosti Papíromat pan Juraj Liška předat dárkovou tašku s výtvarnými pomůckami v hodnotě přesahující 2000 Kč a udělat velkou radost nejen jí, ale i vyučujícím výtvarné výchovy a vedení školy. Děkujeme a blahopřejeme!



Pavel Petroušek, ředitel ZŠ Kuncova

QR týmová hra v srdci Prahy

Hru *Vánoční zmizení Rudolfa II.*, která se odehrává v okolí Pražského Hradu a na Malé Straně vytvořil DDM hl. města Prahy. Přibližně pět kilometrův okruh, který čítal třináct otázek, zavedl žáky 7.B do historických, malebných pražských zákoutí. V každém z nich si děti na mobilní telefony načetly QR kódy a odpovídaly na záložné otázky z období života a vlády Rudolfa II. Nevšední školní den si všichni užili, a navíc získali mnoho poznatků.

Iveta Pichlová, ZŠ Mláďi



Angličtina pro gurmány

K osvědčeným metodám, jak v dětech probudit chuť používat angličtinu, patří v naší škole vaření podle anglických receptů, při kterém žáky motivuje chuť na dobré jídlo. Nejinak tomu bylo při výrobě kanadských lívanců s javorovým sirupem. Nenásilnou formou si děti osvoily názvy surovin a činností spojených s vařením. Voňavé lívance pak představovaly sladkou tečku za velkým kusem práce, který jsme v angličtině díky práci s receptem udělali.

Katka Hrbková, ZŠ Mohylová

Stodůlecká hvězdná noc

Na první prázdniny letošního roku, které připadly na pátek 2. února, jsme pro děti obnovili netradiční zážitek v podobě tzv. přespáváčky v DDM s oficiálním názvem Stodůlecká hvězdná noc. Do akce se nakonec zapojilo dvacet odvážných chlapců a dívek. Nosným tématem dvou prázdninových dnů byl vesmír, planety a hvězdy. Od toho se odvíjel i samotný program. Stěžejní činností prvního večera se stala noční stezka odvahy. Nejen, že děti musely najít odvahu na vydání se do tmy, ale na stezce je čekalo několik dopisů s informacemi o planetách v naší sluneční soustavě. Současně k nim byly připravené tematické úkoly, které účastníci museli splnit, pokud chtěli pokračovat dále. Stezku odvahy nakonec zvládli úplně všichni. Odměnou pro ně byl zasloužený certifikát „Bobřík odvahy.“ Druhý den dopoledne jsme se věnovali kreativnímu myšlení. Děti se rozdělily do menších skupinek a dostaly za úkol, aby si vymyslely vlastní planetu, nakreslily ji, pojmenovaly ji a sepsaly různé vlastnosti, které ji charakterizují. Vrcholem druhého dne byla výprava do Planetaria Praha, kde děti první nasávaly atmosféru interaktivní haly, a následně se připojily k dalším divákům sledující program *Polaris*.

V úplném závěru akce jsme s dětmi zhodnotili velmi intenzivních dvacet dva hodin. Drtivá většina ohlasů byla kladná, a proto plánujeme již brzy podobné akce, třeba 24. března. Pokud vás naše dobrodružství zaujalo, sledujte naše webové stránky.

Michael Mácha, pedagog volného času se zaměřením na sportovní aktivitu





Pražská nádraží

Letošní ročníkový projekt osmých ročníků nese téma *Pražská nádraží*. V pátek 13. ledna se osmé třídy vydaly navštívit bývalé nádraží Praha-Vyšehrad. Zde jsme si vyslechli od našich spolužáků vyprávění a od paní učitelek vyfasovali mapu, do které jsme zbytek cesty zaznamenávali trasu. Z nádraží jsme se dostali k muzeu na Výtoni. Následovalo další povídání a limnigraf na Výtoni. Po vyfocení společné třídní fotky jsme vyrazili na Vyšehradský železniční most. Děkujeme za hezky naplánovaný výlet paním učitelkám Svobodové a Olšovské.

Kateřina Vyšatová, Karolína Palečková, žákyně osmého ročníku ZŠ Janského



Jarní workshopy v TIB

Zima nás co nevidět opustí a vzduch se provoní jarem. Protože se už nemůžeme dočkat, připravili jsme na březen dvě ryze jarní dílničky. V první z nich, která proběhne 22. března od 16.30 si budou děti moci vyrobit velikonoční vykrajovátko a díky tomu upéct krásně barevné perníčky. O den později, 23. března též od 16.30 nabídneme dětem příležitost vyrobit si originální velikonoční přání. Na workshopu *Velikonoční pohádka* totiž vytvoříme pomocí Stop motion animovaný film. Více informací a dalších akcí najdete na www.tib.cz.

Monika Kuchtová, TIB, z.s.



Jak se učí v přípravné třídě

Součástí naší školy jsou dvě přípravné třídy, ve kterých děti systematicky připravujeme na klidný a bezproblémový vstup do prvního ročníku. Děti se u nás učí převážně hrou, denně také pracujeme v pracovních sešitech a trénujeme řeč ve všech oblastech. Vyučování trvá čtyři vyučovací hodiny, které prokládáme spoustou výletů a mimoškolních aktivit. Tento rok jsme zvládli Teribear, medobraní, dvě divadla,



návštěvu kostela, exkurzi v knihovně, ekocentrum a další. Před Vánoci jsme úspěšně zakončili kurz plavání a teď je čas na lední brusle. Do prvních tříd tak vyšleme také velké sportovce.

Veronika Ramssová, ZŠ Janského



Konferenční den ve Scioškole

Ve středu 8. února proběhl na naší Scioškole *Třetí konferenční den*. Žáci prezentovali poznatky a zážitky, které nasbírali za poslední čtyři týdny v rámci svých projektů. První trojročí sdílelo svou zkušenost s psaním vysvědčení. V projektu *Smysly* jsme navštívili neviditelnou výstavu, zkusili různé chutě a optické klamy. V projektu *Kontinenty* jsme poznávali světadíly, připravovali sushi a udělali jsme si test ohledně znalostí vlajek. Žáci z projektu *Monstrprocesy* sehráli soud s obžalovanými odpůrci komunistického režimu. V projektu *Sex a vztahy* určeného pro 2. stupeň žáci mluvili o nebezpečí na internetu, bezpečném a rizikovém sexu.



Lukáš Rak, vedení školy



Kurz in-line bruslení v DDM Stodůlky

DDM
100
DŮLKY

Pro velký zájem otevíráme kurz in-line bruslení jak pro začátečníky, tak i pro pokročilé. Lektorka Dagmar Silovská si pro děti připravila deset lekcí. První z nich se uskuteční 29. března v tělocvičně DDM, kde si děti vyzkouší tzv. „suchou přípravu“. Kurzy budou probíhat ve středu od 16.35-17.35 pro začátečníky a od 17.45-18.45 pro pokročilé, a to v okolí DDM Stodůlky, v případě deštivého počasí v tělocvičnách. Dagmar Silovská připravila také Rodinu v akci, při které se s ní mohou zájemci o in-line bruslení blíže seznámit.

Přihlášky přijímáme přes clientské účty v sekci kroužky. Více informací získáte na www.ddmstodulky.cz.

Helena Farabauerová, vedoucí oddělení tance, sportu a přírodních věd



Mistři Prahy ve florbalu

Na florbalový turnaj jsme se všichni těšili. Již od okresního kola mezi školami v Praze 13 jsme byli favorité a postupně jsme tuto roli naplňovali. Když jsme po vítězství v Praze 13 potkali soupeře na krajském semifinále, vůbec jsme se nezalekli a směle jsme se pustili do boje. První zápas jsme s přehledem vyhráli, u druhého se protivníkům podařilo nás porazit, třetí jsme ale také vyhráli, a tak jsme postoupili do pražského finále. Úvodní prohra nás neodradila, ze základní skupiny se nám podařilo postoupit z druhého místa, a nakonec jsme vyhráli i zápas o postup do finále. Přestože při něm fandila celá pořadající škola našim protivníkům, podařilo se nám zápas vyhrát s velkým náskokem a stát se vytouženými Mistry Prahy v kategorii 8. a 9. tříd základních škol pro tento školní rok.

Richard Gerda, Gymnázium Jaroslava Heyrovského

Sportovní příměstský tábor Sokola Stodůlky



Pro děti od 6 do 14 let jsme ve sportovním areálu Sokola Stodůlky v ul. Kovářova připravili dva příměstské tábory.

Termíny:

10.-14. července 2023 8.00 – 16.30 hodin

17.-21. července 2023 8.00 – 16.30 hodin

Náplní tábora bude seznámení dětí s různými sporty formou her a soutěží, nebudou chybět ani výlety do přírody. Děti si vyzkouší celou řadu různých sportů - fotbal, házenou, atletiku, stolní tenis, basketbal, nohejbal, tenis, minigolf... Naším cílem je vzbudit v dětech zájem o sport obecně.



Cena 3 000 Kč/5 dní (denně 2x svačina, oběd, pitný režim, využití sportovišť a pomůcek, sportovní trenéři, zdravotník).

Přihlášky a další informace získáte u trenéra Josefa Šindelky, e-mail: josef.sindelka@sokolstodulky.cz, tel. 732 248 449. Sokol Stodůlky



Jóga pro teenagery

Jógové studio Peace Yoga, které se nachází přímo na metru B Hůrka, vypisuje od března 2023 nový kurz pro dospívající (cca 13 – 19 let). Delší dobu evidujeme poptávku této věkové kategorie po cvičení, které nejen zpevňuje a protahuje tělo a přispívá tak k jeho správnému držení, ale v mnohém napomáhá k lepšímu zvládnutí tohoto náročného období, období prudkých změn jak na fyzické, tak mentální a emoční rovině. Jóga pro teenagery nabízí bezpečný prostor pro pohyb, který přináší radost a uvolněnou atmosféru bez soutěživosti a porovnávání.

Jóga učí dospívající respektovat a přijímat svoje tělo a emoce a vědomě s tělem pracovat, učí dechovým technikám pro zklidnění, uvolnění stresu, rozpouštění úzkostí a strachů, relaxačním technikám přispívajícím k sebepoznání, učí také účinně odpočívat. Lekce pro teenagery povede Inga Zotová, která lektoruje jógu pro studenty taneční konzervatoře a gymnázia. Ukázková lekce zdarma se uskuteční ve čtvrtek 2. března od 17 hodin, 3 měsíční kurz následně začíná 9. března 2023. Na kurz i ukázkovou lekci můžete své dospívající teenagery přihlásit v našem rezervačním systému: <https://peaceyoga.isportsystem.cz>. V případě jakýchkoli dotazů nám napište e-mail na info@peaceyoga.cz. Informace o studiu naleznete na webových stránkách www.peaceyoga.cz nebo na Facebooku a Instagramu @peaceyogastudiohurka.

Petra Kubrová

Nekrmte potkany!

Na veřejných prostranstvích ve správě odboru životního prostředí probíhá pravidelně dvakrát do roka celoplošná deratizace. Ta má za cíl snížit populaci otravných hlodavců. I přesto není problém v posledních letech vyfotografovat potkana u sběrných nádob na odpady nebo v blízkosti keřů veřejné zeleně, kde si potkani často budují svá hnízda. Všimli jsme si, že lidé tyto hlodavce snad nevědomky krmí. Při kont-



rolách v terénu vidíme rozházené zbytky jídla okolo nádob na odpad, ale co je ještě více zarážející, nacházíme také plastové tácky s jakýmsi krmivem. Lidé chtějí asi krmít kočky nebo ptáky a dávají jim krmivo pod stromy. Tím však krmí především potkany, které je pak možné na sídlištích snadno spatřit. Přičteme-li k tomu mírné klima i v zimě, vytváří se podmínky k nezřízenému rozmnožování těchto hlodavců. Potkani mohou roznášet nemoci, ale i škodit na majetku. Pracovníci OŽP zadávají deratizaci, ale ta se pak májí účinkem. My se staráme o veřejná prostranství, ale lidé by neměli zapomínat na to, že se podobně mají starat o vnitřek obytných domů nebo soukromých venkovních prostranství. Potkani se pohybují v teplovodech nebo v kanalizaci obytných domů a snadno vniknou do společných prostor paneláku.

Dana Céová



Pomoc včelám

Člověk přetváří krajinu. Přeměna na bytovou zástavbu, na zemědělskou půdu, sportoviště, často sekané trávníky a podobné změny jsou obvykle přínosem pro člověka, ale ne pro včely.

Včely potřebují k přežití potravu. Hlavně nyní na jaře. Již od února kvetou lísky, následují je všechny druhy vrby, pak „divoké“ ovocné stromy, po nich teprve bohatá pastva běžných ovocných stromů. Máte-li tedy ve svém okolí lísku nebo vrbu, chraňte je před olámaním nebo likvidací. Máte-li volný kout zahrady, můžete tam některý ze stromů vysadit.

Více o včelách a jejich ochraně najdete na www.vcelinorech.cz.

Vladimír Glaser, vedoucí ekostřediska



Odpady na Bronzovce

Dva lednové dny byli žáci naší školy součástí besedy na téma *O odpadech bez obalu*. V první části si žáci připomněli, jaké všechny popelnice na tříděný odpad známe, jak vypadají a co do nich patří. Společně s lektorkou debatovali o tom, kolikrát je možné znovu využít různé materiály či, jak se s odpady nakládá. Na závěr se žáci dozvěděli, co je to „zero waste“ myšlenka. V druhé části besedy probíhala simulací hra, v níž se skupinky zamýšlely nad tím, jak se dá odpadům v různých oblastech předcházet.

ZŠ Bronzová



Dejte BIOodpadu druhou šanci

Od roku 2022 si můžete bezplatně požádat o BIOpopelnicu na rostlinný bioodpad. Velmi si ceníme vašeho zájmu o třídění bioodpadu. Díky vám získáme kvalitní rostlinný materiál, který se následně vrací v podobě kompostu do půdy a obohacuje ji o cenné živiny a organické látky.



Co patří a nepatří do BIOpopelnice

✓ ANO	✗ NE
tráva, listí, plevel, košťály	všechny typy sáčků**
zbytky ovoce, zeleniny, rostlin	obalové materiály, sklo
čajové sáčky*, kávová sedlina	živočišné zbytky z kuchyní, skořápky vajec
zemina z květináčů	mléčné výrobky, tuky, oleje
drny se zeminou	zvířecí exkrementy, uhynulá zvířata
větvičky, štěpka z větví	peří, chlupy, vlasy
piliny, hobliny, kůra	znečištěné piliny, hobliny, podestýlky
seno, sláma	kamení

* do BIOpopelnice patří pouze papírové čajové sáčky, nikoliv čajové sáčky z umělého vlákna

** sáčky, a to i biologicky rozložitelné, se děle nebo ne úplně rozkládají, kompost pak obsahuje nežádoucí příměsi

Harmonogram přistavení velkoobjemových kontejnerů

Kontejnery budou přistaveny pouze po dobu 4 hodin, **a to od 16 do 20 hodin**.
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.

