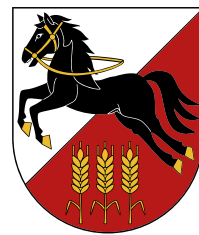




H O R N O P O Č E R N I C K Ý zpravodaj



ROČNÍK 73 | ŘÍJEN 2025 | WWW.POCERNICE.CZ

35

**ISABEL CORAZON
SALAZAR COSTAS
PATŘÍ K DĚTEM,
KTERÉ INSPIRUJÍ**

8

**REKONSTRUKCE
KAPLIČKY
NÁM PŘIPRAVILA
PŘEKVAPENÍ**

28

**ŘÍJEN
VE ZNAMENÍ
RŮŽOVÉ
STUŽKY**

40

**KDYŽ
MALÉ RUCE
DĚLAJÍ
VELKÉ VĚCI**

20%
SLEVA NA
PŘEZUTÍ
přes online
rezervaci



**AUTOCENTRUM
SYCHROV**

NOVĚ OTEVŘENÝ

AUTOSERVIS V HORNÍCH
POČERNICÍCH

Při on-line rezervaci na
našich stránkách zadejte
VÝMĚNU PNEU a
automaticky Vám dáme
SLEVU 20%

Tato sleva bude časově omezena do 30.11. 2025

Náchodská 3156, Praha 20 – Horní Počernice, 19300
+420 776 800 666
info@autocentrumsychrov.cz

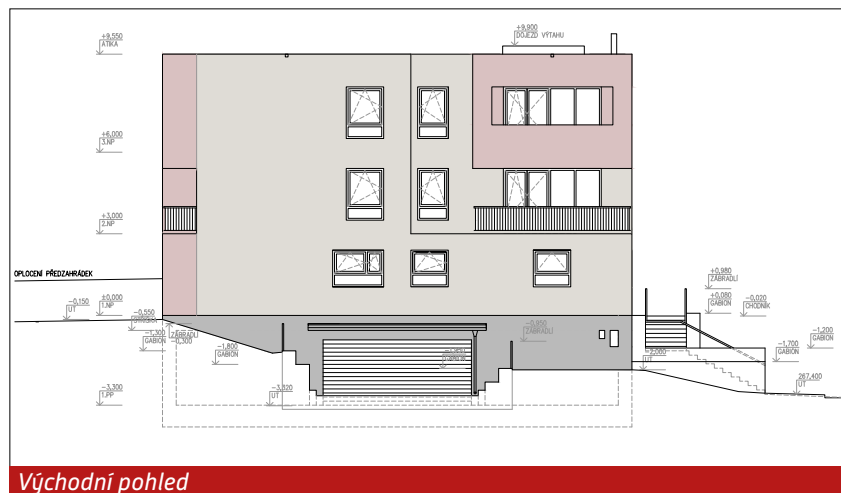
www.autocentrumsychrov.cz

Naskenuj pro
rezervaci.



Výstavba bytového domu Beranka

Rada MČ Praha 20 schválila na svém jednání dne 11. 9. 2025 vyhlášení zadávacího řízení na podlimitní veřejnou zakázku na stavební práce „Bytový dům – Nájemní byty Beranka“.



Navrhovaná stavba bytového domu o 15 bytových jednotkách na obecních pozemcích parc. č. 36/3 a 3938 v ulici Tlustého objemově navazuje na protilehlé řadové domy. Architektonické ztvárnění je založeno na principu uspořádání elementárních hmot do jednoho kompozičního celku. Hmotové členění je podpořeno použitím materiálů s odlišným povrchem a barevností. Plochy jednotlivých fasád budou odlehčeny velkými plochami oken, které zajistí dostatečné denní osvětlení a vizuálně propojí interiér s exteriérem. Dům bude mít jedno podzemní podlaží a tři nadzemní podlaží. V 1. PP je navrženo 16 parkovacích míst (jedno pro vozidlo zdravotně postižených), v 1. NP budou 4 byty (3+kk, 2+kk, 1+kk, 3+kk),

kolárna, sklepní kóje, technická místnost, ve 2. NP bude 6 bytů (1+kk, 3+kk, 2+kk, 1+kk, 3+kk, 1+kk), ve 3. NP bude 5 bytů (1+kk, 3+kk, 3+kk, 3+kk, 1+kk). Dům bude vybaven výtahem.

Předpokládaný termín zahájení stavby je 11/2025 a předpokládaný termín dokončení je 08/2027 s tím, že se jedná o termín mezní, kdy lhůta výstavby je jedním z hodnotících kritérií. Předpokládaná hodnota díla je 85 mil. Kč bez DPH. Aktuální finanční zdroje na straně městské části jsou ve výši 41 mil. Kč z dotačních zdrojů MHMP.

*Petr Měšťan ■
starosta*

*a Hana Markulíneová Moravcová ■
místostarostka*



SLOVO STAROSTY

**Vážení
spoluobčané,
milí přátelé,**



TJ Sokol Horní Počernice v září oslavil úžasných 120 let od založení. Je skvělé, že se u nás díky němu mohou zájemci věnovat atletice, basketbalu, tenisu, volejbalu, ale i třeba aerobiku či sportovní gymnastice. Toto významné jubileum, které jsme si připomněli v polovině září, mě přimělo k zamyšlení, co všechno naše městská část našim občanům všech věkových kategorií nabízí. Je toho opravdu mnoho a patří se poděkovat všem našim spoluobčanům, kteří se, mnohdy ve svém volném čase, věnují ostatním.

Komunitní život je to, co z každé obce, města či městské části činí něco víc než jen místo k přespávání a odpočinku. A právě pestrost nabízených aktivit je pro obyvatele největším přínosem. U nás v Horních Počernicích je spektrum opravdu široké a jsem za to vděčný. Při společných aktivitách se lidé setkávají a mohou spolu mluvit o tom, co je baví a zajímá, čím žijí. Není přitom zásadní, jestli jde o sport, kulturu, zahrádkaření, anebo cokoli jiného. Důležité je, že společný zájem lidi spojuje, a to představuje v dnešní době – do značné míry atomizované – velkou hodnotu.

Vím, že spolků a organizací je u nás v Horních Počernicích celá řada, o jejich činnosti ostatně pravidelně informujeme i na stránkách našeho Zpravodaje. Velice záslužnou práci odvádí například Dům dětí a mládeže, desáté výročí pak v září oslavil spolek Srdceveče v komunitní zahradě naproti chvalské škole, který připravuje řadu akcí pro občany všech věkových skupin. Chvályhodná je též činnost našeho Kulturně komunitního centra HP, které sídlí v budově Místní veřejné knihovny, či Rodinného a komunitního centra Mumraj.

Důležitou a hodnotnou práci s mládeží a pro mládež dlouhodobě vykonávají také skauti. Připomenu, že v listopadu se koná skautský ples, který pořádá středisko Oheň ve Chvalské stodole. Cílem je sehnat podporu pro stavbu nové klubovny.

Komunitní aktivity, které jsem na tomto místě zdaleka nemohl vyjmenovat všechny, činí Horní Počernice zajímavým a atraktivním místem pro život a nabízejí bohaté možnosti mimopracovního využití. Děkuji všem, kteří se na tom podílejí. V našem Zpravodaji se vždy rádi zmíníme o zajímavých projektech a chystaných akcích.

Přeji vám příjemné a pohodové podzimní dny.

Petr Měšťan ■

Do konce roku se promění hned několik komunikací v Horních Počernicích

Rádi bychom vás informovali o aktuálních i nadcházejících opravách komunikací a chodníků v naší městské části. V následujících měsících proběhne hned několik stavebních akcí, které s sebou přinesou dočasná omezení v dopravě a parkování, ale i viditelné zlepšení veřejného prostoru.

Rekonstrukce ulic Jeřická–Vysokovská (úsek Domkovská, Vysokovská, Božanovská)

Práce začaly 18. srpna a potrvají do 30. listopadu 2025.

První etapa se týká ulice Jeřická, která skončila 16. září. Následně se budou dokončovat chodníky a zároveň se rozběhla druhá etapa – rekonstrukce ulice Vysokovské, která začala frézováním komunikace 16. září. Po dobu oprav bude nutné počítat se změnami v dopravním značení, přesunem zastávek MHD a omezením parkování. Svoz odpadu bude probíhat ve stejných termínech, způsob vyřeší dodavatel stavby individuálně s obyvateli.



Rekonstrukce chodníků v ulici Chodovická (úsek od Běchorské po Náchodskou)

Od 15. září do 28. listopadu 2025 se postupně opraví oba chodníky – nejdříve levý směrem od Náchodské, poté pravý. Přístup k domům zůstane zajištěn pomocí lávek. Po dobu prací nebude možné parkovat na komunikaci. Součástí akce bude také kácení dvou lip, na které je vydáno platné povolení.



Rekonstrukce komunikací Prachovská, Dolská a Machovská

Jedná se o velkou investiční akci hlavního města Prahy. **Práce byly zahájeny 10. září 2025 a potrvají až do 30. září 2026.** V rámci rekonstrukce se bude pracovat nejen na komunikacích, ale částečně i na kanalizaci. Během této doby nebude možné po opravovaných úsecích jezdit ani zde parkovat. Omezení se dotkne i parkování u kontejnerů na tříděný odpad v ulici Spojenců – kontejnery zůstanou na svém místě a budou k dispozici. Odvoz odpadu proběhne ve stejných termínech, konkrétní způsob zajistí prováděcí firma po dohodě s rezidenty. Přístup k nemovitostem zůstane po celou dobu stavby zachován.