Jitka Zámorská, OŽP

datum	stanoviště
6. 3. – po	Amforová – proti č. 1895/24
6. 3. – po	Janského – parkoviště naproti č. 2370/91
7. 3. – út	Běhounkova x Dominova – parkoviště proti č. 2463
8. 3. – st	Lýskova x Chalabalova – chodník u Grafotechny u č. 1594
9. 3. – čt	Drimlova – parkovací záliv vedle kontejnerů na tříděný odpad u č. 2367/97
9. 3. – čt	Trávníčkova – u tržště, rozšířený chodník proti č. 1764
13. 3. – po	K Fialce – plocha u č. 1219 (bývalá prodejna potravin)
13. 3. – po	Volutová – parkoviště proti č. 2518/6
14. 3. – út	Böhmova – parkoviště u kotelny
14. 3. – út	Náměstí Na Lužinách x Mládi – parkovací stání
15. 3. – st	Fantova – parkoviště před objektem č. 1742/23
16. 3. – čt	Ovčí hájek – parkoviště proti č. 2159/16
20. 3. – po	Janského – parkovací záliv u lékárny (u č. 2254)
21. 3. – út	Bronzová – na chodníku u trafostanice (naproti č. 2016/13)
22. 3. – st	U Kašny – odstavná plocha
23. 3. – čt	K Řeporyjím x K Chabům – u kapličky
27. 3. – po	Jaroslava Foglara 1333/8 – parkovací záliv
27. 3. – po	Příškova – parkoviště (vjezd z ul. Mohylová)
28. 3. – út	Vlachova x Šostakovičovo náměstí – chodník u domu č. 1511/8
29. 3. – st	Kettnerova – parkoviště u trafostanice proti č. 2053/18
30. 3. – čt	Nad Dalejským údolím – záliv v komunikaci
3. 4. – po	U Jezera – parkoviště proti č. 2039/18
4. 4. – út	Hábova – parkoviště proti č. 1564/8
4. 4. – út	Nušlova – chodník u č. 2576/6 (vjezd z garáží)
5. 4. – st	Červeňanského x Janského – nástupní ostrůvek BUS

Sběr biologického odpadu

Listí, tráva, větve, neznečištěná zemina, příp. kuchyňský bioodpad rostlinného původu.
NE živočišné zbytky!

datum	stanoviště	čas přistavení
11. 3. – so	K Sopce – parkovací záliv	09.00–12.00
11. 3. – so	K Řeporyjím x V Brůdku – u rybníka (2 kontejnery)	13.00–16.00
18. 3. – so	Náměstí Na Lužinách	09.00–12.00
18. 3. – so	K Fialce – plocha u č. 1219	13.00–16.00
25. 3. – so	Mládi – parkoviště proti č. 824/14	09.00–12.00
25. 3. – so	Vstavačová – u retenční nádrže	13.00–16.00
1. 4. – so	K Hájům x Okruhová – zpevněná plocha u tříděného odpadu	09.00–12.00
1. 4. – so	Chalabalova – parkoviště proti č. 1611/7	13.00–16.00
15. 4. – so	K Řeporyjím x K Chabům – u kapličky	09.00–12.00
15. 4. – so	5. máje – plocha u č. 325/55	13.00–16.00
22. 4. – so	Srnčí x U Dobráků	09.00–12.00
22. 4. – so	K Opatřilce x K Jihu	13.00–16.00

Upozornění: Pokud bude na stanovišti naplněn kontejner dříve než za 3 hodiny, bude přistaven další.

Jitka Zámorská, OŽP

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).
Kapalně 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 přespěrováním na mobilní telefony).

Odkaz na mapku pro zobrazení stanovišť na NO.

<https://ksnko.praha.eu/map-unsafewaste/>

Jitka Zámorská, OŽP

datum	stanoviště	čas přistavení	
4. 3. – so	Ovčí hájek (parkoviště proti č. 2159/16)	8.00 – 8.20	
	Petržilkova č. 2483/40	8.30 – 8.50	
	K Sopce (proti č. 1655)	9.00 – 9.20	
	Jaroslava Foglara (parkoviště proti č. 1329/2)	9.30 – 9.50	
	Nad Dalejským údolím (u č. 2689)	10.00 – 10.20	
	křižovatka ul. Operetní x Melodická	10.30 – 10.50	
	K Zahradkám (park. záliv před vchodem do restaurace č. 1047/21a)	11.00 – 11.20	
	Chalabalova (parkovací záliv proti č. 1612)	11.30 – 11.50	
	K Hájům (plocha proti č. 821/11)	12.00 – 12.20	
	16. 3. – čt	5. Máje (proti domu č. 325)	15.00 – 15.20
křižovatka ul. K Fialce x Živcových		15.30 – 15.50	
křižovatka ul. Běhounkova x Dominova (parkoviště u č. 2463)		16.00 – 16.20	
Suchý vršek (parkoviště proti domu č. 2101)		16.30 – 16.50	
Petržilkova (parkoviště proti domu č. 2267)		17.00 – 17.20	
Bašteckého (u garáží č. 2608/11a)		17.40 – 18.00	
Janského (parkovací záliv proti č. 2211)		18.10 – 18.30	
Janského (parkovací záliv u lékárny u č. 2254)		18.40 – 19.00	
4. 4. – út		křižovatka ul. K Řeporyjím x K Chabům (u kapličky)	15.00 – 15.20
		Kučařova (parc. č. 160/468)	15.30 – 15.50
	křižovatka ul. V pískovně x Do Blatin	16.00 – 16.20	
	Na Radosti (parkoviště při ulici Tasovská)	16.30 – 16.50	
	křižovatka ul. Sazovická x Tulešická	17.00 – 17.20	
	Křivatcová (u pošty)	17.30 – 17.50	
	křižovatka ul. U lípy x Hrozenkovská	18.00 – 18.20	
	Věstonická (obytný celek Zličinský dvůr)	18.30 – 18.50	
	Hostivická (před č. 7) – Sobín	19.00 – 19.20	
	křižovatka ul. Hostivická x Bojkovická (na otočce autobusu)	19.30 – 19.50	
29. 4. – so	Nám. Na Lužinách	8.00 – 8.20	
	Mládi (u restaurace Mlejn)	8.30 – 8.50	
	Sezemínská (parkoviště)	9.00 – 9.20	
	Bellušova (parkoviště proti domu č. 1804)	9.30 – 9.50	
	Kolovečská (parkoviště)	10.00 – 10.20	
	Böhmova (parkoviště u kotelny)	10.40 – 11.00	
	Fantova (plocha před objektem č. 1742/23)	11.10 – 11.30	
	křižovatka ul. Vlachova x Šostakovičovo nám. (u č. 1511)	11.40 – 12.00	



BABIČKA BLANIČKA. V rámci projektu *Mezi námi mezigeneračně* nás již několik let navštěvuje paní Blanka Hanzliková. Pro děti je to čtecká babička Blanička. Její zásoba vyprávěných či čtených pohádek a příběhů je obdivuhodná. Překonala s námi i dobu covidu a mezi ní, dětmi i dospělými se vytvořilo opravdové přátelské pouto. Chceme jí touto cestou poděkovat za předávání životního optimismu a elánu.

Jana Havránková, MŠ U Bobříka



PLAVÁČCI Z MŠ PALOUČEK. Druhý únorový pátek naši plaváči ze třídy předškoláků Berušek a odvážných Motýlků zahájili nové pololetí pravidelným plaveckým tréninkem. U všech je vidět velký pokrok a jejich nadšení je týden od týdne větší. Jsou jako „kapři ve vodě!“ Doufáme, že jim to vydrží po celé pololetí a na konci roku budou plavat jako delfini. Plavání zdar.

Romana Hojsáková



PRVNÍ VYSVĚDČENÍ. Konec ledna je období, které je významné pro všechny žáky. Největší očekávání a následně radost mají obvykle prvňáčci, kteří bývají na své první vysvědčení už dopředu natěšení. Protože v naší škole jsou děti od prvních do třetích tříd hodnoceny slovně, a protože ne všichni prvňáci se umí celé vysvědčení přečíst sami, mají k ruce své partáky z pátých tříd, kteří se jim kromě tohoto dne často věnují i po zbytek roku.

Pavla Klimešová, ZŠ Mohylová



MASOPUST V MŠ POHÁDKA. Zvířátka, princezny, ale i superhrdinové se objevili v naší školce ve čtvrtek 9. února, kdy jsme s dětmi pořádali karneval. Součástí masopustního dopoledne byly také hry a soutěže o sladké odměny. Nechyběla ani opravdická, veselá diskoteka, při které si děti zatančily na svoje oblíbené písničky.

MŠ Pohádka



OCHUTNÁVKA EXOTICKÉHO OVOCE. Vyučování jsme si v 1.A zpestřili ochutnávkou exotického ovoce. Společně jsme ochutnali mango, kiwi, avokádo a granátové jablko. Na mapě světa jsme si ukázali, kde toto ovoce roste. Povíдали jsme si také o tom, proč bychom měli ovoce zařazovat do našeho jídelníčku každý den. Nakonec nesmělo chybět hlasování o nejchutnějším ovoci, jehož vítězi se staly kiwi a mango.

Hana Petrnoušková, ZŠ Bronzová



SLADKÉ VYUČOVÁNÍ. V naší třídě 2.C jsme se rozhodli zpestřit si vyučování ve školní kuchyňce. Protože bychom se tam všichni nevešli, šla na řadu první děvčata. S nadšením se pustila do přípravy těsta na palačinky i samotného smažení. Nakonec jsme si na sladké dobrotě pochutnali všichni společně. Příště se palačinkové výzvy chopí chlapci, už teď se nám sbíhají sliny!

Hanka Ondříková, ZŠ Bronzová

Z ŘÍŠE PTAČÍ I NAŠÍ. V naší školní družině jsme dětem nabídli blok činností připravených v duchu pedagogiky Franze Ketta. Ta umožňuje



pomocí práce s přírodními prožitky rozličných situací, jejich rozkrytí a pochopení. Paní učitelka přinesla bohatství mechů, klásků, oblázků, barevných sklíček, březové kůry, malých dřívěk, ale také lískové oříšky, šišky a sušené břechanové listy. Přirozená tvořivost a bohatá fantazie dětí vykouzlila ptáčátka a ptáčky, z nichž každý měl svůj příběh a sen, svoji touhu a své pocity. Nená-

silně jsme podpořili naše prosociální kompetence se zaměřením na všímavost a ohleduplnost k životu a světu.

Denisa Červínková, ZŠ Mohylová

MASOPUST NA PLOTĚ. Spoustu zajímavostí o masopustu se mohli kolemjdoucí dozvědět v naší plotové galerii. Kromě veselých obrázků se zde představila řada tradic a zvyků spojených s tímto obdobím. Hospodyňky jistě načerpaly inspiraci ke kuchtění při pohledu na masopustní pokrmy. Galerie na plotě návštěvníky ubezpečila, že únor neznamená pouze nejznámější lidovou pranostiku, že je-li bílý, pole sílí.

Družina ZŠ Klausova



VYSVĚDČENÍ V ANGLOFONNÍ. Před „pár dny“ jsme i my měli s žáky v Anglofonní základní škole speciální den, a to předávání polo-

letních vysvědčení. Tento den je u nás plný zábavných aktivit, ovšem nejočekávanější chvílí je shromáždění všech našich žáků a učitelů v jedné velké třídě a následný ceremoniál. Předávání vysvědčení u nás probíhá společně, tedy všechny třídy dohromady. To také mimo jiné přispívá k jednotné rodinné atmosféře v naší škole.



Marek Šedivý



ŘEMESLA V MŠ PALETKA. V únoru navštívila naši mateřskou školu pojízdná polytechnická dílna, tzv. Poly TechBus, v rámci projektu iKAP 2 – KPRS, který realizuje Hospodářská komora hl. m. Prahy společně s Magistrátem HMP. Jedná se o netradiční formu praktické ukázky různých řemesel – zedník, knihař, hrnčář. Kromě besedy o jednotlivých řemeslech se naše děti proměnily v řemeslníky a mohly si v rámci praktických dílen vyrobit vlastní knihu, hrneček nebo si postavit z malých cihel domeček. Vyzkoušely si práci s vodováhou, cihličkami, maltou a jinými pracovními nástroji. Své výtvo-ry si pak odnesly domů.

Alena Černohorská, ředitelka MŠ Paletka



Činnost jednotky

V rámci výcviku se členové výjezdové jednotky zúčastnili v lednu a únoru tří pravidelných stáží v Jinonicích. Od začátku roku byla jednotka vyslána již k jedenácti případům. První výjezd se uskutečnil již 1. ledna brzy ráno k požáru osobního automobilu. Dále jsme zasahovali například při hoření kontejneru nebo travního porostu, čerpali jsme vodu z garáže a zajišťovali uvolněný plech na střeše. Mimo to jednotka plní výcvik dle bojového řádu, který stanoví měsíční plán. Ve volebních dnech v lednu jsme ve spolupráci s policií ČR zajišťovali volby na stanovišti drive-in.

Vladimír Kos, SDH Stodůlky



Začátek roku v SDH Třebonice

S dětmi pilně trénujeme uzly, protože první závody nás čekají už na konci února, a to zimní pohár právě v uzlování.

V březnu bychom se chtěli zúčastnit halových závodů, a to v disciplíně 60 m s překážkami v Jablonci nad Nisou.

Hned jak se trochu oteplí, přesuneme se na hřiště, kde zahájíme jarní přípravu. V květnu nás totiž čekají hned troje závody, a tak musíme pilně trénovat.

V sobotu 11. února proběhla Valná hromada sboru, kde jsme zhodnotili loňský rok a odsouhlasili akce na rok letošní. V příštím čísle se dočtete, jaké akce pro děti a dospělé chystáme na jarní měsíce.

Marta Horáková, starostka SDH Třebonice



VAŠÍM OBJEKTIVEM

Díky mrazivému dni a jasné obloze si v úterý 7. února začarovalo sluníčko před svým západem. Z toho správného úhlu osvětlilo dům v Mohylové ulici a odraz ze skel oken vytvořil na boku domu v Pískově ulici zajímavé obrazce připomínající neznámé hieroglyfy. Tak teď už je jenom vyluštit...

Tento snímek pod názvem Slunce čaruje, nám zaslal pan Jiří Červenka, děkujeme.

Podarí-li se i vám udělat zajímavou fotografii (v rozlišení alespoň 300 dpi), zašlete nám ji na e-mail stop@praha13.cz, rádi ji zveřejníme. Za všechny snímky, které jste nám již poslali nebo je teprve pošlete, vám mnohokrát děkujeme.

Petra Fořtová



Dolíček

Tento měsíc neslaví svůj svátek pouze ženy a učitelé, ale také všichni fanoušci fotbalového klubu Bohemians Praha 1905. Původně se jmenoval AFK Vršovice a svoje kouzla předváděl ve stísněném areálu v prohlubni nad silnicí do Strašnic, který stával na místě dnešního nedalekého Ministerstva životního prostředí. Vršovičtí se v roce 1927 vydali na legendární zájezd do Austrálie, a protože jim bylo jasné, že název jejich klubu je pro Australany nevysovitelný, zvolili nové jméno – Bohemians – Češi. Reprezentovat se vydali v zelenobílých dresech, tedy v barvách, které zvolili za klubové již jejich předchůdci ze sportovního kroužku Kotva. Znak klobana přidali jako symbol úcty k hostitelské zemi. Zájezd byl veleúspěšný a z devatenácti zápasů znamenal pro české reprezentanty čtrnáct výher, dvě remízy a pouze tři prohry. Původní hřiště, které bylo určeno pro šest tisíc diváků, přestalo stačit, a tak se začalo uvažovat o výstavbě nového a většího. Autorem projektu byl vršovický architekt Alois Vejvoda a nový stadion dostal jméno po Zdeňkovi Dannerovi, tehdejšímu řediteli Vršovické záložny, který se o jeho vznik významně zasloužil. Až do začátku šedesátých let tak chodili Pražané na fotbal na Dannerák. Dominantou hřiště byla, ve své době moderní, zelenobílá tribuna na podélné straně u Botiče. Slavnostní otevření proběhlo 27. března 1932. Byly právě Veliko-



ZDROJ: WWW.BOHEMIANS.CZ

noce a sportovní Praha nemluvila o ničem jiném než o slavnostní premiéře. Tramvajové linky ke stadionu musely být posíleny a vozy sotva pobraly davy fotbalových nadšenců. Dvojzápas pro osmnáct tisíc diváků sehrály Bohemians-Slavia a Viktoria Žižkov-Teplitzer FK. Zelenobílí sice prohráli 1:3, ale nikomu to radost nezakazilo. Vůbec první

branku na novém stadionu vstřelil Franci Svoboda a odměnou za historický gól mu byly zlaté hodinky. Později se vžil, nám známější, název Dolíček, který je srdeční vzpomínkou na původní hřiště klubu.

Za jednadvaadesát let své existence prošel Dolíček dvěma velkými přestavbami a několika menšími rekonstrukcemi, které vedly ke většímu komfortu jak pro hráče, tak pro diváky. V roce 1951 nahradila škvárový povrch tráva, od roku 1966 osvětlovalo hřiště umělé osvětlení od firem Siemens a Osram,

kteří byly nejlepší v republice a splňovaly i požadavky mezinárodní kvality. O čtyři roky později nahradila původní dřevěnou tribunu nová železobetonová, v osmdesátých letech se stadion dočkal turniketů, které v té době měly na svých stadionech pouze Slovan Bratislava a Baník Ostrava. V roce 1996 byla rozebrána také původní dřevěná tribuna na jižní straně stadionu, takzvaná tramvajová, jednak kvůli havarijnímu stavu a také přípravě na koncert Tiny Turner. Vydáte-li se k Dolíčku tramvají vězte, že vaše výstupní zastávka namísto Oblouková, nese již od září 2012 název – jak jinak – Bohemians.

Andrea Říčková

ODPOVÍDÁ PSYCHOLOG

Jak získat větší sebevědomí?

„Paní doktorko, mám pocit, že dělám v životě všechno špatně. Tatínek mě v dětství hodně kritizoval, od všeho mě odháněl se slovy, že to stejně zkažím. V současnosti čekám potvrzení od manžela a syna, sama si nejsem jistá, zda postupuji správně. V práci je nepřítomná kolegyně, nedokážu jí nic říct, raději mlčím. Možná z práce raději odejdu, než abych pracovala v konfliktním prostředí.“

„Dobrý den. Žiju s manželem 5 let. Nyní se nám narodila dcera. Nejsem si jistá, zda s ní zacházím správně. Bojím se, že něco zkažím. Přemlouvám manžela, aby si bral home office a byl se mnou doma, abych s dcerou nebyla sama. Když nemůže, žádám o přítomnost babičky. Vůbec si nevěřím.“

„Dobrý den. Seznámil jsem se s novou dřevkou. Moc se mi líbí. Vůbec si nevěřím. Pořád mne napadají myšlenky, že určitě pro ni nejsem dost dobrý. Přemýšlím, zda jí zajímají ještě jiní muži. Nemůžu spát a bojím se, že neuspěju.“

Sebevědomí je vědomí vlastní hodnoty. Je to přesvědčení, že člověk jedná správně. Je to pocit klidu, jistoty a víry ve svoje schopnosti. Se sebevědomím se člověk nerodí, ale vytváří si ho od narození podle zpětné vazby rodičů. V průběhu života se formuje v každém dalším mezilidském kontaktu. Je to veličina proměnlivá. Sebevědomí vzniká na základě hodnocení naší osoby naším okolím a námi samotnými. Můžeme ho snadno získat a snadno ztratit.

Určitě není dobré mít sebevědomí příliš. Příliš sebevědomí lidé jsou buldozeři, postupují vpřed „přes mrtvolu“. Obvykle jsou pozičně úspěšní, ale většina lidí se jim raději vyhne, málokdo je má rád. Nadměrné sebevědomí tedy většinou ke štěstí nevede.

Když ho ale máme málo, bývá to ještě větší problém. Člověk s nízkým sebevědomím má potřebu se porovnávat s jinými jedinci, považuje se za méněcenného, slabého a celkově o sobě nemá zrovna vysoké mínění. Protože si to sám o sobě myslí a podle toho se chová, začne ho tak vnímat i jeho okolí. Takoví lidé bývají závislí, žárliví, mnohdy velmi nedůvěřiví, od kvalitního výkonu je odrazuje strach, že udělají chybu, jsou náchylnější ke stresu a k úzkosti. Všechno tohle dohromady vede k tomu, že se pohybují v bludném kruhu. Každý neúspěch je pouze utvrzuje v tom, že lepší už to nebude. Co můžeme udělat pro zvýšení pocitu vlastní hodnoty?

Hodnocení naší osoby od druhých lidí

- **Vyhněme se kontaktu** s lidmi, kteří nás stále **kritizují**.
- Naučme se používat **asertivní komunikaci** - sdělování vlastního názoru bez vyvolání konfliktu.
- **Obklopte se pozitivními lidmi**, kteří nás dokážou ocenit. Když nemáme dost pozitivní zpětné vazby od druhých lidí zvenku, úplně stejně na naše sebehodnocení působí hodnocení nás samotných. Je to stejně hodnotná zpětná vazba, která také ovlivňuje naše sebevědomí.

Hodnocení naší osoby námi samotnými

- **Písemné zaznamenání úspěchu** – vypracujeme si písemný plán několikaletých aktivit na každý den a pokaždé, když se nám jednotlivý úkol podaří splnit, viditelně si označme úspěch (odfajfkujeme si ho, orazít-kujeme jako ve školce razítkem třeba sluníčka nebo berušky atd). Jde o vizuální zpětnou kontrolu, která má jiný princip účinku než hodnocení jen v myšlenkách.
- **Slovní označení úspěchu** – pochvalme se nahlas s vlastním oslovením (př.: Zuzanko /Tomášku, to se ti povedlo. Zdeničko, ty jsi ale šikovná atd). Stejně jako když tříleté dítě staví bábovičky a my hlasitě jásam nad každým povedeným výtvořem.
- **Stanovení přiměřených cílů** – plánujme si jen aktivity, u kterých je možné uspět, abychom mohli častěji získávat pozitivní hodnocení
- **Věřme si**, že to dokážeme.
- Mluvme o sobě **pozitivně**... „pokusím se to dokázat, je lepší než „já to určitě zase zkažím“. Jde vlastně o sugesci. Co si říkáme, to si i objednáme.
- **Nekritizujme** se za chyby, každý z nás je dělá, je to normální.
- **Neporovnávejme** se s ostatními.
- **Vyberme si nějaký pozitivní vzor** – oblíbeného zpěváka, herečku, milou lékařku, příjemnou kolegyni a zkusme se cítit a chovat jako on/ona.

Celkově jde vlastně o nastavení přiměřených cílů a přání, víru v to, že se nám to může podařit a ocenění se za každý úspěch.

Všem čtenářům časopisu STOP přeju, ať mají sebevědomí tak akorát a ať se jim hezky žije ☺

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



Helppes - Asistenční psi jsou třída sama pro sebe

Když jsem chodila do školy, a přiznávám, že je to už docela dávno, byl pohled na psa ve třídě nebo na hřišti vzácností. Psi a vzdělávání prostě nešli dohromady.

Uběhlo pár desítek let a asistenční psi, i canisterapeutičtí psi do zařízení, jsou stále častěji součástí školního, vysokoškolského a univerzitního života. Pro většinu z nich je to pozitivní zkušenost, ale s rostoucí oblibou psů ve vzdělávacích zařízeních je o to důležitější zajistit, aby byli vycvičeni podle nejvyšších možných standardů.

A právě zde přichází na řadu Assistance Dogs International (ADI). V době, kdy slavíme Mezinárodní den vzdělávání UNESCO, stojí za to zamyslet se nad nesmírně pozitivním dopadem, který mají asistenční psi s certifikátem ADI jak na mladé lidi, kteří na ně spoléhají, jako na podporu během školního dne, tak i na jejich spolužáky a učitele. Členské organizace ADI po celém světě poskytují asistenční psy mladým lidem s různými tělesnými a neurologickými handicapami a umožňují jim tak chodit do školy, učit se a hrát si spolu s ostatními dětmi způsobem, který pro předchozí generace nebyl možný.



Vezměme si například mladou slečnu Terezu, která trpí PNES – záchvatovým onemocněním neepileptického původu, které jí v běžném životě i docházce do školy velice limitovalo. Asistenčního psa, labradorského retrievera Connora, má z členské organizace ADI Helppes – Centrum vycvičení psů pro postižené.

Jakou pomocí dokáže být asistenční pes při každodenní docházce do školy, dokládají slova samotné Terezy: „Za dobu, co mám Connorka, se z nás stali Ti nejlepší kamarádi a jeden bez druhého nemůžeme být. Ve škole je čtyřnohým hrdinou, který se o mě stará, je to tvoreček, který dokáže jen při pohledu zpříjemnit náročný den a je to pomoc nejen pro mě, ale i pro mé okolí. Díky němu dokážu každé

ráno vstát, dodává mi odvalu chodit do školy a denně čelit životním i zdravotním výzvám.

To, že jsem zvládla septimu je pro mne zázrak a má na tom podíl mnoho lidí. Nicméně ten největší má můj čtyřnohý kamarád, nenahraditelný a nejmilejší Connorek, který mě všude doprovází. Díky němu a jeho schopnosti upozornit mě předem na auru jsem měla méně úrazů, které by mě při studiu limitovaly.“



Terezy příběh, a nespočet dalších podobných po celém světě, podtrhují výhody přítomnosti asistenčního psa s certifikátem ADI ve třídě. Stále více členských organizací ADI také cvičí a poskytuje školním zařízením psy na podporu celé školní komunity. Ačkoli psi pro školní zařízení nejsou asistenční psi, tyto psi nabízejí útěchu, poradenství a motivaci žákům i učitelům, a bylo prokázáno, že posilují sociální a učební dovednosti.

Další členská organizace ADI paws4people, posunula psy do školních zařízení na zcela novou úroveň díky svému programu Educational Assistance Dog (EAD) pro veřejné školy. Psi EAD jsou využíváni v řadě vzdělávacích zařízení, v běžných i speciálních třídách pro úpravu chování, soustředění, pracovní a logopedickou terapii, pro zlepšení čtení. Psi EAD jsou nyní zavedeni v Severní Karolině, Virginii a Západní Virginii na 50 různých školách.

Je třeba si uvědomit, že zatímco většina z nás považuje své vzdělání za samozřejmost, milionům mladých lidí na celém světě je školní docházka odepřena. Podle UNESCO šest z deseti dětí neumí v deseti letech přečíst a pochopit jednoduchý příběh, přičemž 244 milionů dětí a mladých lidí stále nechodí do školy. Netvrdím, že asistenční psi jsou odpovědí na všeobecné vzdělání. Členské organizace ADI bohužel mohou oslovit jen nepatrný zlomek těch, kteří potřebují podporu, ale asistenční psi hrají zásadní roli při naplňování cílů udržitelného rozvoje OSN (SDG), a zejména SDG 4, který usiluje o inkluzivní a spravedlivé kvalitní vzdělání pro všechny.

Chris Diefenthaler, výkonná ředitelka ADI: „ADI a její členské organizace jsou neúnavnými obhájci práv asistenčních psů a jejich držitelů ohledně jejich přístupu do vzdělávacích zařízení a na univerzitní půdě tak, aby si i oni mohli užívat skutečně spravedlivého a inkluzivního vzdělávání - a my všichni se z toho můžeme poučit.“

Kateřina Kubičková



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

12. 3. ne 18.00 **Koncert žáků Školy moderního zpěvu - Spolkový dům**

30. 3. čt 19.30 **Ivan Hlas Trio**

Komorní sestava kolem písničkáře Ivana Hlase představí svou tvorbu s kořeny v hospodském blues, městských baladách i rokenrolu. Ivana Hlase v triu doprovázejí kytarista Norbi Kovács a violoncellista Jaroslav Olin Nejezchleba.

DĚTI

4. 3. so 14.00 **Dětský karneval - Spolkový dům**

Tradiční dětský karneval plný zábavy, bohaté tomboly a překvapení letos již po dvacáté pořádá Městská část Praha 13 a Klub senierek staré Stodůlky.

5. 3. ne 15.00 a 16.30 **Cirkusový workshop pro děti a rodiče**

Přijďte si vyzkoušet závěsnou akrobacii na šále, žonglování s nejrůznějšími žonglátky nebo balanc na kouli, válci či rola-bolu.

25. 3. so 16.00 **Sacra Circus: Špruše**

Clownerie pro děti od tří let o tom, co dělat, když vám uletí sen, nebo letadlo.

26. 3. ne 16.00 **Smrtná neděle s Lučinkou -**

- Centrální park (hřiště u sovičky)

Společně s Folklorním souborem Lučinka se po krátkém vystoupení vydáme hodit Mařenu, symbol smrti a zimy, do potoka. Odtud si odneseme lítečko jako symbol jara a nového života. Po celý víkend budou kolem Stodůleckého rybníka vyvěšena malá zastavení na téma postních nedělí.

RŮZNÉ

7. 3. út 14.00 – 16.00 **Retrokavárna - foyer KD Mlejn**

Retrokavárna je místem pro setkávání, vzpomínky, nová přátelství i zajímavá témata. První úterní odpoledne v měsíci se naše foyer otevírá seniorům, pro které je připraveno posezení u kávy doplněné o přednášku.