Rekonstrukce chodníků v ulici Kramolná (od Chvalkovické po první křižovatku s Česovskou)

Práce byly zahájeny 29. září a dokončeny budou do 2. prosince 2025. Stejně jako u Chodovické se bude postupovat po jednotlivých stranách – nejprve bude uzavřen pravý chodník, následně levý. Přístup



k domům bude zajištěn lávkami, parkování na komunikaci nebude možné. Pokud by někdo z obyvatel chtěl využít příležitosti k legalizaci nového vjezdu, je potřeba vyřadit připojení na odboru dopravy.

Oprava ulice Komárovská (úsek od Běluňské po Pavlišovskou)

Aktuálně je vypsána veřejná zakázka na stavební práce. Oprava povrchu je rozdělena na tři etapy, přičemž v letošním roce 2025 budou realizovány minimálně dvě z nich. Podrobnější informace i s termínem zahájení prací vám sdělíme na webových stránkách Horních Počernic.

Vážení občané, uvědomujeme si, že práce s sebou přinesou dočasný diskomfort v podobě dopravních omezení či nemožnosti parkování. Jsme ale přesvědčeni, že to stojí za to. A děkujeme.

*Richard Stára ■
místostarosta*

*Petr Měšťan ■
starosta a radní MČ*

Klánovická spojka

V první polovině října je naplánované jednání o Klánovické spojnici za účasti zástupců Středočeského kraje, ŘSD, dotčených obcí a městských částí a naší MČ Praha 20. Klánovická spojka je jednou z důležitých dopravních staveb, která v budoucnu dopravně uleví naší Náchodské ulici. Komunikace je dlouhodobě navržena v ÚP Prahy mezi obcí Šestajovice a MČ Praha Klánovice a bude napojena na MÚK Beranka. Memorandum, které bylo před lety uzavřeno s podmínkou vybudování nové objízdné trasy Úval, Újezda nad Lesy a Běchovic, tzv. I/12, je splněno. Tato stavba byla v letošním roce zahájena současně se stavbou D0 511. Věříme, že se výstavba tak důležité komunikace pro naši MČ podaří vybudovat a tím se také sníží hustota dopravy v ranních špičkách směrem od východu ze Středočeského kraje.

Pozor na změnu v MHD

Dočasná změna trasy a zastávek pro linky PID 204 a 223 z důvodu rekonstrukce vozovky v ul. Vysokovské. Změna začala dne 16. 9. 2025 a potrvá do 30. 11. 2025.

Vedení trasy:

Linka 204:

směr „Sídliště Petrovice“: nemění se
směr „Stavební zóna Horní Počernice“: Do zastávky „Krahulčí“ po pravidelné trase – přímo Božanovská – vpravo Khodlova – vpravo Khodlova – přímo Jeřická a dále po pravidelné trase

Linka 223:

směr „Sídliště Horní Počernice“: Do zastávky „Libošovická“ po pravidelné trase – vlevo Khodlova – vpravo Khodlova – přímo Jeřická a dále po pravidelné trase
směr „Sídliště Černý Most“: nemění se

Zastávky:

ruší se:

„Vysokovská“ [845/1] – směr Sídliště Horní Počernice

zřizuje se:

„Khodlova“ [253/51] – směr Sídliště Horní Počernice: do ul. Khodlova, před vjezd do domu č. 1313/32. Poloha zastávky na mapě: <https://mapy.com/s/kalacokosu>

Objízdňá trasa linky 204 směr Stavební zóna Horní Počernice



Objízdňá trasa linky 223 směr Sídliště Horní Počernice



Horní Počernice investovaly do pohodlí žáků i obnovy historických objektů

Během letních prázdnin proběhla v Horních Počernicích řada oprav a investic do památkových objektů, škol a sportovišť. Nová okna na zámku Chvaly, pokračující rekonstrukce kaple sv. Jana Nepomuckého či modernizace školních budov

a tříd mají přispět nejen k úsporám energií, ale také ke komfortu žáků a učitelů. Novinkou je také osvětlení atletického oválu, které umožní sportovat i po setmění.

A co vše se během prázdnin podařilo?

Památkové objekty:

Zámek Chvaly – výměna oken

Na zámku Chvaly byla dokončena další etapa výměny oken. Došlo k výměně čtyř oken u vstupu do zámku a dalších dvou na východní fasádě.



Oprava kaple sv. Jana Nepomuckého pokračuje

Na kapli byl sundán celý krov jeřábovou technikou. Stav původního krovu je bohužel velmi špatný, a tak vedle krovu původního vzniká jeho replika přímo v parku před kapličkou. Nový krov by měl být v říjnu osazen již na svém místě.



Školy a školky:

Výměník ve FZŠ Chodovická 2250

V září byla dokončena rekonstrukce tepelného výměníku. Od rekonstrukce očekáváme snížení výdajů na vytápění školy.



Zlepšení vnitřního klimatu v ZŠ Ratibořická

Během prázdnin byly osazeny klimatizace do devíti tříd a jednoho kabinetu. Klimatizace by měly přispět k většímu komfortu výuky zejména v průběhu září, května a června. Jednotky se dají také použít k přitápění v přechodném období.



Výměna oken v ZŠ Stoliňská

Byla vyměněna zbývající okna v tělocvičně, okenní sestava na schodišti a celkem šest oken ve dvou učebnách školy ve 3. NP. Okna ve třídách byla ještě doplněna o elektrické venkovní žaluzie.



Úprava stropů v ZŠ Bártlova

V učebně ve 2. NP byl vyměněn rákosový podhled za sádrokartonový. V rámci prací došlo i k výměně osvětlení.



Oprava dlažby u vstupu FZŠ Chodovická 2250

Došlo k opravě schodů a výměně dlažby před vstupem. Nově byla použita 15 mm silná velkoformátová dlažba.



Osvětlení atletického oválu u Chodovické/Javornické

V polovině září byla dokončena instalace tří nových stožárů na atletickém oválu. Nově tedy bude možné využívat sportoviště i po setmění.



Aleš Lada ■
vedoucí oddělení investic

Rekonstrukce kapličky nám připravila příjemné překvapení

Oprava kapličky probíhá podle plánovaného harmonogramu a spěje zdárně ke svému cíli.

Při rozebírání makovice kapličky se v horní části našla skleněná schránka, která obsahovala sdělení tehdejších představitelů obce Horní Počernice pro budoucí občany. Je mi velkou ctí vám tento text představit. Zmínka, co je vlastně služba obci, musí být závazná pro všechny představitele samosprávy. Je to služba a čest. A přání na konci dokumentu je určeno právě nám, Počernickým. S úctou těm, kteří nám tento vzkaz zanechali.

Hana Markulinc Moravcová ■
místostarostka



Při rekonstrukci kapličky se podařilo najít skleněnou schránku se vzkazem z roku 1937



Křovinovo náměstí s kapličkou sv. Jana Nepomuckého, 1. pol. 20. století. Náves se stala předlohou scénografického řešení v prvním uvedení *Prodané nevěsty* Bedřicha Smetany v Prozatímním divadle v roce 1866.

V únoru roku tisícíhodesetitistéhošicátéhošesedého, v devatenáctém trvání samostatného státu - republiky Československé - provedla obec zdejší vlastním nákladem opravu této kapličky. Původní její vzhled nebyl úpravou vůbec změněn, neboť bylo snahou zachovati barokní ráz pěkné stavební památky chráněné státním památkovým úřadem.

Pro pamět budoucím občanům městyse Horních Počernic se připomíná, že obec Horní Počernice od let světové války 1914 - 1918 dosáhla nebývalého rozmachu, což je patrné z těchto údajů :

v roce 1920	bylo zde 1535 obyvatelů a 240 domů;
v roce 1930	bylo zde již 3371 obyvatel a 558 domů,
v roce 1936	zde bylo 3672 obyvatel a 603 domů.

Zeměměnati ještě sluší, že dne 13. listopadu 1936 rozhodnutím vlády republiky Československé byla obec Horní Počernice povýšena na město.

V roce 1937 byl starostou obce Jaroslav Horáček, I. náměstkem obecního starosty František Neužil, II. náměstkem Ing. František Novotný. Členy obecní rady byli: Jaroslav Samek, Josef Koutek, František Vápenka, Josef Pavlínek, a Václav Lis. Členy obecního zastupitelstva byli: Jaroslav Beneš, Josef Weber, Vandařín Procházka, Josef Sedlický, Antonín Wimmer, Jan Věbr, Antonín Novotný, Josef Černý, Jindřich Puhner, František Bězdíček, Marie Puttková, Emanuel Šubert, Karel Beran, Jan Ujec, Antonín Pokorný a František Kratochvíl.

Doba, ve které oprava byla vykonána, měla své těžkosti a mnoho neklidu, který jsme museli překonávat. Ale činili jsme tak rádi v té víře, že sloužíce obci nejlépe sloužíme svému národu i státu.