7. 3. út 14.00 **Setkání se seniory Praha 13 - Spolkový dům**

Tradiční setkání starosty a seniorů Praha 13 při příležitosti MDŽ.

9. - 11. 3. čt - so **Předkola soutěže Porta Praha 2023 - Spolkový dům**

19. 3. ne 8.00 **Výstava pudlů - Spolkový dům**

Oblastní výstava pudlů a kudrnatých vícebarevných psů.

22. a 23. 3. st - čt 10.00 **Prezentace WD Lux**

WD Lux představí nejnovější technologie v oblasti divadelního svícení.

TIPY NA DUBEN

6. - 9. 4. čt - ne **Prague Aerial Convention**

První ročník setkání vzdušných akrobatů plný workshopů pod vedením špičkových lektorů a performerů závěsné akrobacie.

29. 4. so 16.00 **Dočasná Company: Jak Zojka pomohla Zemi dýchat - premiéra**

Zojka bydlí na Zemi, kde žijí lidé s přírodou v symbióze. Co se ale stane, když se symbióza naruší, lidé zaberou veškerý prostor a Země se už nebude moct nadechnout? Erupce rozházejí a pomíchají veškeré tvorstvo a nic nebude jako dřív. Vydejte se se Zojkou na cestu za Duší Země a pomozte jí splnit úkoly, aby mohla Zemi opět rozdýchat.

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.



FOTO: SACRA CIRCUS - ŠPRUŠE

Březen ve Mlejně

Kdy jste s dětmi naposledy byli v opravdovém divadle? Se světly, co umí zázraky, vstupenkou, kterou si můžete nalepit do deníčku, uvaděčkou, která na vás s úsměvem mrkne, šatnou, kam můžete hodit desetikorunu a divadelním barem, kde si po představení můžete dát něco dobrého? Pro nás je návštěva divadla malý svátek, který chceme dopřát i dětem. Do Mlejna se proto jednou měsíčně opět vrátí pohádky se vši parádou, která k takové slavnostní příležitosti patří. Tento měsíc vás společně se souborem Sacra Circus zavedeme do oblak. V klaunérii Špruše se dozvíte, co dělat, když vám uletí sen, nebo letadlo. Nezapomínáme ani na hudební fanoušky. Nejen pro milovníky písniček z filmu Šakalí léta do Mlejna zamíří písničkář Ivan Hlas. Na pódiu ho doprovodí kytarista Norbi Kovács a violoncellista

Jaroslav Olin Nejezchleba. Hlasovy písně založené na vyváženosti hudby a poezii textů podtrhuje virtuózní hra na akustické nástroje s kořeny v hospodském blues, městských baladách a rokenrolu. Na jaře nás čeká také koncert jedné z nejvýraznějších kapel nastupující generace v žánru folkové, country a trampské hudby Marien a Vítí Troníčka nebo energická smršť jihočeské folkové skupiny Epydemye.

Eva Roškaňuková

Vynášení Mařeny

Každé období si nese svůj půvab, své kouzlo a své přijetí námi lidmi. Právě nastává jedno z nejhezčích v roce. Dlouhé roky se vedla tradice, při které se po těžkých zimách vítalo jaro s nadšením, neboť je symbolem zrození něčeho nového a pro nás příjemného. V tomto duchu si na Smrtnou neděli 26. března připravil Folklorní soubor Lučinka krátké vystoupení na uvítání jara v naší malebné krajině. Pojďte se s námi podílet na vynášení Mařeny, symbolu zimy a smrti, a přinášení líta, symbolu jara a nového života, které chceme přivést a srdečně uvítat i u nás. Můžete se těšit na mnoho lidových obyčejů, které jsou součástí našeho folklorního dědictví a jsou spojovány s všedními i nevšedními jarními radostmi. Program si pro vás připravují jak děti ze Ševců a Formanů, tak starší tanečníci z Mlýnářů, a to vše za doprovodu Muzičky. Těšíme se s Vámi na viděnou od 16 hodin v Centrálním parku „U Sovičky“.

Pokud by Vám to snad bylo málo, budou pro Vás po celý víkend v okolí Stodůleckého rybníka vyvěšena povídaní o postních nedělích, které jsou předzvěstí a přípravou na Velikonoce. A tak se třeba i během běžné vycházky můžete ujistit ve svých stávajících znalostech anebo se dovědět něco nového a zajímavého. Přejeme Vám příjemný předvelikonoční čas.

Petr Hubáček



Z Motola do Břevnova

Výchozím bodem dnešního výletu je tramvajová zastávka Poštovka na Plzeňské ulici. Vystoupíme-li z tramvaje prvními dveřmi, uvidíme před sebou schody, které vystoupáme. Přejdeme ulici Zahradníčkova pokračujeme rovně kolem domů 1123/12 a 1124/14, za nimi se dáme vlevo a jdeme krajem parku Poštovka. Vyjdeme v ulici Zahradníčkova a tou míříme rovně. Na křižovatce s ulicí Vstupní zabočíme vlevo do parku. Před můstkem se šedivým zábradlím jdeme doprava podél potoka a Motolských rybníků po pravé ruce. Vyjdeme u silnice



s autobusovou zastávkou vpravo, k níž jdeme. Pokračujeme stále nahoru podél plotu nemocnice Motol až k semaforům u metra. Semaforey přejdeme a půjdeme vlevo dolů k zastávce. Za ní se dáme pěšinkou vpravo nahoru lesem. Dojdeme k elektrickému vedení a pod ním půjdeme širší cestou doleva. Vyjdeme u sadu s mladými stromky. Zde pokračujeme nahoru k budově větráku a dále vrchem nad ním. Na kraji lesa jdeme stále rovně nahoru mezi stromky po-

sléze pěšinou kolem zahrádek nad námi. Až dojdeme na větší rozcestí, na kterém uvidíme nahoře prosklenou budovu školy. Zde pozor. My se dáme doleva dolů, stále touto pěšinou, nikam neodbočujeme. Až vyjdeme z lesa na zpevněnou cestu. Je to cyklostezka. Na ní odbočíme doprava nahoru k bílému domu. Zde jdeme vlevo. Jsme v ulici



U Boroviček. Na první křižovatce míříme doprava a rovně ulicí Na Bělohorské pláni. Dojdeme k autobusové zastávce Bílá Hora. Jdeme doprava k přechodu, který přejdeme a vpravo projdeme kolem konečné tramvají. Za ní pokračujeme stále rovně. Na první křižovatce odbočíme vlevo do ulice Thurnova a posléze projdeme ulicí Pozdeňskou. Jdeme kolem hřiště TJ Sokol Bílá Hora. Na jeho rohu zamíříme doleva a jdeme kolem posilovny k bráně do obory Hvězda. Tou vstoupíme do obory a jdeme rovně až k letohrádku. Od něho pokračujeme druhou krajní cestou /ne prostřední/ k boční bráně. Vpravo vidíme pískovcovou sochu husitského hejtmána Jana Roháče z Dubé. Autorem je sochař Alois Sopr.

Do roku 1966 stála socha na místě hejtmánovy popravky u Staroměstské radnice. Bránou vyjdeme z obory, proti nám je hospoda U Holečků, kde je příjemné posezení. Od hospody jdeme vpravo a vzápětí zabočíme první odbočkou vlevo, pak první odbočkou doprava do ulice



Zeyerova alej. Na jejím konci pokračujeme stále rovně jakýmsi prostranstvím až na hlavní silnici s přechodem. Ten přejdeme. Jdeme vlevo a hned zabočíme doprava do ulice Zvoníčkova. Procházíme kolem plochodrážního stadionu. Byl postaven v 50. letech 20. století. První závod se zde jel v roce 1957. Auto klub Markéta každoročně hostí Memoriál Luboše Tomíčka, který se jezdí na počest vynikajícího československého reprezentanta, jenž tragicky zahynul při boji o Zlatou přílbu v roce 1968. Jedná se o nejstarší pražský závod, který každý rok navštíví tisíce fanoušků ploché dráhy. První Mistrovství světa jednotlivců na krátké ploché dráze se uskutečnilo v roce 1936. V Praze se poprvé jelo roku 1979. Současná podoba MS, Speedway



Grand Prix, se na Markétě koná od roku 1997. Od té doby prodělal areál značnou proměnu a změnil se v moderní stánek klasické ploché dráhy. Kapacita diváků je necelých 10 tisíc. Vnitřní prostor plochodrážního oválu zaplňuje ragbyové hřiště s umělou trávou. Po levé ruce míjíme koleje Univerzity Karlovy. Dojdeme na začátek ulice U Vojtěšky, kterou sejdeme dolů podél Břevnovského hřbitova, kam můžete zajít. Byl založen 1739. Původně se zde pohřbívali řeholníci z Břevnovského kláštera. V 19. století byl několikrát rozšířen. K poslednímu odpočinku zde ulehli například písničkář Karel Kryl, filosof Jan Patočka, básník Karel Šiktanc, prelát pražské metropolitní kapituly a další. Dnes jste ušli kolem 9 km. Zdrávi došli!

KČT, odbor Praha – Karlov, oddíl TurBan, Marta Kravčíková

Klub seniorů I (pondělí 13 – 16 hod.)

- 6. 3. Oslavíme MDŽ
Počítače pro členy KS I
- 13. 3. Přednáška tel. akademie marketingové volání
- 20. 3. Přednáška MP Praha Bezpečnost seniorů
Počítače pro členy KS I
- 27. 3. Káva o čtrnácté

František Kundrát, vedoucí klubu, tel. 736 413 465

Klub seniorů II (úterý 13 – 15.30 hod.)

- 7. 3. Oslava MDŽ
- 14. 3. Povídání o tom, jak pohodově prožít náš věk
- 21. 3. O historii starého řemesla nám bude vyprávět
Majka Novotná
- 28. 3. Odpolední posezení u kávy a čaje

Alena Dušková, vedoucí klubu, tel. 606 589 929

Klub seniorů III (středa 13 – 15 hod.)

Členové klubu se schází každou středu od 13 do 15.30 hodin v „malé“ klubovně v přízemí nové budovy DSS Lukáš, Trávníčkova 1746. Na předem dohodnutém programu si popovídáme při kávě nebo čaji se zákuskem. Rádi si při hudbě zazpíváme, společně oslavujeme významné narozeniny našich členů a také si rádi povídáme o různých zajímavostech, nebo si je jen znovu připomeneme. Můžete se přijít k nám do klubu podívat.

Anna Kubišová, vedoucí klubu, tel. tel. 723 355 250

Senior klub X (středa 15 – 17 hod.)

Klub seniorů se schází pravidelně každou středu v Lukáši.

- 8. 3. Jiří Wolker
- 15. 3. Korunovační klenoty
- 22. 3. Naší přírodou
- 29. 3. Československé legie

Jaroslav Šíkula, vedoucí klubu, tel. 603 461 311

Klub seniorů XI (pondělí 14 – 16 hod.)

Scházíme se každé pondělí od 14 do 16 hodin v nové klubovně v přízemí přístavby DSS Lukáš, Trávníčkova 1746.

V roce 2023 budeme pracovat s numerologií, konkrétní program navrhnou členky klubu. Naše setkání zahajujeme povídáním, při kávě nebo čaji. Rozšiřujeme kapacitu, jelikož máme novou, velkou klubovnu. Přijďte se podívat na zajímavou hru s numerologií! Přijímáme nové členy! Těšíme se na Vás!



Jana Patrmanová, vedoucí klubu, tel. 723 630 813

Klub seniorů XIII (pondělí 13 – 15 hod.)

Scházíme se každé pondělí od 13 do 15 hodin v salonku restaurace Pod radnicí.

- 6. 3. Návštěva Aquaparku Barrandov
- 13. 3. Setkání v našem klubu Pod Radnicí - stolní hry
- 20. 3. Bowling v OC Zličín
- 27. 3. Setkání při kávičce v našem klubu

Helena Kubíková, vedoucí klubu, tel. 737 226 512

Klub seniorů a přátel Vidoule

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

František Voříšek, vedoucí klubu, tel. 251 622 283

Klub seniorů staré Stodůlky

Scházíme se každý čtvrtek od 14 hodin.

Program přizpůsobujeme přání členů klubu, nechybí ani povídání u kávy.

Eva Leflerová, vedoucí klubu, tel. 732 135 014

S místní Agendou 21 do kostela sv. Jana Nepomuckého



Dovolujeme si Vám nabídnout procházku spojenou s komentovanou prohlídkou kostela sv. Jana Nepomuckého v Praze-Košičích, kterou povede zastupitel MČ Praha 13 pan Vít Bobysud. Sraz proběhne ve středu 22. března v 10 hodin na tramvajové zastávce Kavalírka. Účastníci akce obdrží další ze série nálepek do *Vzpomínkovníku*, pokud oblíbenou brožurku ještě nemáte, rádi Vám předáme nové vydání. V případě zájmu o účast se hlase na e-mail zelenkovah@praha13.cz, nejpozději do 20. března. Účast na akci je zcela zdarma.



prohlídkou kostela sv. Jana Nepomuckého v Praze-Košičích, kterou povede zastupitel MČ Praha 13 pan Vít Bobysud. Sraz proběhne ve středu 22. března v 10 hodin na tramvajové zastávce Kavalírka. Účastníci akce obdrží další ze série nálepek do *Vzpomínkovníku*,

pokud oblíbenou brožurku ještě nemáte, rádi Vám předáme nové vydání. V případě zájmu o účast se hlase na e-mail zelenkovah@praha13.cz, nejpozději do 20. března. Účast na akci je zcela zdarma.

Hana Zelenková, MA 21

Středisko sociálních služeb Praha 13 Lukáš přijme do svého týmu nového zaměstnance na pozici: PEČOVATEL/KA – AKTIVNÍ ŘIDIČ/KA

CHARAKTERISTIKA POZICE: Vhodný kandidát bude mít k dispozici osobní vůz pro svůj přesun v lokalitě Prahy 13 a Prahy 5-Řeporyje za účelem zajištění péče o klienty pečovatelské služby. Denní agendou nového zaměstnance bude dovoz obědů, pomoc s péčí o vlastní osobu klienta případně pomoc s péčí o domácnost klienta. Pro výkon této profese je dostačující řidičský průkaz sk. B.

NABÍZÍME: Zaměstnání u stabilního zaměstnavatele se zaručeným termínem výplaty, stravenky případně možnost stravování v závodní jídelně, 5 týdnů dovolené, 4 dny indispozičního volna (tzv. sick days), příspěvek na penzijní připojištění, příspěvek při životních a pracovních výročí, zaměstnání u stanice metra B Luka.

V případě zájmu, zasílejte své životopisy na e-mail socialnimc@sssp13.cz, tel. 222 543 021, 602 527 959. SSSP13, Trávníčkova 1746/37, Praha 5 Stodůlky. Úplné informace o pracovní pozici naleznete na www.sssp13.cz.