Práli bychom Vám, kteří po nás přijdete a budete na těchto místech žít, abyste byli šťastnější ve svém životě a usilování, než jsme snad byli my.

V Horních Počernicích, dne 28. února 1937.

Členové obecní rady:

František Neužil
Jaroslav Samek
Josef Koutek
František Vápenka
Josef Pavlínek
Václav Lis
Jaroslav Beneš
Josef Weber
Vandařín Procházka
Josef Sedlický
Antonín Wimmer
Jan Věbr
Antonín Novotný
Josef Černý
Jindřich Puhner
František Bězdíček
Marie Puttková
Emanuel Šubert
Karel Beran
Jan Ujec
Antonín Pokorný
František Kratochvíl



Starosta

Jan Horáček



Oprava šestiboké kapličky postavené r. 1770



Hornopočernická kaplička sv. Jana Nepomuckého [někde nepřesně uváděná jako kaplička sv. Václava]

DOPRAVNÍ STAVBY V OBLASTI HORNÍCH POČERNIC D10 a Pražský okruh u Černého Mostu: co to pro nás znamená (stav k 10. 9. 2025)

O co jde? ŘSD opravuje 3,5 km D10 od Satalic k Radonicím a navazujících cca 400 m D0. Vyměňuje se povrch, svodidla a veřejné osvětlení – kvůli bezpečnosti a hluku. **Hlavní směr zůstává průjezdný 2+2 pruhy**, jen zúžené a s nižší rychlostí (80/60 km/h v místech prací).

Co už proběhlo: V srpnu doběhla přípravná etapa. Patřilo k ní i **dočasné uzavření nájezdu v MÚK Radonice směr Mladá Boleslav** s objíždkou **po D10 na MÚK Budovatelská a zpět**.

Co probíhá: Hlavní etapa – práce na **pravých pruzích D10** a částečně i na **D0**. Krátkodobě se může objevit režim **1/2+1** u mostu **Bystrá** (kyvadlové řazení do zúžení).

Dopady pro Horní Počernice

- Ranní/odpolední špička:** Počítejte s delší jízdou, zejména **6.30–9.00**

a **15.00–18.30**. Zdržení roste při nehodách či dešti.

- Chlumecká/Černý Most:** V závěru prací se očekává **měsíční omezení sjezdu z D10 na Chlumeckou** (směr od MB), které zkomplikuje příjezdy k metru a autobusům.
- Místní ulice** (Náchodská, Bystrá, U Tabulky): Více tranzitu, prosíme o ohleduplnost a nižší rychlost.
- Hluk:** Nejhluchnější frézování přes den; noční práce jen tam, kde to vyžaduje bezpečnost.

Objížděné trasy – jednoduché scénáře

- Směr Mladá Boleslav a je zavřen nájezd v Radonicích:** Jedte **po D10 až na MÚK Budovatelská**, tam se **otočte** a vraťte se na **D10 směr MB**.
- Jedete od MB na Černý Most a sjezd na Chlumeckou je dočasně zavřen:**

Pokračujte až na **Pražský okruh (D0 – MÚK Satalice)** a podle **přenosného značení** se vraťte na **Černý Most/Chlumeckou**. Alternativně lze sjet dříve u **Radonic** a dojet **Náchodskou**.

3. Cíl Vinoř/Kbely/Letňany:

Z D10 využijte **D0** a sledujte **směrové tabule (KBELY/LETŇANY)**.

Tipy: Dodržujte **plynulou jízdu bez zbytečných přesunů mezi pruhy**, včasné řazení pomáhá všem.

Co se bude dít dál

Práce jsou rozděleny do **4 etap** a mají skončit **na přelomu října/listopadu** (předpoklad). Na závěr se dokončí **pravé pruhy D10**, vymění **svodidla ve středním pásu a osvětlení**. Cílem je **tišší a bezpečnější** povrch a stabilní napojení na D0 před dostavbou severovýchodních úseků okruhu.

Aktuální info: dopravniinfo.cz · kraje.rsd.cz/stredocesky · prazskyokruh.info

Děkujeme za trpělivost – pomůžete bezpečnější a plynulejší jízdě.

Jan Rýdl ■

vedoucí samostatného oddělení komunikace
ŘSD, s. p.

Informace z radnice

Finance (rozpočet, dotace, granty, dary)

Rozpočtová opatření

Rada MČ schválila přijetí účelové neinvestiční dotace z rozpočtu MF na pokrytí výdajů vzniklých v souvislosti s konáním voleb do Evropského parlamentu v roce 2024 ve výši 28 000 Kč; účelové neinvestiční dotace z rozpočtu MPSV na výkon sociální práce pro rok 2025 ve výši 1 182 200 Kč, schválila vratku účelové neinvestiční dotace na výkon péstounské péče poskytnuté z Úřadu práce ČR ve výši 66 000 Kč; přijetí účelové neinvestiční dotace z MŠMT v rámci Operačního programu Jan Amos Komenský na akci EU – MAP IV vzdělávání MČ Praha 20 ve výši 285 000 Kč a poskytnutí účelové neinvestiční dotace z MŠMT v rámci Operačního programu Jan Amos Komenský Šablony II pro DDM Ratibořická ve výši 836 300 Kč.

Dotace

Zastupitelstvo MČ schválilo poskytnutí dotace z rozpočtu MČ Praha 20 spolku PTÁČKOVI CZECH COMBAT FEDERATION, z.s., na zajištění činnosti Bojové sporty ve výši 25 000 Kč.

Rada MČ schválila poskytnutí účelové dotace ve výši 174 000 Kč na akci 50. výročí Žebrácké opery v Horních Počernicích pro Kulturní centrum Horní Počernice.

Dary

Poskytnutí daru pro ZŠ Stoliňská od Women for women, o.p.s.

Rada MČ schválila přijetí účelově určeného peněžního daru v maximální celkové výši 163 956 Kč pro ZŠ Stoliňská na úhradu stravného ve školní jídelně ve školním roce 2025/2026, a to pro období od 1. 9. 2025 do 30. 6. 2026 pro 22 žáků, kteří se stravují ve školní jídelně, kdy dárcem je Women for women, o.p.s., IČO: 24231509.

Školství, kultura a sport

Rada MČ schválila poskytnutí účelového neinvestičního příspěvku v roce 2025 ve výši 140 000 Kč FZŠ Chodovická za účelem financování ukrajinské koordinátorky ve školním roce 2025/2026.

Zpracování Kulturní koncepce MČ Praha 20

Rada MČ schválila výběr firmy KROKEM s.r.o., IČO: 06946861, s nabídkou balíčku Dvě provázané koncepce: rozvoje kultury a turismu – společné zpracování v rámci jednoho projektu, celková částka 329 000 Kč bez DPH, tj. 398 090 Kč s DPH.

Změna financování nepedagogických pracovníků

Rada MČ vzala na vědomí novelu zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) – Změna financování nepedagogické práce od 1. 1. 2026 a uložila projednat na dalším zasedání RMČ způsob financování nepedagogických pracovníků

Informace z radnice

zaměstnaných v organizacích (školy, školské zařízení), jejichž zřizovatelem je MČ Praha 20.

Souhlas s čerpáním fondu investic pro FZŠ Chodovická a MŠ U Rybníčku

Rada MČ schválila čerpání finančních prostředků z fondu investic FZŠ Chodovická ve výši 101 420,72 Kč vč. DPH za účelem pořízení docházkového systému od dodavatele Etugate s.r.o., IČO: 09426779, a převod finančních prostředků ve výši 124 000 Kč z rezervního fondu do fondu investic MŠ U Rybníčku a následně čerpání částky z fondu investic v celkové výši 351 086,34 Kč vč. DPH za účelem pořízení 1 ks elektrického konvektomatu typu B1011b včetně podstavce, dopravy, montáže a zaučení obsluhy od dodavatele TeS, spol. s r. o. Chotěboř, IČO: 60934395.

Žádost o realizaci projektů OPJAK – Šablony pro MŠ a ZŠ II

Rada MČ souhlasila s předložením žádosti a s realizací projektů v rámci Operačního programu Jan Amos Komenský, výzva 02_24_034 – Šablony pro MŠ a ZŠ II pro DDM Ratibořická s tím, že povinné spolufinancování realizace projektu ve výši 5 % z celkových způsobilých výdajů projektu si příspěvková organizace uhradí z vlastních zdrojů.

Rada MČ schválila uzavření Dodatku ke smlouvám o výpůjčce uzavřeným s příspěvkovými organizacemi MČ – změna ustanovení o péči o zeleň na vypůjčených pozemcích.

Majetek

Záměr majetkoprávních jednání

Rada MČ souhlasila s učiněním nabídky, tj. projevení zájmu o aktuálně nabízený majetek ÚZSVM: spoluvlastnický podíl ve výši id 81/128 pozemku parc. č. 1616/7 o výměře 67 m², druh pozemku – ostatní plocha, způsob využití jiná plocha, odděleného od pozemku parc. č. 1616/3 na základě GP č. 6277-97/2025; s bezúplatným nabytím pozemku parc. č. 1773 o výměře 86 m², z vlastnictví ČR-ÚZSVM do svěřené správy městské části Praha 20.