Středisko sociálních služeb Praha 13 Lukáš, Trávníčkova 1746/37, Praha 13 hledá do kuchyně brigádníka na pomocné práce do kuchyně jako zástup po dobu dovolených anebo onemocnění pracovníků organizace:

CHARAKTERISTIKA PRÁCE: pomocné práce v kuchyni (krájení zeleniny, masa), mytí nádobí, úklid, apod., práce na DPP, 120 Kč/hod., vhodné pro učné a lidi z oboru gastronomie, pro studenty, osoby na mateřské/rodičovské dovolené nebo pro seniory, úplnou informací o práci najdete na www.sssp13.cz.

V případě zájmu volejte vedoucí stravovacího zařízení paní Kristinu Urbanovou, tel. 222 543 023, 606 194 062, e-mail: jidelna@sssp13.cz.

SLUŽBY

- **Instalatérské práce Haluška – montáž, voda,** plyn, kanalizace, topení malé i větší opravy. Tel. 602 934 126.
- **Malování, štukování, kompletace nábytku a drobné práce.** Tel. 603 305 211, Seher, f.seher@seznam.cz.
- **Levné opravy praček a prodej opravených.** Likvidace zdarma. PO-PÁ 9-21 hod. Tel. 603 878 406.
- **TRUHLÁŘSKÉ PRÁCE** – nábytek na míru, vestavěné skříně, kuch. linky, výměna kuchyňských dvířek a pracovních desek, úpravy a opravy nábytku. Tel. 605 437 971.
- **OPRAVY AUT. PRAČEK – EXNER.** Tel. 608 928 283.
- **Nabízím malířské práce, štukování stěn i stropů.** Tel. 606 227 390, jsaifrt@seznam.cz.

www.TVSERVIS.cz Antény, STA, opravy TV
tel. 733 311 747

- **RIZIKOVÉ KÁCENÍ, ŘEZ, OŠETŘOVÁNÍ STROMŮ.** ÚDRŽBA ZAHRAD. Tel. 606 662 223, 723 899 561.
- **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE ERBEN:** nová el. vedení pro zásuvky, světla, rekonstrukce elektřiny, revize elektro zařízení. www.elektrikareren.cz, tel. 604 516 344.
- **Malba místo tapet – trháni tapet, štukování,** malování a lakýrnické práce. Tel. 602 945 537.
- **ŠÍČÍ STROJE – opravy u zákazníka – Petr Meyer.** Tel. 211 148 037, 603 341 927.
- **Malování, štukování, tapetování, lakování** (okna, dveře, topení, zárubně, umakartová jádra, koupelny, WC), vč. hr. úklidu a so + ne. Tel. 603 221 653.

PROFESIONÁLNÍ STROJOVÉ
ČIŠTĚNÍ KOBERCŮ A ČALOUNĚNÍ

Vysoušení ventilátory ZDARMA
Ceny z roku 2022
BEZ DPH I PŮJČOVNA STROJŮ
☎ +420 777 137 495



WWW.USAKCISTENIKOBERCU.CZ

- **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE, NONSTOP OPRAVY, MONTÁŽ, REVIZE, VÝMĚNA DIGESTOŘÍ.** TEL. 602 976 979, NEŠPOR.
- **ELEKTRIKÁŘSKÉ PRÁCE, OPRAVY ZÁSUVK, světel,** jističů, připojení spotřebičů, sporáky, digestoře, varné desky, rekonstrukce elektroinstalací. Tel. 604 794 209.
- **FAJKTOP instalatérské a topenářské služby,** www.fajtop.cz, pohotovost 24/7, vč. svátků, tel. 606 046 909.
- **Instalatérské práce Samek (voda) – opravy** a montáže vodovodního a odpadního potrubí, výměny baterií, WC, připojení myček, praček i další drobné práce. Tel. 606 813 162, e-mail: veny.super@seznam.cz.
- **Instalatérské práce. Čištění odpadů a kanali-** zace. Tel. 604 490 775.
- **Rekonstrukce, bytová jádra, stavební činnost,** řezání panelů, sádkokarton. Tel. 774 584 243.

KPK Podlahy Zděnek Veselý

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

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

OPRAVY TELEVIZORŮ

I V BYTECH ZÁKAZNÍKŮ
DVD, CD, VIDEO, malé spotřebiče

777 606 707 Josef.koubek@seznam.cz

Po předložení tohoto inzerátu po Praxe 13 sleva 50 % na první dopravu

- **Stavební práce Smítka: rekonstrukce bytů,** byt. jader, elektroinstalace vč. revize, instalatérské práce, podlahy, obklady, dlažby, štukování a stěrkování panelů, malování bytů. Informace: M. Smítka, mob. 603 487 383, e-mail: mirsmit@volny.cz.
- **Nabízím strojové čištění koberců, sedaček** a křesel, spolehlivé mytí oken. Provádíme v domácnostech, firmách, školách apod. David Burian, tel. 773 540 170, info@dbuklid.cz.
- **Rekonstrukce bytových a nebytových prostor,** www.dmstavby.cz, michaeldrdlicek@gmail.com. Tel. 602 291 737.
- **Zpracování účetnictví, personalistiky, daňová** evidence, zastupování na úřadech, osobní návštěva u klientů. Praxe, kvalitně a za přijatelné ceny. Tel. 731 515 392.
- **Malování, lakování, tapety, štuk, stěrkování,** fládrování, tel. 736 691 087, www.malirina.cz.
- **Pedikúra mokrá – Lužiny, Příškova 34 –** tel. 603 890 000.

GATO, s.r.o. • žaluzie • rolety

• sítě proti hmyzu

• venkovní • vnitřní • řešíme ihned

www.gato.cz, tel. 777 038 001

- **Montáže klimatizací a TČ do bytů, RD, kanceláří** (Samsung, Daikin, Sinclair). Provádím opravy, servis, revize, el. práce. Martin Humpolec, tel. 777 989 729, e-mail: humpi@seznam.cz, P-5 Velká Ohrada.
- **Instalatérské práce Masařík – plyn, voda, topení.** Dodávky a montáže plynových spotřebičů. Veškeré instalatérské a topenářské práce. Revize požárních hydrantů. Tepelná čerpadla a solární systémy. Tel. 602 331 959.
- **CERTIFIKOVANÁ PEDIKÉRKA V POKOJÍ VAŠEHO** DOMOVA, tel. 608 319 110, e-mail: barborajanickova@centrum.cz.

MALÍŘI - LAKÝRNÍCI

štukování, zed. práce - vše s úklidem
česká firma, nízké ceny, tel. 732 165 560

- **Nabízím vám kadeřnické služby všeho druhu** v prostředí vašeho domova a dle vašich časových možností. Volejte 774 901 193.
- **Psí salon Příškova 32, Lužiny, tel. 603 890 000.**
- **Interiérový designer Zuzana Podrazilová.** Návrhy interiérů, nábytku, vizualizace a odborná pomoc při realizaci. Tel. 737 111 000, www.suzidesign.cz.

ŽALUZIE • ROLETY



• SÍTĚ PROTI HMYZU • SEŘÍZENÍ OKEN
• VÝROBA • PRODEJ • MONTÁŽ • OPRAVY
• NÁHRADNÍ DÍLY • PORADENSTVÍ

777 208 491 • info@har.cz • www.har.cz

ČALOUNICTVÍ U METRA HŮRKA

opravy čalouněného nábytku, židle, křesla apod.

Příjem zakázek tel. 604 648 199

Husníkova 2087 www.calounictvi-cepela.cz

- **Pedikúra, manikúra – nabízím služby domů.** Mžiková, tel. 775 925 581.
- **Servis plastových oken. Okna je nutno jednou** za dva roky seřídít a promazat, jinak neplní svou funkci a dochází k vážnému poškození. Tel. 601 236 957, jirasek.servis@seznam.cz.
- **OPRAVA ŽALUZÍ - VÝMĚNA VODÍCÍCH LANEK -** NOVÉ ŽALUZIE - SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN DVEŘÍ - SÍTĚ PROTI HMYZU. Tel. 733 720 950, pavel.janci@email.cz.

HODINOVÝ MANŽEL

Běžné opravy v domácnosti, montáž nábytku, policek apod.
Tel.: 724 28 12 38

www.rekonstrukce-help.cz

- **PEDIKÚRA** – i v pohodlí Vašeho domova, tel. 603 910 026.
- **Prodlužování vlasů od 18 Kč,** tel. 777 538 448.
- **Návrhy bytových interiérů – dispozice, výběr** nábytku, zpracování 3D vizualizace, bytový textil – od návrhu po realizaci. Tel. 777 023 023, interiery@michaelakopecka.cz.
- **!! Odvoz starého nábytku na skládku. Stěhování** všeho druhu. Vyklizení sklepů, bytů, pozůstalostí atd. Naložíme a odvezeme cokoliv. Vše za rozumnou cenu. Volejte tel. 773 484 056.

REKONSTRUKCE BYTŮ

Rekonstrukce koupelen i celých bytů

Tel.: 724 28 12 38

www.rekonstrukce-help.cz

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



Čištění koberců
a čalounění,
mytí oken

CISTENIBURIAN.cz ☎ 773 540 170

KOUPELNY
STAVEBNÍ PRÁCE

REKONSTRUKCE BYTŮ A DOMŮ
ELEKTRO - VODA - TOPENÍ
PLOVOUCÍ PODLAHY - PVC
ŠTUKOVÁNÍ - MALOVÁNÍ

Mobil: 775 245 420, 602 245 428
E-mail: NejedlyTomas@seznam.cz

Nušlova 2279
Praha 5 - Nové Butovice
telefon 606 818 082
po 14-19 hodin
út-pá 14-18 hodin

půjčovna | servis | prodej | sjezdové lyže | běžky | snowboard
SERVIS LYŽÍ 399,- www.CYKLOservispetr.cz

**KADEŘNICTVÍ
STUDIO K**

Kateřina Etlzová
tel. 606 354 603

Brdčickova 1907/28, 155 00 Praha 5
E-mail: katkae@email.cz, www.studiokatka.cz

RŮZNÉ

- Děkuji za vrácení nalezených dokladů 15. února 2023 v ulici Před rybníkem, Stodůlky. Prosím ozvěte se. Tel. 602 643 550.
- Nabízím doučování angličtiny a dalších předmětů ZŠ. Docházím za žáky. Tel. 732 557 512.
- Sídlo v Praze pro OSVČ, s.r.o. od 149 Kč/měsíc. Tel. 728 991 247, IT: www.sidloprofimupraha.cz.
- Hodinář opravuje a také vykupuje staré hodiny, kapesní a náramkové hodinky. Tel. 604 433 420.
- Dovolená v Chorvatsku. Přímou a moře pronajmu 3 apartmány. Klid, soukromí. Info na tel. 607 753 091.
- Koupím CD a LP gramofonové desky. Přijedu. Tel. 721 442 860.
- Sběratel koupí obrazy, vojenské věci, staré loutkové divadlo a jiné věci. Tel. 604 433 420.

BYTY

- Koupím byt v Praze 5, přímo od majitele. Tel. 604 617 788.
- Přímý zájemce koupí dva byty v Praze a okolí. Lze i zvlášť. Menší pro dceru a větší pro sebe. Na stěhování nespěchám. Seniori mohou nechat v bytě na dožití. Privatizaci a dluhy zaplatím. Tel. 608 661 664.



**Realitní služby,
jaké si přejete**

Ing. Miroslava Novotná
T 606 151 248
E miroslava.novotna@re-max.cz



izraelskavina.cz

Vína z Čech, Moravy a Izraele
Hostinského 1538/3, Praha 13 - Stodůlky
Výdejní místo - PPL a DPD,
e-shop Izraelskavina.cz

ÚKLIDOVÉ SLUŽBY

s 20 letou tradicí

pro: bytové domy, SVJ, správy, firmy a byt. družstva...
... spolehlivost, zkušenost, vstřícnost ...

Dušan Procházka Tel. 774 024 646

E-mail: dp.uklidysprava@seznam.cz

**DIGITÁLNÍ TISK • KOPÍROVÁNÍ
KROUŽKOVÁ VAZBA • RAZÍTKA**

Otevřeno: Po-Čt 8-12 13-18, Pá 8-12 13-17, So 9-13 hod.

Konopova 431/6 • Praha 5 - Řepporyje • Tel.: 603 167 905
info@tiskpip.cz • www.tiskpip.cz

Ing. Milan Šámal
Realitní makléř

Důvěra. Profesionalita.

- ✓ Moderní postupy prodeje nemovitostí
- ✓ Špičková kvalita a rozsah služeb
- ✓ Osobní přístup



M. Šámal



WWW.REALITYSAMAL.CZ ☎ 602 100 722



**GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA**

Zástupce ČP Distribuce a.s., došedně 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

ZAMĚSTNÁNÍ

- Hledám zkušenou kadeřnici a manikérku/neh-tařku na ŽL do salonku Praha 5 - Košířské náměstí. Svoboda v tvorbě cen i docházky. Cena 6000 Kč. Dohodou. Další info na tel. 776 009 667.
- Přijmu kadeřnici (ka) na živ. list. Tel. 728 995 661.
- Hledáme spolehlivé lidi, kteří mají chuť pracovat a učit se nové věci u firmy, která je lídrem ve svém oboru. Možnost velmi rychlého kariérního růstu v oblasti, která má smysl. Zaškolíme, podpoříme. Volejte tel. 602 322 302.
- Hledáme kolegy pro montáže žaluzií, rolet, sítí proti hmyzu. Volná pracovní doba, odměna dle počtu zakázek, rozsah práce dohodou. Vhodné i jako přivýdělek. Jednoduché montáže, zapracujeme. Kontakt písemně na gato@gato.cz, tel. 777 038 000.

Bezpečnostní informační služba



Hleď do pracovního poměru:

**UKLÍZEČKU, ZÁMEČNÍKA, KUCHAŘE, MALÍŘE,
KANTÝNSKOU, DOMOVNÍKA A ELEKTRIKÁŘE**

Do služebního poměru dle zákona č. 361/2003 Sb.:
**OSTRAHA OBJEKTŮ A PRACOVNÍK DOKLEDOVÉHO
CENTRA, MATERIÁLOVÝ/Á ÚČETNÍ**

**NABÍZÍME: 25 dnů dovolené, 4 dny zdravotního volna,
v případě služebního poměru 30 dní dovolené,
příspěvek na stravování a rekreaci, stabilní pracovní
dobu, možnost ubytování**

MÍSTO PRACOVNÍSTĚ: Praha

KONTAKT: personal@bis.cz, tel. 224 235 496



**Kuchyně - vestavné skříně - nábytek
Zakázková výroba a montáž**

Zdarma nezávazná konzultace a zaměření u Vás doma
Vzorkovna kdykoliv po domluvě: Smichovská 142, P5- Řepporyje

www.kuchynskelinky-zak.cz
Kuchynskelinky-zak@seznam.cz Tel. 603 854 072

MŠ Šikulka, Praha 13, Hostinského 1534
přijme **kvalifikovanou učitelku** od 1. 4. 2023
na celý úvazek. Žádost s příloženým
životopisem zasílejte na e-mail:
reditelka@skolka-sikulka.cz.

MŠ Šikulka, Praha 13, Hostinského 1534
přijme **učitelku (i nekvalifikovanou)**
na 0,5 úvazku, od 1. 4. 2023.
Žádost s příloženým životopisem pošlete
na e-mail: reditelka@skolka-sikulka.cz.

HLEDÁME UČITELKU DO MŠ POHÁDKA

Mateřská škola Pohádka, Janského 2187/16,
Praha 13 hledá do svého týmu novou kolegyni
na pozici **učitelka do první třídy.**

Nástup od 1. 4. 2023.

Nabízíme práci na HPP, mzda dle platné platové
tabulky, odměny, příspěvek na stravování,
příspěvek na penzijní připojištění, 7 týdnů dovolené.

Možnost dalšího vzdělávání na seminářích.

Minimální vzdělání s maturitou (pedagogická škola
vítána či možnost jejího doplnění).

Životopisy zasílejte na email: pohadka.ms@volny.cz.

Pro další informace volejte:
tel. 774 675 652, 251 623 891

stop

STODŮLECKÝ POSEL
Zpráva, Měsíční časopis Praha 13

Přijmu nové distributory na roznoš STOPu.
Vhodné jako přivýdělek pro studenty a šikovné důchodce.
Bližší informace na tel. 603 728 140.

stop

STODŮLECKÝ POSEL
Zpráva, Měsíční časopis Praha 13

**Privátní psychologická
a psychotherapeutická
ordinace**

PhDr. Hana Jenčová
Tel. 602 805 633

Mukařovského 1986, Praha 5



www.jencova.cz

- individuální terapie

Nově aktuálně: telefonické i osobní
konzultace pro předem objednané klienty
- viz přesné info na webu

Rychlé objednávací termíny včetně víkendů,
dlouholetá praxe, přímá platba

(klienti VOZP mají péči hrazenou zdravotní
pojišťovnou)

ŽALUZIE

Montáž a opravy, sítě proti hmyzu

AUTODOPRAVA

Dodávkami (místní i dálková)

BROUŠENÍ

Nožů, nerezů (leštění), kotoučových pil

Tel. 251 619 721, 602 282 053

www.fakase.cz pkase@o2active.cz

FaKaše

**REKONSTRUKCE KOUPELEN
A KOMPLETNÍ PŘESTAVBY
BYTŮ.**

KVALITNĚ A ZA ROZUMNÉ CENY.

Osobní cenová kalkulace
a konzultace zdarma.

Tel. 777 317 278

JERÁBEK

VŠE PRO VAŠE BYDLENÍ

ZASKLENÍ BALKONŮ

ŽALUZIE

SÍTĚ A SUŠÁKY

info@bydlenijerabek.cz

WWW.BYDLENIJERABEK.CZ

+420 739 034 488

WWW.ZALUZIEJERABEK.CZ

**SLEVA 10% NA ZASKLENÍ BALKONU
DO KONCE BŘEZNA 2023**

LUZINY

obchodní centrum

FŠECHNO PRO ZDRAVÍ

8.3.2023 | 10:00 - 18:00 | AKCE DEN ZDRAVÍ A KRÁSY

BENU
LÉKÁRNA

lékárna

moja@ambulance

praktický lékař



YVES ROCHER

Brétagne, France

rostlinná kosmetika



fitness

HERBA
zdravá výživa

zdravá výživa

Le Salon

kosmetika, manikúra, pedikúra,
kadeřnictví, masáže



LUZINY
obchodní centrum

Archeologická 2256, 155 00 Praha 5
T: 251 556 580 E: info@ocluziny.cz W: www.ocluziny.cz



PŘÍMO NA STANICI METRO B.
Parkování přímo u obchodního centra!

Sobota 4. 3. • 9.00 – 13.00

Jarní bazar dětského oblečení

Komunitní centrum sv. Prokopa, V Hůrkách 1292/8
Římskokatolická farnost Stodůlky Vás zve na *Jarní bazar dětského oblečení*. Bližší info – Facebook: Bazar Komunitní centrum sv. Prokopa nebo web: kcbazar.webnode.cz.

Sobota 4. 3. • 10.00

Pohádkové dopoledne – Za kůzlátky do pohádky

Divadelní sál FZŠ prof. Otokara Chlupa, Fingerova 2186, Praha 5 – Nové Butovice
Za kůzlátky do pohádky – hraje soubor Divadla Glans, začátek představení 10.00, jednotné vstupné 100 Kč (pokladna je otevřena hodinu před začátkem představení). Bližší informace najdete na www.divadloglans.cz.

Sobota 4. 3. • 14.00

Dětský karneval

Spolkový dům, K Vidouli 727

Srdečně vás zve Klub seniorů staré Stodůlky. Čeká vás spousta zábavy, bohatá tombola a různá překvapení. Vstupné dobrovolné.



Pondělky 6., 13., 20., 27. 3. • 13.00 – 14.00

Výdej Euroklíče

Knihovna Stodůlky, Kovářova 1615/4, Praha 13

S pomocí Euroklíče se dostane osoba se zdrav. postižením nebo rodiče/pěstouni pečující o dítě do 3 let na vybraná bezbariérová WC a plošiny ve veřejných budovách, metru, čerpacích stanicích ve většině států Evropy. Klíč se bude vydávat zdarma na pobočce na základě předchozí domluvy tel. 776 246 938.

Pondělí 6. 3. • 15.00

Pohádkový dědeček čte dětem

Knihovna Stodůlky, Kovářova 1615/4, Praha 13

Děti máte rádi veselé a kouzelné příběhy? Chcete zažít krásu generačního setkávání? Tak jste srdečně zváni na pobočku MKP Stodůlky v KD Mlejn. Pohodlně se usadte a zaposlouchejte se do čtení pohádkového dědečka. Pro předškolní a mladší děti ve spolupráci s Lotokruhen, z.ú. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Úterky 7., 14., 21., 28. 3., 4. 4. • 13.00 – 15.30

Kreativní dílny pro děti

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Dílny otevřené každé kreativní duši. Podrobnosti v dětském oddělení. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Úterý 7. 3. • 14.00 – 16.00

Retrokavárna

KD Mlejn, Kovářova 1615/4

Retrokavárna je místem pro setkávání, vzpomínky, nová přátelství i zajímavá témata. První úterní odpoledne v měsíci se naše foyer otevírá seniorům, pro které je připraveno posezení u kávy doplněné o přednášku. Tentokrát se můžete těšit na autorské čtení spisovatele Břetislava Ditrycha. Zájemci z řad seniorů si mohou rezervovat místo na telefonním čísle 235 011 451 u paní Kraljové. Těšíme se na Vás.



Středa 8. 3. • 16.00 – 17.00

a znovu pátek 10. 3. • 10.00 – 11.00

Literární hrátky

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Interaktivní pořad pro děti ve věku 2-6 let a rodiče, tentokrát na téma *Jaro je tu*. Doporučujeme registrovat se předem přes e-mail: olga.vlasakova@mlp.cz, na tel. 770 130 281 nebo osobně v pobočce Lužiny.

Středy 8., 22., 29. 3. • 16.00

Jarní školička

Základní škola Mohylová, Lužiny

Budoucí prvňáčci a jejich rodiče se mohou během jarního cyklu setkání se zdejšími učitelkami seznámit s fungováním a výukovými metodami ZŠ Mohylová. Program začíná vždy v 16.00.

Středy 8., 15., 22., 29. 3., 5. 4. • 16.00 – 18.00

Doučování pro děti s Novou školou, o.p.s.

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Potřebuješ poradit s něčím do školy? Přijď, dobrovolníci z Nové školy ti pomůžou. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Středy 8., 15., 22. a 29. 3. • 16.00 – 18.30

Scrabble

Knihovna Stodůlky, Kovářova 1615/4, Praha 13

Srdečně zveme na hru scrabble do naší pobočky. Vítejte začátečníky i pokročilé. Přijďte se pobavit, odpočinout si, zapřemýšlet. Rádi vás mezi sebou přivítáme. Scházíme se každou středu od 16.00 do 18.30 hodin. Rádi vás mezi sebou přivítáme. Vstup volný. Změna programu vyhrazena.

Čtvrtek 9. 3. • 16.00 – 18.00

Dílnička pro děti

Knihovna Stodůlky, Kovářova 1615/4, Praha 13

Přijďte si vyrobit papírovou masku. Materiál máme, vše zdarma. Těšíme se na tvoření s vámi. Vstup volný. Změna programu vyhrazena.

Čtvrtek 9., 16., 23., 30. 3., 6. 4. • 14.00 – 16.00

Trochu jiné odpoledne v knihovně

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Setkávání pro děti a mládež s pracovníky nízkoprahového Klubu Jedna Trojka (Proxima sociale, o.p.s.). Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Čtvrtek 9., 23., 30. 3. • 16.00

Dílničky pro budoucí prvňáčky

FZŠ Mezi Školami, Mezi Školami 2322

Budoucí prvňáčci si u nás v rámci přípravných dílniček vyzkouší roli žáka a formou didaktických her přiměřeného věku vyřeší zajímavé úkoly z matematiky a jazykové výchovy, nakreslí si obrázek a možná si odnesou i svoji první jedničku. Pro rodiče jsou připraveny informační besedy a workshopy, kde se blíže seznámí s metodami práce učitelů v naší škole. Dílničky začínají vždy v 16.00 hod. Bližší informace na tel. 251 613 247, 730 826 141.

Středa 15. 3. • 16.00 – 18.30

Na jedné vlně: Klub tvoření s vlnou

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Pravidelné setkání, kde můžete nabrat inspiraci, naučit se základy práce s vlnou, ale také si navzájem dát tipy na nejrůznější techniky a vzory. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Středy 15. a 29. 3. • 16.00 – 17.30

Deskohrátky

Knihovna Stodůlky, Kovářova 1615/4, Praha 13

Zveme děti, rodiče s dětmi, prarodiči do našeho klubu deskových her. Scházíme se jednou za 14 dní v knihovně v KD Mlejn. Těšíme se na všechny děti, které se nechtějí nudit. Můžete přinést i svoji hru a naučit nás ji. Získáte účastí a hraním her body, později odměnu. Hráh a hráčům zdar! Vstup volný. Změna programu vyhrazena.

Středa 22. 3. • 16.00 – 18.30

Workshop koláže: Pravidelná setkání milovníků koláží

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Srdečně zveme všechny zájemce na workshop, kde se naučí tvořit koláže. Ukážeme si různé techniky a přístupy. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Středa 22. 3. • 16.30 – 17.30

Workshop TIB – Velikonoční vykrajovatko

FZŠ Trávníčkova, Trávníčkova 1744

Nejvyšší čas se začít připravovat na Velikonoce, na které si můžete vyrobit velikonoční vykrajovatko a díky tomu upéct krásně barevné perníčky. Workshop je vhodný pro děti od 7 let. Více informací najdete na www.tib.cz.

Čtvrtek 23. 3. • 8.00 – 11.00

a 15.00 – 17.00

Den otevřených dveří na ZŠ Janského - správná škola, správná volba

Janského 2189/18, Stodůlky

V dopoledním čase si můžete prohlédnout školu a učebny, seznámit se s programem Začít spolu a setkat se s učiteli přípravných ročníků a vyučujícími 1. a 2. stupně. Odpoledne spolu přivítáme jaro zábavnou naučnou stezkou plnou úkolů a hádanek. Na všechny se těší tým pedagogů ZŠ Janského. Více na www.zs-janskeho.cz.



Čtvrtek 23. 3. • 16.30 – 18.00

Workshop TIB – Velikonoční pohádka

FZŠ Trávníčkova, Trávníčkova 1744

Chcete poslat originální velikonoční přání? Na workshopu Velikonoční pohádka vytvoříme pomocí Stop motion animovaný film. Workshop je vhodný pro děti od 7 let. Více informací najdete na www.tib.cz.

Neděle 26. 3. • 16.00

Vynášení Mařeny

Centrální park Prahy 13 - U Sovičky

Na Smrtnou neděli proběhne vítání jara Folklorním souborem Lučinka. Přijďte si užít lidové obyčje, které jsou součástí našeho folklorního dědictví a jsou spojovány s všedními i nevsedními jarními radostmi. Lučinka si připravila krátké vystoupení na uvítání jara v naší malebné krajině. Pojdte se s námi podílet na vynášení Mařeny, symbolu zimy a smrti, a přinášení líta, symbolu jara a nového života, které chceme přivést a srdečně uvítat i u nás.



Úterý 28. 3. – pátek 31. 3. • 9.00 – 17.00

Velikonoční výstava

Základní škola Mohylová, Lužiny

Dovolujeme si vás pozvat na tradiční Velikonoční výstavu v ZŠ Mohylová. Těšit se můžete na slavnostní zahájení výstavy, velikonoční koncert, chvilku poezie a další vystoupení. Budete mít příležitost prohlédnout si výrobky dětí, posedět u dobrot v kavárně, nakoupit dárky, a to vše v slavnostně nazdobených prostorech naší školy, kde se můžete nechat vtáhnout do velikonoční atmosféry a nechat se inspirovat. Školou Vás provedou naše děti. Všichni z Mohylky se na Vás velmi těší!

Středa 29. 3. • 9.00 – 19.00

Swap knih

Knihovna Lužiny, Archeologická 2256/1, Praha 13

Při příležitosti března měsíce čtenářů jsme pro vás opět připravili den pro výměnu knih. V průběhu celé otevřené doby naši pobočky můžete přijít a v akváriu vyměnit přečtené knihy za jiné, které přinesou ostatní čtenáři. Vstup na akce je volný. Změna programu vyhrazena.

Čtvrtek 30. 3. • 16.00

Den otevřených dveří

Základní škola Mohylová, Lužiny

Přijďte se k nám nejen podívat, ale také se dovědět vše o škole i výukových programech.

Čtvrtek 30. 3. • 19.30

Ivan Hlas Trio

KD Mlejn, Kovářova 1615/4

Komorní sestava kolem písničkáře Ivana Hlase představí svou tvorbu s kořeny v hospodském blues, městských baladách i rokenrolu. Ivana Hlase v triu doprovázejí kytarista Norbi Kovács a violoncellista Jaroslav Olin Nejezchleba.

Sobota 1. 4. • 10.00

Pohádkové dopoledne - Pohádky z proutěného koše

Divadelní sál FZŠ prof. Otokara Chlupa, Fingerova 2186, Praha 5 – Nové Butovice

Pohádky z proutěného koše - O slepičce, co snáší zlatá vajíčka a o statečné selce - hraje soubor Divadla Glans, začátek představení 10.00, jednotné vstupné 100 Kč (pokladna je otevřena hodinu před začátkem představení). Bližší informace najdete na www.divadloglans.cz

Čtvrtek 13. 4.