Rada MČ souhlasila se záměrem hlavního města Prahy, pronájmu pozemků parc. č. 4101/34, 4101/71, 4101/72, 4101/79, 4101/93, 4103/1, 4101/90 společnosti HUMMER CENTRUM s.r.o., IČO: 26457831, na dobu neurčitou s upozorněním na výstavbu MÚK Beranka a napojovacích komunikací jižním směrem od D11.

Majetkoprávní jednání

Rada MČ schválila pronájem pozemku parc. č. 4357/1 o výměře 44 412 m², v souladu s jeho funkčním využitím dle územního plánu, tj. za účelem vybudování sportovního hřiště včetně zázemí, a to zejména z důvodu podpory činnosti nájemce jako spolku a podpory sportovních a pohybových aktivit dětí a mládeže v rámci zdravého životního stylu a volnočasových aktivit, SC XAVEROV HORNÍ POČERNICE, z.s., IČO: 26604850, na dobu určitou, od 29. 8. 2025 do 31. 7. 2040, za nájemné ve výši 30 000 Kč/předmět nájmu/rok.

Zastupitelstvo MČ schválilo bezúplatné nabytí pozemku parc. č. 1773 o výměře 86 m², z vlastnictví ČR – ÚZSVM.

Veřejné zakázky

Rada MČ schválila zadání veřejné zakázky malého rozsahu

na stavební práce „Rekonstrukce chodníku Kramolná v úseku Chvalkovická–Češovská“ společnosti MV BAU, s.r.o., IČO: 02376351, s nabídkovou cenou 3 874 060,83 Kč bez DPH (4 687 613,60 Kč s DPH), dle doporučení výběrové komise; záměr pronájmu prostoru sloužícímu k podnikání – provozovny č. 109 v 1. NP o výměře 44,15 m² podlahové plochy umístěné v budově č. p. formou veřejné soutěže dle předloženého návrhu, vybrala společnost REMKO CZECH s.r.o., IČO: 07958536, jako poskytovatele služby na postavení, provozování a odstranění kluziště v ulici Chvalkovická v zimní sezoně 2025/2026 a vyhlášení zadávacího řízení na podlimitní veřejnou zakázku na stavební práce „Bytový dům – Nájemní byty Beranka“.

Rada MČ zrušila výběrové řízení na veřejnou zakázku malého rozsahu na stavební práce „Přístavba výtahu k objektu úřadu městské části Praha 20 Jívanská 647“.

Doprava

Dopravní studie Horní Počernice

Rada MČ schválila pořízení aktualizace komplexní dopravní studie, zpracovávané Ředitelstvím silnic a dálnic s. p. pro oblast městské části Praha 20 – Horní Počernice, společností PUDIS a.s., IČO: 45272891, za nabídkovou cenu 95 000 Kč bez DPH (114 950 Kč včetně DPH).

Územní rozvoj

Návrh územní studie Klánovice

Rada MČ schválila k návrhu územní studie Klánovice v rámci tzv. interního připomínkování připomínky.

Projektová dokumentace Komunitního centra

Rada MČ schválila pořízení projektové dokumentace pro povolení záměru výstavby „Komunitního centra“ od společnosti ARC, spol. s r.o., IČO: 45809054, za cenu 1 988 400 Kč bez DPH po definitivní identifikaci pozemku.

Výdejní boxy

Rada MČ vzala na vědomí informace o aktuálním stavu regulace umístování výdejních boxů ve veřejném prostoru na území hl. m. Prahy a uložila provést zmapování jejich umístění.

Projednání petice občanů proti výstavbě bytového domu ve Svěpravicích

Zastupitelstvo MČ vzalo na vědomí petici občanů proti výstavbě bytového domu ve Svěpravicích, ul. Šanovská, doručenou na ÚMČ Praha 20 dne 18. 6. 2025 a vyhradilo si pravomoc projednat investiční záměr na dotčených pozemcích.

Smlouva o spolupráci při rozvoji digitální technické mapy

Zastupitelstvo MČ schválilo uzavření smlouvy o spolupráci mezi hlavním městem Prahou a městskou částí Praha 20 při rozvoji digitální technické mapy.

Životní prostředí

Uklidme Česko – Uklidme Počernice

Rada MČ schválila technickou a marketingovou podporu projektu Uklidme Česko – Uklidme Počernice, který se uskutečnil dne 20. 9. 2025.

Čtvrtá REUSE sobota na Dvacítce

Líbila se vám červnová REUSE sobota na Dvacítce?
Je tu další, podzimní! Těšíme se na vás!

sobota 1. 11. 2025 10–16 hodin
Stodola na Chvalské tvrzi, Praha 20-Horní Počernice

Věc, která ještě dobře poslouží, ale vám se už nehodí? Předejte ji dál!
A třeba i vy najdete něco, co si s radostí odnesete domů.

oblečení a obuv – hračky – knihy – nářadí – nádobí a kuchyňské náčiní – sportovní potřeby
– dekorační předměty a textil – zahradnické potřeby – potřeby pro domácí mazlíčky

PŘINESTE, CO UNESETE 😊

Kdy a kam lze věci přinést?

- do REUSE pointu v počernickém sběrném dvoře v týdnu od 27. 10. do 31. 10.
- v sobotu 1. 11. 2025, 9–15 hodin přímo na místo konání REUSE akce, do Stodoly na Chvalech

Co hezkého nás během REUSE soboty čeká?

- ✓ příjemné sousedské setkání, ze kterého si navíc můžete odnést něco pěkného, a to úplně ZDARMA
- ✓ malé občerstvení, svařák, teplé nápoje, koláčky
- ✓ krásné prostředí hornopočernické Stodoly

koordinátorka akce:
marketa_urbanova@pocernice.cz



Veletrh volnočasových aktivit



Veletrh volnočasových aktivit

První školní den zpestřil Veletrh volnočasových aktivit, který přilákal téměř 200 dětí. Vyzkoušely si různé sporty, vyrábění, hry, skautské dovednosti i skákací hrad. Za splnění úkoly si odnesly drobné dárky od MČ Praha 20. Přejeme všem školní rok plný radosti a zážitků.

Anežka Moudrá ■
referentka OŠKVA



Odpady

Třídíme společně papír ještě lépe, vyzývají Pražské služby

Do modrých popelnic a kontejnerů nosí lidé čím dál více papíru. Loni se obyvatelům Prahy podařilo vytřídit rekordní množství tohoto odpadu, a to meziročně téměř o tisíc tun více. Nádoby na papír dnes mohou mít různé podoby, vždy ale s jasným označením a modrými rozlišovacími prvky. Důležité je do nich vyhazovat jen prázdné, nařezané, sešlápnuté nebo alespoň rozložené obaly. Nic z toho nesmí být mokré ani umaštěné.

Třídění papíru je hračka, s přehledem to zvládají děti i dospělí. V popelnicích ho díky nim skončilo loni 27 812 tun, což je meziročně o necelých tisíc tun papírového odpadu více. „Expertí uvádějí, že jedna tuna vytříděného papíru ušetří skoro dvě tuny dřeva a zhruba 31 000 litrů vody. Recyklační proces u něj může proběhnout průměrně pět- až sedmkrát. Čím více toho společně vytřídíme, tím více materiálu se dá znovu využít. Díky tomu šetříme společně přírodu, primární suroviny, energii i životní prostředí,“ přibližuje tiskový mluvčí Pražských služeb Alexandr Komarnický a dodává: „Ze všech složek tříděného odpadu vyhodí domácnosti v hlavním městě za rok

v přepočtu na hmotnost nejvíce právě papíru.“

Jak vypadají nádoby na papír

Dříve byly klasické popelnice i kontejnery celé modré, dnes mohou mít různé podoby, ovšem vždy s modrými madly, víky nebo jinými rozlišovacími prvky. Bezpečně je člověk pozná především podle polepů.

Co je možné vytřídit do nádob na papír

Noviny, časopisy, letáky, kancelářský papír, knihy, sešity, plata od vajec, papírové obaly i tašky, krabice, karton, lepenka a podobně patří do jedné nádoby.

Nic z toho nesmí být mokré ani umaštěné, zato ale ideálně nařezané, sešlápnuté nebo alespoň rozložené. „Do popelnic a kontejnerů na papír neházejte olejem, barvami, ředidly, chemikáliemi či zbytky jídel a tekutin znečištěné obaly. Mohou totiž kontaminovat ostatní vytříděný odpad, zkomplikovat recyklaci a poškodit techniku,“ zdůrazňuje Komarnický. Napovědi shodné recyklační symboly na přebalech i na odpadních nádobách, podle nichž se člověk orientuje. Konkrétně zkratka „PAP“ bývá doprovázena čísly 20, 21 nebo 22 uvnitř trojúhelníku ze šipek.

Papír se podle odborníků rozkládá v přírodě několik měsíců. Po dotřídění, recyklaci a následném zpracování se přitom může v rámci cirkularity vracet do oběhu v jiné podobě. A to je přesně ten důvod, proč se Pražské služby prakticky od svého vzniku intenzivně věnují edukaci veřejnosti a prosí: „Třídíme společně papír ještě lépe!“

TZ Pražské služby ■



Víte, že...

... s datem dne 27. září 1850 se připomíná velký požár na Chvalech, po němž lehlo popelem celkem 14 obytných domů včetně domu obecního?

... rozloha Chval je 512,2 ha, Horních Počernic a Čertous 1 110,1 ha, Svěpravic a Xaverova 251,3 ha? Údaje jsou z konce devatenáctého století, roku 1890, sepsané u příležitosti Všeobecné zemské jubilejní výstavy v roce 1891.

Participativní rozpočet

Máte nápad, sem s ním!

Navrhujte, hlasujte! Radnice vyčlenila 500 000 Kč a VY rozhodujete, jak s nimi naložit.

Hlasování od 15. 9. do 31. 10. 2025
Prostřednictvím ankety v Munipolis
 Více informací na www.pocernice.cz
 v záložce Participativní rozpočet

Přihlášené projekty 2025:

 ROZKVETLÉ POČERNICE	 DOPLNĚNÍ MOBILIÁRE PUMPTRÁCKU	 STUPĚN VÍTEŽŮ NA ATLETICKÉM OVÁLU	 ÚPRAVA POVRCHU HRISTE HOUSLOVÝ KLÍČ
-------------------------	-----------------------------------	---------------------------------------	---

Volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR

Připomínáme, že volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR se budou konat v pátek 3. října 2025 od 14.00 hodin do 22.00 hodin a v sobotu 4. října 2025 od 8.00 hodin do 14.00 hodin. Ve volebních místnostech mohou hlasovat občané ČR starší 18 let s trvalým pobytem v Horních Počernicích, držitelé voličských průkazů a dále osoby, které se nacházejí v zařízení lůžkové péče (např. LRS Chvaly) a které byly lůžkovým zařízením předem nahlášeny. Hlasování probíhá ve známých volebních místnostech na adresách:

Číslo volebního okrsku	Sídlo volebního okrsku (adresa volební místnosti)
20001	ZŠ, Stoliňská 823, Praha 9 – Horní Počernice
20002	ZŠ, Stoliňská 823, Praha 9 – Horní Počernice
20003	ZŠ, Spojenců 1408, Praha 9 – Horní Počernice
20004	ZŠ, Spojenců 1408, Praha 9 – Horní Počernice
20005	Místní veřejná knihovna, Náchodská 754, Praha 9 – Horní Počernice
20006	ZŠ, Ratibořická 1700, Praha 9 – Horní Počernice
20007	ZŠ, Ratibořická 1700, Praha 9 – Horní Počernice
20008	ZŠ, Ratibořická 1700, Praha 9 – Horní Počernice
20009	MŠ a ZŠ, Bártlova 83, Praha 9 – Horní Počernice
20010	KC Domeček, Votuzská 322 (1. patro), Praha 9 – Horní Počernice
20011	KC Domeček, Votuzská 322 (přízemí), Praha 9 – Horní Počernice
20012	ZŠ, Chodovická 2250, Praha 9 – Horní Počernice.

Informace o konkrétním volebním okrsku, ve kterém můžete hlasovat, naleznete na obálce, v níž jsou distribuovány hlasovací lístky, případně můžete zjistit číslo svého volebního okrsku a adresu své volební místnosti na webu www.pocernice.cz či ve volební aplikaci hl. m. Prahy na adrese <https://kudykvobam.iprpraha.cz/>. Hlasovací lístky jsou dodávány **do přístupných a označených poštovních schránek** voličům do úterý 30. září 2025, případně budou též k dispozici ve volebních místnostech.

Ze závažných důvodů (zejména zdravotních) můžete požádat o hlasování do přenosné hlasovací schránky, a to výhradně ve „vlastním“ volebním okrsku. O hlasování do přenosné hlasovací schránky můžete požádat na tel. číslech 271 071 654, 271 071 607, 271 071 761 nebo e-mailem zasláním na adresu eva_haislova@pocernice.cz.

Voliči, kteří jsou zapsaní do seznamu voličů pro volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR vedeného naším úřadem a kteří chtějí hlasovat v jiném volebním okrsku na území ČR či na zastupitelském úřadu v zahraničí, mohou **do 1. října 2025 16.00 hodin osobně požádat o vystavení voličského průkazu**, a to na oddělení správním – matrice v budově Jívanská 647/10. Voličský průkaz jim bude po prokázání totožnosti na místě vystaven.

Milan Hejkrlik ■

odbor živnostenský a občanskosprávních agend



Ples seniorů

18. 11. 2025
OD 15:00

CHVALSKÁ
STODOLA

Vstupenky k vyzvednutí od 3. 11. 2025 na ÚMČ
Praha 20, Jívanská 635 u Heleny Hamplové,
kancelář č. 202, tel.: 724 829 283.

Pro seniory s trvalým pobytem v Horních
Počernicích a členy hornopočernických
seniorských spolků vstup zdarma. Pro
ostatní 200 Kč.

Vstup na ples umožněn od 14:30.



**POTRAVINOVÁ
POMOC**

Pro koho je projekt určen:

Potravinová pomoc je určena lidem žijícím v Horních Počernicích, kteří se ocitnou v hmotné nouzi nebo ve velmi obtížné sociální situaci. Tato forma pomoci je poskytována vždy po individuálním vyhodnocení potřeb každého zájemce.

Potravinová pomoc nabízí:

Základní potraviny a hygienické potřeby.

Jak potravinovou pomoc získat:

V případě zájmu nás kontaktujte na tel. 776 194 316

Redakce Hornopočernického zpravodaje je ze zákona povinna publikovat příspěvky všech zastupitelů MČ. Redakční rada neodpovídá za tyto příspěvky a nezasahuje do nich obsahově ani redakčně.

Počernické osudy – Josef Pokorný – legionář z Horních Počernic

Historie Horních Počernic je plná zajímavých osobností, které si zaslouží nebýt zapomenuty. Jako zastupitel, který má k historii profesně blízko, jsem velice rád, pokud mohu některé z nich na stránkách Hornopočernického zpravodaje představit. Například legionář Josef Pokorný. Narodil se 21. ledna 1894 v Horních Počernicích. Před první světovou válkou pracoval jako zedník. Po vypuknutí války byl odveden do rakousko-uherské armády, kde sloužil u 28. pěšího pluku. V dubnu 1915 se dostal do zajetí v Karpatech. V ruském zajetí se rozhodl přihlásit do československých legií. Dne 18. dubna 1918 vstoupil do jejich řad a byl zařazen k 9. střeleckému pluku. Jako řadový voják prošel výcvikem a podílel se na bojích československých jednotek v Rusku. V legiích zůstal až



do srpna 1920, kdy byl demobilizován a navrátil se zpět do vlasti.

Jeho příběh je příběhem obyčejného řemeslníka, který se v rozhodující chvíli dokázal postavit na stranu boje za svobodu a samostatnost Československa. Právě 28. října 1918 vznikl samostatný československý stát, a to především díky odvaze našich legionářů, kteří poskytli

mladé republice svou vojenskou oporu i mezinárodní prestiž.

Přeji všem čtenářům klidný podzimní čas a důstojné připomenutí výročí vzniku Československé republiky.

*Petr Růžička,
zastupitel HOP a PRO Počernice*

Ledová radost v Počernicích – kluziště pro všechny generace

Hnutí občanů Místní pro Horní Počernice vstoupilo do komunálních voleb v roce 2022 s jasným a konkrétním programem. O to víc nás těší, že se jeho myšlenky promítají i do rozhodnutí počernických radních.

Na srpnovém zasedání rady bylo jednomyslně schváleno, že už v nadcházející zimní sezoně vyroste v ulici Chvalkovická mobilní kluziště.

Půjde o dočasné zařízení – s příchodem jara jej provozovatel opět rozebere. Díky tomu nebude trvale zabírat veřejný prostor, který během roku poslouží i jiným účelům.

Jsmo přesvědčeni, že nové kluziště potěší malé i velké bruslaře. Obyvatelé tak nebudou muset za ledem cestovat na vzdálené zimní stadiony a zároveň vznikne nové místo pro přirozená setkávání rodin, sousedů i přátel – přímo v srdci Počernic.

Zároveň ale vnímáme obavy místních, jak bude v ulici Chvalkovická vyřešeno parkování, zejména v době zvýšené návštěvnosti. Budeme proto pečlivě sledovat, jak se situace vyvine, a chceme, aby radnice i provozovatel mysleli také na tuto praktickou stránku.

Na společná setkání – na bruslích i bez nich – se těší

*zastupitelka Místní pro Horní Počernice
Jana Hájková*

Školkové prázdniny v příštím roce

Před pár měsíci jsme s několika maminkami školkových dětí řešili problém letního prázdninového provozu mateřských škol v Horních Počernicích. Letos byly naše školky otevřené od 30. června do 11. července. V budovách probíhají nutné opravy a rekonstrukce. Navíc je samo-

zřejmě třeba dodržovat i zákoník práce, aby měly paní učitelky možnost vybrat si dovolenou.

Potíže tím často vznikly nejen maminkám samoživitelkám. Mnozí z vás ztratili šanci na společnou rodinnou dovolenou, případně složité řešili termíny v zaměstnáních.