Den otevřených dveří MŠ Pišťalka

MŠ Pišťalka, Chlupova 1798

Zveme všechny rodiče a děti na den otevřených dveří do MŠ Pišťalka, který jsme si pro vás připravili od 9 do 12 hodin a odpoledne od 13 do 16 hodin. Těšíme se na vás.



Sobota 15. 4.

25. ročník Emilovy jízdy

Pod budovou radnice na Slunečním náměstí

Emilova jízda je každoročně pořádána Praga klubem na počest znalce a nejvýznamnějšího sběratele vozů značky Praga pana Emila Příhody. Vozidla by měla na Slunečním náměstí přijíždět v rozmezí 8.00–9.00. Start je předpokládán v 10.00. Účast vozidel není omezena jen na značku Praga. Uvidíte pestrou skladbu veteránů. Všechna vozidla pak odstartují na jízdu přes Podkozí a Nižbor k zámku Zbiroh. Cíl bude opět na Slunečním náměstí, kam vozy dorazí v odpoledních hodinách. Jízda se koná za podpory MČ Praha 13.

Čtvrtek 20. 4. • 13.00

Bezpečná třináctka aneb Bezpečnost zajištěna 2023

Sluneční náměstí, Nové Butovice

Během odpoledne budou prezentovány ukázky činnosti bezpečnostních a záchranných složek. Na akci vás srdečně zve starosta David Vodrážka.

OC LUŽINY

Archeologická 2256/1, Lužiny



Neděle 5., 12., 19., 26. 2. • 11.00

Divadélka pro děti

5. 3. Nezávislé divadlo - Velká policejní pohádka

12. 3. Liduščino divadlo - Rozpustilé bajky

19. 3. Malé divadélko Praha - O Palečkovi

26. 3. Dřevěné divadélko - Princezna na hrášku

Středa 8. 3. • 10.00 – 18.00

Den krásy a zdraví

Každá žena chce být krásná a cítit se dobře. A proto je potřeba se o sebe starat. Přijďte se podívat k nám do OC Lužiny. Postarají se o Vás značky jako Avon, Yves Rocher, Studio Vitality a také Max Fitness a Le Salon, které Vám představí svoje produkty a služby. Stánky plné krásy a zdraví budou umístěny ve 2.NP u soch Olbrama Zoubka.

Více na www.oduziny.cz, facebook: OC Lužiny.

BOTANICKÁ ZAHRADA HL. M. PRAHY

Trojská 800/196, Praha 7 – Troja



Venkovní expozice je v březnu otevřena denně 9.00–19.00, skleník Fata Morgana út-ne a svátky 9.00–19.00, vinotéka sv. Kláry po-ne a svátky 10.00–19.30.

Neděle do 17. 12. • 13.00 – 15.00

Nedělní sklep – komentované prohlídky expozic výroby vína

Komentované prohlídky vinice a sklepa s malou degustací na závěr. Nakoukněte, kde zpracováváme naše hrozny a ochutnejte vína kompletně vyrobená v botanické zahradě. Prohlídky probíhají každou neděli vždy od 13.00 a 15.00. Sraz a začátek prohlídky u pokladny Kovárna v ulici Trojská. Zastávka autobusu 112 "Kovárna".

Pátek 3. 3. – neděle 19. 3.

Orchideje, poklady vietnamské džungle

Výstava orchidejí v Botanické zahradě Praha každoročně přináší nejen potěšení z pestrobarevné krásy květů, ale také nejruznější zajímavosti ze světa orchidejí. Tentokrát se podíváme do Vietnamu. Ten je totiž skutečnou rostlinnou pokladnicí světa. Svátečními barvami jsou ve Vietnamu žlutá a červená – jsou to barvy štěstí. Výstava orchidejí ve skleníku Fata Morgana přiblíží atmosféru svátku Têt Nguyen Ďán (Vietnamský Nový rok). Přijďte spolu s námi objevit poklady této jedinečné země. Otevřeno denně od 9.00 do 19.00 (kromě pondělí).

Do soboty 25. 3.

Džungle, která nespí

Komentované prohlídky skleníkem Fata Morgana po setmění. Víte, jak vypadá prales, když se setmí? Zažijte tropický skleník Fata Morgana jinak. Zaposlouchejte se do zvuků džungle, která nikdy nespí. Zveme vás na dobrodružnou cestu kolem světa tropických rostlin, ryb a žab. Naši průvodci pro vás připravili zajímavé putování horami i nížinami, při kterém se vám bude tajit dech. Některé druhy rostlin rozkvétají v noci a omamně voní a celým skleníkem se nese koncertování tropických žabek... Každá prohlídka trvá přibližně jednu hodinu a je určena především pro dospělé a starší děti. Večerní provázení skleníkem Fata Morgana je třeba rezervovat dopředu na webu www.botanicka.cz.

Do neděle 26. 3.

Panelová fotografická výstava – Jak krmit ptáky?

Krmit či nekrmit? To je, oč tu běží. Na tuto problematiku existuje celá řada názorů. My se zde v naší zahradě vždy kloníme k názoru, že je dobré a někdy i nutné ptáky vhodným způsobem přikrmovat. Panelová fotografická výstava ptáků a ptačích krmítek je plná užitečných informací! K vidění v prostorách venkovní Ornametální zahrady.

Úterky 28. 3. a 4. 4. • 16.00 – 18.00

Workshop – Jarní cesta Lesní myslí

Lesní mysl je finský koncept aktivní relaxace, psychohygieny a péče o duševní zdraví v přírodě. Spojuje v sobě prvky pozitivní psychologie, koučinku a mindfulness, je prevencí psychických onemocnění a pomáhá s osobním rozvojem. Lekce budou probíhat formou procházky v rámci celého areálu botanické zahrady. Sraz bude vždy u Vinotéky sv. Kláry v Ornametální zahradě. Na workshop je potřeba se přihlásit předem! Kontakt pro dotazy a přihlášky – e-mail: bara@herbara.cz.

Čtvrtky do 6. 4. • 17.30

Přednáškový cyklus nejen o botanice se zajímavými osobnostmi Každý čtvrtek živě i on-line

Také v roce 2023 nepřijedete o oblíbený cyklus přednášek napříč botanickými tématy. Přípraven je pro vás opravdu pestrý obsah, který zaujme nejen vášnivě botaniky, ale i nepolibené laiky, kteří rádi objevují. Celý cyklus se ponese v duchu Asie a přednášet vám budou opravdu zajímaví hosté i odborníci z řad naší zahrady.

9. 3. Jan Ponert - Orchideje Jihozápadní Asie

16. 3. Slávek Král - Ekofarmy kolem světa

23. 3. Daniela Pařízková, Jarmila Skružná - Ājurvéda a léčivé rostliny

30. 3. Marcela Suchomelová - Japonsko: Ebisu, Fudži a macuri

6. 4. Martin Spousta - Thajsko - království masožravých rostlin

Více informací o všech akcích a novinkách najdete na www.botanicka.cz, info@botanicka.cz, tel. 234 148 111.

CZECH PHOTO CENTRE

Seydlerova 2835/4, Nové Butovice



Středa 1. 2. – pondělí 31. 7.

Výstava Czech press Photo

Národní muzeum

Ve třech sálech Národního muzea navštívit denně od 10.00 do 18.00 výstavu 28. ročníku prestižní novinářské soutěže Czech Press Photo. Na výstavě jsou prezentovány oceněné snímky a další vybrané fotografie, které charakterizují uplynulý dramatický rok. Spolu se snímky českých a slovenských fotoreportérů se představí i nastupující mladá generace, která soutěžila v rámci Czech Photo Junior.

Kontakty a další informace na www.czechphoto.org.



**DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE
STODŮLKY**

Chlupova 1800



Pondělí 13. – pátek 17. 3.

Jarní prázdniny

O jarních prázdninách kroužky a kluby neprobíhají. V Domečku probíhají výjezdní a příměstské tábory.

Pondělí 20. 3. • 19.00 – 21.00

Přednáška klubu RaDka: Jak podpořit vztahy mezi sourozenci

Nabízíme vám seminář, opět s psychologičkou Evou Královou, který vám otevře nový pohled na sourozenecký vztah vašich dětí. Budeme spolu mluvit o tom, jak můžete z pozice rodiče děti podpořit, aby spolu dobře vycházely a navzájem se podporovaly. Podíváme se na sourozeneckou rivalitu a různé cesty, jak ji zmírnit. Vaše podněty a dotazy budou cennou součástí tohoto semináře a rozhodně na ně bude prostor.

Odborné setkání pro vás realizujeme v rámci *Operačního programu Jan Amos Komenský ŠABLONY PRO MŠ A ZŠ I pro Dům dětí a mládeže Stodůlky* a je financováno MŠMT ŠABLONY PRO MŠ A ZŠ I. Vstup je proto volný, ale vaše přihláška závazná a kapacita omezena.

Pátek 24. 3.

Domečková přespávačka

Přespávačka v Domečku z pátku na sobotu, s večerním programem, večeríčkem, se snídaní a s doprovodem na vybranou akci *Rodiny v akci*, která probíhá v sobotu dopoledne (nebo v 9.00 v sobotu ráno odchod domů).

Sobota 25. 3.

Rodina v akci: Vítáme společně jaro v sobotu

Po celý den od 9.00 – 16.00 si u nás budete moci zahrát jarní retro hry (kuličky, skákání přes gumu, školku s míčem nebo přes švihadlo), pomalovat chodník křídami a také si projít stezkou s úkoly. Den zakončíme Jarním průvodem (sraz 16.30 na zadním hřišti DDM Stodůlky). Na konci průvodu se bude otevřít voda v Centrálním parku od 17 hodin s našimi účastníky Klubu lodních modelářů a jejich modely.

Program pro děti:

VědaZ: Králičí hop - pro děti 6-12 let, 9.30-12.30

In-line bruslení, začátečníci: pro děti 5-10 let, 9.30-11.00

In-line bruslení, pokročilí: pro děti 7-12 let, 11.00-12.30

Program pro děti a rodiče:

Smyslové hry: senzorická krabice s jarní tematikou 8.30-9.30 (3-99 let)

Keramika - květináč: 10.00-12.00 a 13.00-15.00 (3-99 let), samostatně děti od 10 let

Jarní dílna s průvodem: jarní tvoření, 13.30-16.00 (3-99 let), samostatně děti od 8 let

Program pro rodiče:

In-line bruslení - 12.45-13.45 (18-99 let)

Kreativní tvoření - Košík z pedigu 10.00-12.00 (18-99 let)

Čtvrtek 30. 3.

DOREMIFA

Radnice MČ Praha 13, Sluneční náměstí 2580/13

Zveme všechny nadšené hudebníky a zpěváky k účasti na 17. ročníku hudební soutěže DOREMIFA. Letošní ročník bude poprvé tematický a můžete se spolu s námi těšit na pohádkové a filmové melodie. Soutěž je určena všem amatérským hudebníkům ze široké veřejnosti, dále žákům a studentům Základních uměleckých škol a Škol s rozšíře-

nou výukou hudební výchovy. Propozice soutěže najdete na www.ddmstodulky.cz/doremifa.

**Přihlášení na akce na www.ddmstodulky.cz přes
klientský účet. Více informací na www.ddmstodulky.cz
a Facebooku.**

**RODINNÉ CENTRUM
RYBIČKY**

*Třináctka - křesťanské centrum Luka,
Mukařovského 1986*



Herna je otevřena po-čt 9.00-12.00. Běžné vstupné je 90 Kč pro rodinu na dopoledne.



Pondělky a úterky - Tématem měsíce je lidské tělo - říkanky, vyrábění, zpívání, tanečky, divadélka....

Během dopoledne navíc:

28. 3. - Povídání kazatele Davida Nováka na téma *Pět zákonů rodiny*

Středy - 9.30 hod. - pohybové okénko pro děti (s doprovodem dospělého) 10.30 hod. - výtvarné tvoření pro děti

Čtvrtky - 9.30 hod. - angličtina pro děti s Katarínkou 10.30 hod. - výtvarné tvoření pro děti

Více o nás a programu na www.rybicky.13ka.cz.

**ŘÍMSKOKATOLICKÁ FARNOST
U KOSTELA SV. JAKUBA ST.
VE STODŮLKÁCH**

Kovářova 21, Stodůlky

Sobota 4. 3. • 9.00 – 13.00

Jarní bazar dětského oblečení

Komunitní centrum sv. Prokopa

Bližší informace - Facebook: Bazar Komunitní centrum sv. Prokopa nebo web: kcbazar.webnode.cz.

Neděle 5. 3. • 15.00

Křížová cesta formou procházky

Procházka ke kapli na Velké Ohradě. Sraz v 15 hodin na zastávce autobusu Ovcí Hájek.

Pondělky 6., 13., 20., 27. 3. • 20.00

Zdravotní cvičení

Sál Komunitního centra sv. Prokopa

Zveme Vás na cvičení zacílené ke správnému držení těla. Uvolníme ztuhlé svaly a klouby, posílíme oslabené partie. Postupně se zbavíme celoživotně fixovaných chybných pohybových návyků, dáme tělo do pořádku. Zapojíme též mozek. Cena 160 Kč/lecke, zvýhodněné permanentky. Více info a přihlášky na e-mailu: zdravotni.cviceni@gmail.com, Martina Kružíková, tel. 606 434 988.

Pondělky 6., 13., 20., 27. 3. • 18.30

Postní duchovní obnova

Komunitní centrum sv. Prokopa

Letošní postní duchovní obnova bude probíhat průběžně po celou postní dobu, každé pondělí od 27. února do 3. dubna. Cílem duchovní obnovy je poskytnout pravidelný prostor pro ztišení, modlitbu a přípravu na velikonoční svátky. Každé setkání bude mít přibližně tuto strukturu: 18.30 meditativní písně z Taizé, 18.45 výklad starozákonního čtení z velikonoční vigílie, 19.05 tichá adorace před Nejsvětější svátostí. Je možné přijít jednou nebo opakovaně, na celý večer nebo jen jeho část. Duchovní obnovu vede P. Radek a jáhen Matěj. K duchovnímu rozhovoru (resp. zpovědi) je k dispozici P. Radek, jáhen Matěj.

Středa 8. 3. • 10.00

Kurz Beta

Komunitní centrum sv. Prokopa

Téma setkání: *Inter mirifica*. Dekret o hromadných sdělovacích prostředcích. Co je posláním sdělovacích prostředků? Mohou média ovlivňovat veřejné mínění a mají na to právo? Na co všechno mají média právo a mají nějaké morální povinnosti? Dělá církev něco pro kultivaci mediálního prostoru? Jaké jsou kompetence biskupů v oblasti médií? Jak církev působí v mediálním prostoru? Co se od doby vydání dekretu změnilo?