Oslovila jsem na jaře paní ředitelku soukromé „Miniškoličky Kostička“, zda by s finanční podporou městské části bylo možné pobyt dětí z našich školek v Kostičce během prázdnin 2026 zajistit. Souhlasila. Stejně tak se k nápadu aktivně a vstřícně postavila i paní místostarostka Hana Markulincová Moravcová. Kostičku jsme spolu navštívily, viděly příjemné zázemí a laskavou paní ředitelku ochotnou vyjít nám vstříc. V těchto dnech jsme s paní místostarostkou plánovaly další postup.

Ve školkách se nyní bude zjišťovat závažný zájem rodičů o prázdninový pobyt dětí v dětské skupině „Miniškoličky Kostička“ v létě 2026. Podle počtu dětí připravíme návrh finančních nákladů. Částku je třeba zařadit do rozpočtu naší městské části na příští rok. Sledujte, prosím, proto pečlivě výzvu, která by se měla ve školkách objevit. Po zjištění počtu dětí bude možné postupovat dál tak, abychom rodičům na prázdniny 2026 alespoň pár starostí ubrali.

*Alena Štroblová,
zastupitelka Hnutí občanů Počernic*

Petice proti výstavbě v Šanovské

Vážím si toho, když lidé mají zájem o to, jak vypadá okolí jejich domova. Zajímají se například o novou výstavbu a její parametry. Řeší míru jejího začlenění do stávající zástavby i to, jak ovlivní v lokalitě dopravu a životní prostředí. Kladou otázky, chtějí odpovědi.

Cením si proto i petice, kterou připravili lidé ze Svěprav. Protestují v ní proti plánované výstavbě bytového domu v nároží mezi ulicemi Božanovskou a Šanovskou. Petici podepsalo téměř 140 občanů. Nelíbí se jim skoro desetimetrová výška domu s 12 bytovými jednotkami v lokalitě s převážně nízkou rodinnou zástavbou. S podobnou stavbou v oblasti Svěprav mám sám problém. Přijde mi, že záměr vytěží území na maximum, omezí

Redakce Hornopočernického zpravodaje je ze zákona povinná publikovat příspěvky všech zastupitelů MČ. Redakční rada neodpovídá za tyto příspěvky a nezasahuje do nich obsahově ani redakčně.

soukromí lidí a obyvatelům realizace tak zásadní stavby ubere značné množství zeleně.

Nicméně, o tomto typu stavebních záměrů rozhoduje Rada MČ Praha 20. Jen radní mají právo souhlasit nebo odmítnout návrh, který je jim předložen. Při přípravě na poslední zastupitelstvo jsem zjistil, že máme projednat i zmíněnou petici. V případě tak zásadního materiálu mě překvapila jeho vážná příprava. Zastupitelstvo podle usnesení bude zohledňovat dopady stavby na obyvatele, až bude známá jeho konečná podoba. Jenže v době projednávání nejen zastupitelé, ale ani stavební úřad konečnou podobu záměru neznali. Přijde mi to trochu jako jistá neochota radních postavit se požadavkům občanů čelem. A k tomu snaha se z pořádné reakce na petici alibisticky vyvléci.

*Jiří Šebek,
zastupitel Hnutí
občanů Počernic*

Dálnice má sloužit k rychlé dopravě, občane, nepřekázej!

Na základě opakovaných stížností občanů Horních Počernic, nulové reakce na žádost vedení obce a v souladu s naším volebním programem jsme v květnu vyhlásili sběr podpisů pod petici žádající omezení maximální rychlosti na dálnicích a Pražském okruhu v okolí Počernic. Šlo nám

o snížení hluku, emisí z dopravy i o plynulost a bezpečnost dopravy. Děkujeme všem, kdo petici podepsali. Podpisů se sešlo přes sto a nadále je možné se k petici připojit.

V minulých dnech konečně vedení obce obdrželo reakci Ministerstva dopravy ohledně žádosti o omezení rychlosti na nejhlučnější dálnici D11. Ministerstvo se ve své reakci odvolává na ŘSD, resp. na to, že dle posledních měření hluku u D11 v Horních Počernicích nebyly limity překračovány. „Na základě těchto informací,” konstatuje ministerstvo, „proto považujeme požadavek na snížení rychlosti z důvodu hlukových emisí vůči bytové zástavbě za neopodstatněný, a to

i s ohledem na skutečnost, že zdejšímu úřadu nebyly doloženy žádné relevantní podklady, které by tento požadavek podpořily.”

Na závěr si pak ještě Ministerstvo dopravy neodpustilo upozornit, že ze zákona má „dálnice sloužit primárně k rychlé přepravě a jakékoliv její nadbytečné omezování, které není podloženo relevantními argumenty, je nežádoucí a popírá její samotný účel”.

Nezbývá nám než usilovat o jiná, pochopitelně dražší opatření snižující negativní dopady intenzivní dopravy, podobně jako jiné obce u okruhu.

*Josef Beránek, Milan Herian,
zastupitelé za Společně pro Počernice*

MČ Praha 20 vás zve na:

Kulturní podzim 2025

V HORNÍCH POČERNICÍCH

Od 1. října do 31. prosince 2025 je možné sbírat razítka za návštěvy kulturních organizací v Horních Počernicích.

Za zapojení Vás čeká odměna.

Podpořte místní kulturu a užijte si krásný podzim!

Bližší informace najdete na: <https://www.pocernice.cz/>



Z dopisů čtenářů

K článku v HPZ č. 7/25 „Ostatní hrdinové z našeho parku Obětí”

Autor článku patrně čerpal pouze ze soupisu jmen uvedených na pomníku. Zmiňovaný Bohumil Čefelín při osvořování Prahy nepadl, v té době již byl tento četnický nadstrážmistr několik let ve výslužbě. V květnu roku 1945

však padl jeho syn – Josef Čefelín, rovněž obyvatel Horních Počernic. Po odhalení pomníku tehdy jeho bratr chybu v křestním jméně zjistil a upozornil na ni tehdejší MNV a žádal opravu na správné jméno, což prý nebylo možné. Smutné je, že se tato záměna jmen díky článku pana Růžičky opakuje i v dalším století. V současné době se dají snadno dohledat informace týkající se této části

naší historie například na stránkách Ministerstva obrany či na stránkách Spolku pro vojenská pietní místa. Jméno pana Josefa Čefelína je správně uvedeno na jiné pamětní desce, konkrétně v Praze 5 na Smíchově, tedy tam, kde při Květnovém povstání bránil Prahu a utrpěl zranění, jemuž po několika dnech 10. 5. 1945 podlehl.

Eva Červenková

Zahájení divadelní sezony



Zahájení divadelní sezony

V neděli 7. září jsme slavnostně zahájili už 20. divadelní sezonu v Horních Počernicích. Odpoledne se neslo ve znamení krásného počasí, skvělé atmosféry a spokojených diváků, kteří si program naplno užili.

Markéta Králová ■



Klub seniorů
Horní Počernice

říjen 2025

středa 1. října

KLUBOVNA – BUDOVA MĚSTSKÉHO ÚŘADU

„Muzeum kriminalistiky“ J. Kočí. Začátek ve 14 hod.

středa 1. října **PODVEČER S HUDBOU**K tanci i poslechu.
Restaurace U Bobra – Xaverov.
Začátek v 17 hod.úterý 7. října **FILMOVÉ PŘEDSTAVENÍ**Promítání (nejen) pro seniory Duchoň.
Divadlo Horní Počernice.

[Poskytujeme příspěvek na vstupné, je nutné se před začátkem představení nahlásit u H. Duškové do 13.15 hod., která následně zakoupí vstupenky.]

Začátek ve 14 hod.

úterý 7. října **VÝLET**Broumovský klášter – Broumov – Babiččino údolí – Lázně Velichovky, odjezd v 7.15 hod. od nádraží Horní Počernice.
Vede L. Frouzová.

středa 8. října

KLUBOVNA – BUDOVA MĚSTSKÉHO ÚŘADUPřednáška Ing. I. Fárové a Ing. Z. Gryce
„Putování po Skandinávii v r. 2025“.
Začátek ve 14 hod.

středa 15. října

KLUBOVNA – BUDOVA MĚSTSKÉHO ÚŘADUPřednáška Ing. P. Kudrnáče
„Norsko“.
Začátek ve 14 hod.úterý 21. října **VYCHÁZKA**

Divoká Šárka, sraz v 9 hod., stanice metra Černý Most. Vede L. Frouzová.

středa 22. října

KLUBOVNA – BUDOVA MĚSTSKÉHO ÚŘADUPřednáška Ing. I. Fárové a Ing. Z. Gryce
„Putování po Skandinávii v r. 2025 II. část“.
Začátek ve 14 hod.

středa 29. října

KLUBOVNA – BUDOVA MĚSTSKÉHO ÚŘADUPřednáška A. Pasekové a A. Horákové
„Tajemství těla“.
Začátek ve 14 hod.

Nově se budeme scházet každou středu a čtvrtek (program volný) v budově městského úřadu, která se nachází směrem k vlakovému nádraží H. P.

Cvičení v sokolovně

ve čtvrtek od 9 a od 10 hod.

Cvičení v bazénu Hloubětín

v pondělí – sraz v 10.50 hod. u pokladny.

Za výbor:

Jaroslav Kočí, tel.: 776 038 118

Helena Barcalová, tel.: 281 927 099

Libuše Frouzová, tel.: 607 172 008

Informace pro jubilanty

V naší městské části blahopřejeme jubilantům ve věku 80, 85 a 90+. Těm, kteří se dožívají věku 75, 81 až 84 a 86 až 89 let, zasíláme blahopřání. Všechny tyto jubilanty uveřejníme ve společenské rubrice Hornopočernického zpravodaje. Pokud o blahopřání či zveřejnění svého jména v této rubrice **NEMÁTE** zájem, zavolejte, prosím, na číslo: 271 071 657 Martině Krátké nebo pište na e-mail: vitan@pocernice.cz.

Milan Hejkrlik ■

vedoucí odboru živnostenského a občanskosprávních agend

Blahopřejeme:

Adámková Naděžda
Bočková Věra
Bohata Josef
Bubeníková Jaroslava
Čech Jan
Dolanská Zdenka
Dub Milan
Dzida Pavel
Ekrťová Jiřina
Franková Radmila
Hauf Vlastimil
Herboltová Jarmila
Herianová Marie
Heřman Milan
Hlavička Jiří
Houra Karel
Hřibová Libuše
Hubený Jiří
Chromáček Jiří
Janda Bedřich
Jindrová Vlasta
Jokl Jiří
Junek Václav
Kořenský Tomáš

Kosař Václav
Krejčíková Zdenka
Kuželová Dana
Lésková Božena
Lindnerová Sylvie
Lukášková Jiřina
Marýzek Miroslav
Maxant Josef
Mikeš Karel
Mrázová Zdeňka
Mydlářová Božena
Nekvindová Anna
Nováková Jana
Perníková Helena
Petrouš Jan
Petřinová Naděžda
Plhalová Marcela
Poláček Vladimír
Procházková Vlasta
Prošek Josef
Pudlák Jan
Rybová Elvíra
Rychlá Vilemína
Schmidtová Evelina

Smetana Jan
Soukup Zdeněk
Stoklasová Jaroslava
Strakošová Slávka
Sýkorová Alena
Šašek Jiří
Šerá Eva
Špičková Lenka
Tomek Stanislav
Trtík Zdeněk
Tříška Rudolf
Turková Miloslava
Turna Jaroslav
Turoňová Anna
Urban Luděk
Václavů Marta
Vágner Pavel
Váhalová Vladislava
Vondrák Josef
Vosková Zdeňka
Zahradník Jiří
Zachovalová Marie
Žilínová Květuše

Vzpomínka

Dne 31. října uplyne jeden rok od úmrtí paní
Ludmily Aimové.
Odešla ve věku 89 let.

S láskou a vděčností vzpomínáme.

Dcera a manžel



Knihovna KKC

Místní veřejná knihovna,
Kulturně komunitní centrum Horní Počernice
Náchodská 754, Praha 9, v budově Místní veřejné knihovny Horních Počernic
www.knihovnapocernice.cz

Milí návštěvníci,

skvělá zpráva pro všechny! Od září jsou u knihovny nově k dispozici tři parkovací místa, vyhrazená speciálně pro naše návštěvníky. Na těchto místech můžete parkovat po dobu jedné hodiny. Nezapomeňte si na palubní desku umístit hodiny s časem příjezdu.

Ty si můžete zdarma vyzvednout přímo před knihovnou na sloupu pod dopravní



značkou. Užijte si pohodlnou návštěvu bez starostí s parkováním! Pro handi-

capované návštěvníky je zde vyhrazeno jedno místo, které není časově omezeno.

Zveme vás na výjimečnou besedu s autorem Tomášem Kaprasem, který se ve své nové knize zaměřuje na téma autismu u dospělých. A na ní bude Bára Loydová mluvit o delfinoterapii, což je forma zooterapie, která využívá interakci s delfíny k pozitivnímu ovlivnění osob s poruchou autistického spektra.

*Za knihovnu a KKC
Marcela Treščáková ■*

Kulturně komunitní centrum Horní Počernice

Bezplatná právní poradna vedená
JUDr. Barborou Lukšovou Frantovou
každé úterý od 13 do 17 hod.
Informace o právní poradně na telefonu:
271 071 790, 770 155 868.

Bezplatná dluhová poradna
vedená Petrem Schneedörflerem
každé pondělí od 12 do 16 hod.
Do poradny je třeba se předem objednat
na telefonu: 728 310 005.

PROGRAM NA ŘÍJEN

Zaregistrujte si místo na našich akcích přímo na našem webu: <https://www.knihovnapocernice.cz/kulturne-komunitni-centrum/>.

9. října 2025 od 17.30 do 19.30 hod.

Autorská beseda s Tomášem Kaprasem – autismus a delfinoterapie

Představení knihy autora Tomáše Kaprase Svatba věcí. Kniha čtenáře přivádí do svatební agentury, kde mohou lidé uzavřít termínovaný sňatek s věcí k prohloubení vztahu se svou prací či koníčkem, jež daná věc symbolizuje. S tímto netradičním ná-

padem přišla paní Dana, která svatební agenturu vlastní, aby vytrhla svého lehece autistického syna Robina z jeho světa, v němž se zajímal jen o věci, neboť je vnímá někdy velmi netradičně.

O delfinoterapii bude mluvit Bára Loydová. Tomáš Kapras má od narození DMO, levostrannou hemiparézu, ale jak on sám říká: „Handicap mne nasměroval do pořadu Klíč v ČT, kde můžu pomáhat podobně handicapovaným.“

14. října 2025 od 16 do 18 hod.

Tvořivé dílničky pro děti: Halloweenské tvoření – Zombie špuntíci

Hurá! Nejstrašidelnější svátek roku je tady! V dílničkách se na něj společně budeme připravovat už potřeť! Poprvé jsme vyráběli strašidelné lampičky, podruhé pavouky z klubiček a letos to budou různá strašidla ze špuntů – zombíci, Frankensteinové, netopýři, kočky... Já zajistím pytel špuntů, a na co je přetvoříte, to už bude na vás. Užité techniky: práce s barvami a fixy, střihání, lepení tavnou pistolí. S sebou: nůžky, pracovní tričko, pití, velcí jedlíci malou svačinku. Pro děti od 8 do 12 let (max. 10 dětí). Dílničku vede **Helena Hamplová**.



Užité techniky: práce s barvami a fixy, střihání, lepení tavnou pistolí. S sebou: nůžky, pracovní tričko, pití, velcí jedlíci malou svačinku. Pro děti od 8 do 12 let (max. 10 dětí).

Dílničku vede **Helena Hamplová**.

16. října 2025 od 16 do 17.15 hod.

Trénování paměti

Zaměříme se na obtíže spojené s krátkodobou pamětí a koncentrací.

Velikost skupiny trénování paměti je 12 míst.

Lekci vede certifikovaná trenérka paměti 1. stupně **Mgr. Hana Filipová, DiS.**

22. října 2025 od 17 do 19.30 hod.

Workshop:

Podzimní drátované dekorace

Co je pro vás symbol podzimu? Záplava barevného listí, šipkové větvičky, nebo ježek? Nebo všechno dohromady? Tak zatím přemýšlejte a předposlední středu v říjnu si přijďte „svůj podzim“ vyrobit z drátu! Odreagujete se od každodenního shonu a odnesete si podzimní dekorace pro váš domov.

Workshop je vhodný pro začátečníky i pokročilé, vše potřebné se naučíte na místě. Kromě výuky drátování na vás čeká drobné občerstvení, příjemná tvůrčí atmosféra a báječná relaxace!

Workshop vede **Barbora Šmídová**.

Bližší informace a rezervace na www.bajasmidova.cz, sekce Workshopy pro veřejnost.

22. října 2025 od 18.30 do 21.15 hod.

Seminář: Konečnost

Všechno někdy začíná a někdy končí, někdy je to úlevné, někdy bolestné. Umění je pouštět a nechat plynout místo křečovitého držení se pofidérních jistot a našich strachů.

V semináři jsou používány techniky arteterapie, ale nemusíte umět malovat ani mít k malování vztah. Skupina je otevřená, můžete se zúčastnit jednoho nebo více setkání.

Seminář vede **Ing. Maria Půrová**.



Jaké akce nás čekají?

Praha – Horní Počernice,
Ratibořická 1899

Volnočasový klub Prádelna

Od 1. října 2025 se opět otevírá volnočasový klub Prádelna, kam mohou děti a mládež docházet trávit své volné chvíle. Klub nabízí příjemné a bezpečné prostředí, kde si každý najde to své. Děti si tu mohou v klidu číst knihy a časopisy, vypracovat domácí úkoly nebo připravovat školní prezentace na notebooku. Pro ty, kteří dávají přednost aktivnějšímu trávení času, je připravena široká nabídka deskových her, stolní fotbalky nebo ping-pong. A nechybí ani prostor pro setkávání s kamarády či objevování dalších aktivit, jež klub nabízí.

V tomto školním roce se na klub můžete těšit v pondělí od 12.30 do 16 hodin a ve středu od 12.30 do 17 hodin.