Neděle 12. 3. • 15.00

Křížová cesta formou procházky

Procházka ke kostelu sv. Petra a Pavla v Řeporyjích. Sraz v 15 hodin u kapličky na Velké Ohradě.

Neděle 19. 3. • 15.00

Křížová cesta formou procházky

Procházka ke kostelu sv. Jana a Pavla na Krtní. Sraz v 15 hodin na stanici metra Stodůlky u turniketů směr Britská čtvrt'.

Sobota 25. 3. • 9.00 – 13.00

Jarní brigáda

Zahrada u fary a v kostele sv. Jakuba

Neděle 26. 3. • 15.00

Křížová cesta formou procházky

Procházka ke kapli Nalezení sv. Kříže v Hájích. Sraz v 15 hodin na zastávce autobusu Šafránkova.

Neděle 2. 4. • 15.00

Křížová cesta formou procházky

Procházka od kostela sv. Prokopa ke kostelu sv. Jakuba. Sraz v 15 hodin u kostela sv. Prokopa.

Více informací a další akce na www.farnoststodulky.cz.

**TŘINÁCTKA -
KŘESŤANSKÉ
CENTRUM LUKA**



Mukařovského 1986, (zastávka metra Luka)

Úterky 14. a 28. 3. • 19.00 – 21.00

Večery "Objevujeme křesťanství" pokračují

V Církvě bratrské Třináctka se budou konat další diskusní večery o křesťanství a o Bohu. Témata promluv připravovaná kazateli a dalšími přednášejícími na sebe nenavazují, dá se přijít kdykoliv a do diskusí o tématech např. Odpuštění, Utrpení kolem nás, Pravá láska se zapojit nebo jen poslouchat. Kvůli přípravě sálu i občerstvení, abychom znali počet hostů daný večer, se, prosím, včas ozvěte na alfa13ka@gmail.com.

Středa 22. 3. • 19.00 – 20.00
a sobota 25. 3. • 10.00 – 13.00

Webinář a Den otevřených dveří ve Škole Celým srdcem Radouňova 1, Praha-Řeporyje

V čem jsme jiní než ostatní školy? Proč naši žáci a učitelé chodí na přestávku do přírody, rádi vyrábějí, dávají si výzvy, vzájemně se oceňují a učí se dosahovat svých cílů?

To vše a mnoho dalšího zodpovíme na našich webinářích a dnech otevřených dveří. Škola Celým srdcem je komunitní škola, která všestranně rozvíjí osobnost dítěte prostřednictvím zdravého společenství, výuky v souvislostech a křesťanského prostředí. ŠCS přijímá pro školní rok 2023/24 žáky do 1.–8. třídy. Na webinář a den otevřených dveří se registrujte na www.celymsrdcem.cz.

Pondělky • 16.30 – 18.00

Dětský klub Savana

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

Středy • 18.30 – 20.30

Setkání klubu Mládež

Jsmo otevřenou skupinou ve věku zhruba 16 – 23 roků. Více na www.facebook.com/mladze13.

Pátky • 16.00 – 18.30

Klub Robinson

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

Neděle • 9.00 – 10.15; 11.00 – 12.15

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. První 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 březnu je otevřicí doba od 9.00 do 17.00. Pokladny zavírají půl hodiny před koncem otevřicí doby.

Komentovaná krmení a setkání – probíhají víkendy a svátky. Navštivte zvířata tehdy, kdy jsou nejaktivnější,



FOTO: PETER HAMERNÍK, ZOO PRAHA

a odhalte zajímavosti z jejich života. Setkání s oblíbenými zvířaty doplněná poutavým vyprávěním se konají po celý den. Venkovní program probíhá jen za hezkého počasí.

Výstavy

Galerie Gočárový domy: F. X. Procházka: První malíř Zoo Praha

Terasa před Vzdělávacím centrem: Biosférická rezervace Dja: Inspirace pro nový pavilon goril / od 25. 3. Údolí klášterů

Sobota 4. 3.

Světový den divoké přírody

Letos slavíme 50 let od sjednání Úmluvy o mezinárodním obchodu s ohroženými druhy volně žijících živočichů a planě rostoucích rostlin (CITES). Jak přesně CITES funguje a co se za posledních 50 let díky němu změnilo, se dozvíte během zábavného programu pro malé i velké. Seznámíme Vás také s tím, jak je v ochraně přírody důležitá spolupráce a jakou nezastupitelnou úlohu v ní hrají zoologické zahrady.

Neděle 5. 3.

Zooškola pro dospělé na téma Zbavte se fobie

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

Neděle 5., 12., 19., 26. 3.

(Nejen) za luskouny do Indonéské džungle

Každou celou hodinu si bude možné projít pavilon s komentářem odborného průvodce a dozvědět se o architektonických zajímavostech pavilonu, o zvířatech, která jej obývají, a zejména o jeho nejvýznamnějších obyvatelích – luskounech. První prohlídka začíná v 10.00 a poslední v 16.00. Sraz zájemců o prohlídku je před hlavním vstupem do pavilonu Indonéská džungle.

Čtvrtek 9. 3.

Zooškola pro děti ve věku 8-11 let na téma Ptáci

Staňte se společně s námi ornitology. Téma se věnuje jak ptákům z našich krajin, tak i těm exotickým.

Pátek 10. 3.

Zooškola pro děti ve věku 12-15 let na téma Ptáci

Staňte se společně s námi ornitology. Téma se věnuje jak ptákům z našich krajin, tak i těm exotickým.

Sobota 11. 3.

Workshop zaměřený na výrobu enrichmentových prvků

Workshop ve Vzdělávacím centru pod vedením specialistky na pohodu zvířat a enrichment Markéty Lavické pro předem přihlášené návštěvníky.

Pondělí 13. – pátek 17. 3.

Jarní příměstské tábory

Pět dní nabitých zážitky a poznáním. Účastníci táborů získají mnoho informací ze zoologie, chovatelství, ochrany přírody či ekologie. Prakticky si vyzkouší práci krmivářů, chovatelů, či se dozví, jak je důležité starat se o pohodlí a životní úroveň zvířat chovaných v zoo. Nebudou chybět tematické a pohybové hry, ani kreativní aktivity a důkladně si projdeme areál zoo, včetně návštěv zázemí u zvířat a setkání s chovateli.

Sobota 25. 3.

Slavnostní zahájení sezony 2023

Slavnostní zahájení nové sezony s celodenním programem a vzácnými hosty.

Bližší informace o všech programech získáte

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

Kalendář akcí připravila Petra Fořtová



FOTO: PETER HAMERNÍK, ZOO PRAHA

V březnu uvidíte

09. V uniformě záchranáře

Putovní výstava fotografií záchranáře Michala Motyčky

10. Czech Aerial Hoop 2023

Nová soutěž v Aerial Hoop v KD Mlejnský

11. Prosaz

Prostě pomoc zdravotně postiženým, seriál TV13

12. Velikonoční workshop TIB

Informatika a výroba vykrajovátká na velikonoční perníčky

tv13



17:00
DNES

Kanál
141

V březnovém vydání se v našem putování po 20 pražských NEJ vydáme opět na Pražský hrad. Najdeme zde totiž NEJvětší kostel v Praze – svatovítskou katedrálu – celým názvem katedrálu sv. Víta, Václava a Vojtěcha. Gotická katedrála byla založena roku 1344 na místě původní románské rotundy. Stavba trvala téměř 600 let, definitivně byla dokončena až v roce 1929. V jejím impozantním interiéru se nachází mj. malbami a polodrahokamy nádherně vyzdobená Svatováclavská kaple, kde má svůj hrob, ...TAJENKA, sv. Václav. V podzemí se nachází hrobka českých králů a Korunní komora, kde jsou uloženy korunovační klenoty. Budova katedrály vždy tvořila dominantu Pražského hradu i města od jejich začátků až do dneška. Tři výherci se mohou těšit na hodnotné ceny.



stop	INDOVÉ	1. DÍL TAJENKY	MUŽSKÉ JMÉNO ARMÉNSKÉHO PŮVODU	INICIÁLY HERCE KOLIÁŠE	stop	LETEC Z TALÍŘE	2. DÍL TAJENKY	MALÝGOR
VINNETOU					JEDNOTNÉ			
SCHRÁNKA K ULOŽENÍ MRTVÉHO					POHÁDKOVÁ ZEMĚ			
PALMA PAŠÁCHOL				IMSTITEL				
VOJENSKÁ PRODEJNA				CHEM. ZNAČKA ZLATA				
ONO			DOVEDNOST		SEVERAN			
VYSOKO- SKOLSKÝ TITUL (ZKR.)			MAZLAVÁ EMULZE		VYHYNULÝ PŠTROS			
stop	VOJESKÁ HODNOST			PROTKLAD				
ČESKÝ OPERNÍ PĚVEC	FRANC. BOJŠTĚ			JENÝ DŮTEK			MĚKKÝ TOXICKÝ KOV	ROSTLINNÉ ORNAMENTY
SNÍŽENÝ TÓN			PÁDOVÁ OTÁZKA (SLOV.) LÉČIVÁ ROSTLINA		JENOM (SLOV.)			
RYCHNOVSKÁ SPZ				ISBENOVA HRDINKA	TEN		INICIÁLY KELLNEROVÉ UŽITEK (SLOV.)	
VÍC ČASU				JMÉNO MCBAINA			POTOMEK	
SPRÁVNĚ TIPNOU							DOKTOR Z BONDŮVKY	
STAVITEL ARCHY				JEDNOTKY EL. ODPORU				

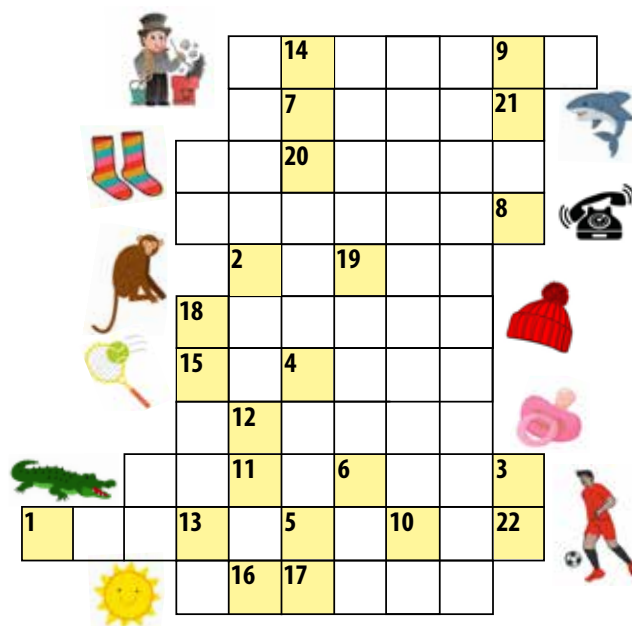
Petr Šimek

Únorová tajenka: DŘÍVE SE MU ŘÍKALO KOŇSKÝ TRH

Výherci: Kateřina Motalíková, Praha 5; Renata Klesnilová, Stodůlky; Filip Lambert, Praha 13

Připravila Petra Fořtová

Křížovka pro děti: V neděli 26. března si pro vás ...TAJENKA v Centrálním parku akci spojenou s vitáním jara – vynášení Mařeny. Přijďte se podívat.



Správná odpověď z února:

Křížovka – velká zima potom bývá

Poukázky do McDonald's v Galerii Butovice získávají

v hodnotě 510 Kč – Jakub Jiruš, Lužiny

v hodnotě 340 Kč – Ema Zadáková, Lužiny



Volnou vstupenku do pražské zoo dostanou:

Antonín Pösl, Lužiny

Kryštůfek Fiala, Nové Butovice

Vojtěch Vrzala, Praha 5



Volnou vstupenku do pražské botanické zahrady dostanou:

Milada Tomíčková, Praha 6 - Břevnov

Martina Seidlová, Nové Butovice

Kateřina Jarkovská, Praha 5



Soutěžní otázky na březen:

- 1) Kdy se bude konat Velká květnová Voříšskáda?
- 2) Jak se jmenuje zpěvák, který vystoupí 30. března v KD Mlejn?
- 3) Kdo se stal Mistrem Prahy ve florbale v kategoriích 8. a 9. tříd ZŠ?

Správné odpovědi na únorové otázky:

- 1) *MS ve sportovním aerobiku a fitness týdněch* se konalo v multifunkční hale Gong v Dolních Vítkovicích.
- 2) *Za Krále valčíků* je označován Johann Baptist Strauss.
- 3) *Dětský karneval* se koná 4. března od 14.00.

Poukázku v hodnotě 500 Kč do hypermarketu

Globus Zličín získávají:

Eva Furmanová, Velká Ohrada; Jaroslav Husník, Stodůlky



Připravila Petra Fořtová

Tajenku křížovky a odpovědi do Čtenářské soutěže zašlete do **20. března** 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.**

stop Stodůlecký posel

Periodický tisk městské části Praha 13

STOP – Ročník XXXIII. – březen 2023 · 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 Trásáková, Bohdan Pardubický · **Redakce a inzerce:** Mgr. Lucie Steinerová, Andrea Říčková, Petra Fořtová, Ing. Aleš Vrana · **Grafická úprava, zlom a tisk:** SAMAB PRESS GROUP, a.s. · **Distribuce:** Pavel Sirotek – firma Sabina, tel. 603 728 140 · **Uzávěrka tohoto čísla: 13. 2. 2023** · 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. **Objednávka inzerce** na tel. 235 011 229, inzerce@praha13.cz. Ceník inzerce a další informace najdete na www.praha13.cz/inzerce. **Toto číslo vyšlo dne 3. 3. 2023 v nákladu 33 500 výtisků, 32 stran, ZDARMA.**


Vinotéka u Mariny




CENTRUM
VELKÁ
OHRADA

- stáčená moravská vína, aperol a prosecco
- lahvová vína
- posezení

Otevírací doba:
Po-So 13-21
Ne zavřeno

 [vinotekaumariny](#)
www.vinotekaumariny.cz
vinotekaumariny@seznam.cz
tel.: 777 630 419



Centrum Velká Ohrada, 1. patro,
Prusikova 2577/16, Praha 13
 Centrum Velká Ohrada
www.centrumvelkaohrada.cz



TREND
technologie

 271 777 010
trend@trend-technologie.cz

Koněvova 1107/54
130 00, Praha 3

POSTAVÍME VÁM PLYNOVOU KOTELNU s fotovoltaickou elektrárnou

Vytvoříme projektovou dokumentaci a vyřídíme stavební povolení

Fotovoltaika bude bez baterií s ukládáním přebytků do zásobníku teplé vody

Provádíme rekonstrukce starších kotelen s instalací fotovoltaiky

Zajistíme provozování kotelny, včetně pravidelných servisů a revizí



Základem našeho úspěchu je Vaše spokojenost

www.trend-technologie.cz