Turisták – podzimní výprava údolím Labe

Zveme všechny děti ve věku 6 až 15 let na podzimní turistickou akci Turisták – Údolím Labe, která proběhne v sobotu 4. října 2025. Společně se vydáme vlakem

z Horních Počernic a projdeme krásnou naučnou stezkou mezi Lysou nad Labem a Čelákovici. Čeká nás přibližně 10 km dlouhá trasa plná zajímavostí o místní přírodě, řece i historii kraje.

Výlet nebude jen o chození – připravěny jsou také zábavné hry a aktivity, díky nimž se dozvíte něco nového a užijete si příjemný den venku s kamarády.

• **Sraz:** 9.00 na nádraží Horní Počernice
• **Návrat:** kolem 17.00 na stejné místo
Co si vzít s sebou? **Batoh s jídlem a pitím na celý den, pevnou obuv, pohodlné oblečení, pláštěnku a dobrou náladu.**

Přijďte se k nám – čeká vás parádní podzimní výprava plná dobrodružství i objevování. Přihlášky a více informací najdete na našem webu ddm-hp.cz.

Drakiáda

Srdečně vás zveme na tradiční podzimní drakiádu, která se uskuteční v sobotu 18. října. Přijďte si s námi užít odpoledne plně létajících barevných draků. Pro děti bude připravena také tvořivá dílnička, kde si budou moci vyrobit vlast-

ní malý létající model a hned jej vyzkoušet venku. Těšit se můžete také na stánek s občerstvením, v němž najdete něco dobrého na zub i k pití.

Akce je určena pro celou rodinu, proto neváhejte, vezměte s sebou draka i dobrou náladu a pojďte společně rozveselit podzimní oblohu!

Babinec opět startuje!

I v letošním roce otevíráme oblíbený kroužek Babinec pro dospělé tvořilky. Čekají vás příjemná setkání v tvůrčím duchu, při kterých si vyzkoušíte různé rukodělné techniky.

Můžete se těšit na dílny v rámci Babince, jejichž termíny najdete na našem webu. Babinec se bude konat jednou měsíčně. První setkání proběhne už 11. října, kdy se společně pustíme do výroby háčkových tašek. Na tuto akci se můžete přihlásit jak v rámci celého kroužku, tak i samostatně pouze na tento workshop. Přijďte si odpočinout, něco nového se naučit a odnést si vlastnoručně vytvořený kousek!

Akce pro rodinu

Mumraj

Rodinné a komunitní centrum
Mezilesí 2058/6, Praha 9 - Horní Počernice
www.domumraje.cz

Jak získat a udržet zdravou váhu
2. 10. od 18.30 do 21 hod.

Je možné cítit se skvěle bez diet a hladovění? S výživovou poradkyní si nastavíte jídelníček i pohybový režim pro celou rodinu. Možnost diagnostiky na analyzační váze.

Lektorka: Ing. Veronika Hanzlíková
Dotovaná cena: 200 Kč

Bazar v Mumraji
10. 10. od 10 do 18 hod.

Stále nám můžete darovat věci, které nepotřebujete:

- podzimní a zimní oblečení a obuv
- hračky a dětské vybavení

A určitě se stavte 10. 10. nebo 7. 11. na Burze dětských a sportovních potřeb, kde seženete vše za sympatické ceny.

Keramický podvečer – aromalampa
14. 10. od 18 do 19.30 hod.

Přijďte se odreagovat na rodinné tvoření.
Lektorka: Lada Husová, **cena:** 390 Kč

Jak na konflikty mezi sourozenci
16. 10. od 18.30 do 21.30 hod.

Na workshopu si natrénujeme, jak mít nestranný postoj ke sporům dětí a jak jim pomoci při jejich řešení.

Lektorka: Bc. Hana Čechová
Dotovaná cena: 200 Kč

Rodina spolu
18. 10. od 9.30 do 11.30 hod.

Užijte si rodinné dopoledne podzimních hrátek, smyslohraní i tvoření.

Průvodkyně: Růženka a Katka
Cena: od 390 Kč/rodina

Jablkobraní
19. 10. od 14 do 18 hod.

Přijďte si s rodinou užít podzimní odpoledne s chutí jablek. Čeká vás moštování, tvořivé dílničky, ochutnávky a další ekoaktivity. **Akce je zdarma.**

Průvodkyně: Klára a Simona

SETKÁVÁNÍ RODIČŮ A DĚTÍ
každé pondělí a středu 9.30–11.30 hod.

Přijďte do herny s aktivitami pro děti a povídáním pro rodiče. 22. 10. se těšte na dentální hygienu se Simčou.

Moderátorky: Růženka a Katka
Cena: 100 Kč/rodina

DOPLŇUJÍCÍ ZÁPISY 1. pol. 2025/26
PONDĚLÍ

malá hudebka pro nejmenší 8.45–9.30 hod.

výtvarka pro dospělé 9–12 hod.

výtvarka pro děti II. st. ZŠ 16–17.45 hod.

ÚTERÝ

létající jóga pro děti 15.15–16.10 hod.

létající jóga pro dospělé 18.15–19.10 hod.
STŘEDA

cvičení pro děti 1–2 r. 8.30–9.15 hod.

parkour pro děti 14.30–15.25 hod.

létající jóga pro mládež 16.15–17.10 hod.

ČTVRTEK

AJ konverzace s hlídáním dětí 8.30–10 hod.

létající jóga dospělí 8.45–9.45 a 10–11 hod.

AJ konverzace baby friendly 10–11.30 hod.

cvičení pro maminky baby friendly 11.15–12 hod.

výtvarka pro dospělé 17.15–20.15 hod.

PÁTEK

cvičení pro děti 3–12 m. 9.55–10.35 hod.

ŠKOLÍČKA NANEČISTO OD 2 LET:

po, út, st, pá: 8–12 hod.

Lze nastoupit i v průběhu pololetí.

SETKÁVÁNÍ PODPŮRNÝCH SKUPIN

Podpora pro rodiče náročných dětí

1., 15. a 29. 10. 16–17.30 hod.

Skupina pro maminky s dětmi od 1 r.

6. a 20. 10. 14–15.30 hod.

Pro psychickou podporu maminek

8. a 22. 10. 16–17.30 hod.

Skupina pro maminky s miminko do 1 r.

13. a 27. 10. 14–15.30 hod.

Zdravé vztahy

13. a 27. 10. 18.30–20 hod.

Cena: 100 Kč/rodina (hlídání dětí v ceně)

Registrace na webu.

Chvalský zámek...

Na Chvalské tvrzi 857/4, Praha 20
Tel.: 281 860 130, e-mail: infocentrum@chvalskyzamek.cz
www.chvalskyzamek.cz

VÝSTAVY

19. 9. 2025 – 22. 2. 2026

OD PRVNÍCH PIXELŮ PO UMĚNÍ RETROGAMING & Creaks

Výstava věnovaná počítačovým hrám, vývoji počítačů, herní grafiky a umění ve hře Creaks s názvem „OD PRVNÍCH PIXELŮ PO UMĚNÍ“, kterou jsme připravili ve spolupráci se studiem Amanita Design a Regionálním muzeem v Litomyšli. Výstava je složena ze dvou částí – RETROGAMING a Creaks.



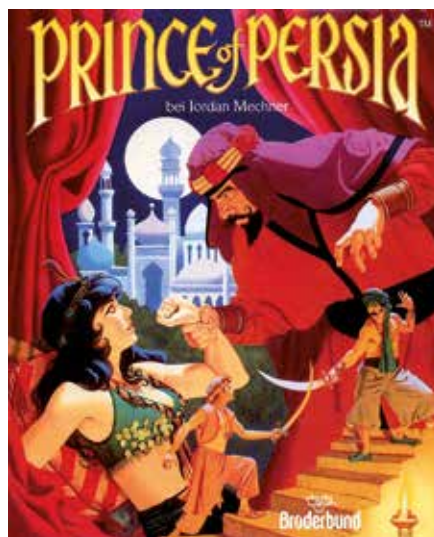
V prvním patře zámku představujeme **RETROGAMING**, výstava zde připomíná historii výpočetní techniky a herní grafiky od jejího počátku do poloviny 90. let 20. století. Pozornost je věnována česko-



slovenským i zahraničním hrám, domácím počítačům a konzolám z 80. let.

Součástí výstavy je i „RETROGAMING HERNA“

Herna s historickými počítači, herním automatem i s moderními PC s emulátory – se stovkami her. Pamětníci si mohou připomenout velké herní hity – od Pac-Mana a Space Invaders přes Prince of Persia nebo třeba Cannon Fodder až po Doom a Street Fighter II. Řada her si zachovala svoji hratelnost dodnes, a tak



si i ti nejmladší návštěvníci, zvyklí na dokonalou grafiku a zvuk, s chutí zahrají Dynablast, Lemmings nebo Vroom.

Dále výstava představuje počítačovou hru **Creaks** autorů Radima Jurdy a Jana Chlupa z českého studia Amanita Design, které se pod taktovkou zakladatele Jakuba Dvorského proslavilo zejména hrami Samorost, Botanicula a Chuchel. Každá hra se vyznačuje vysokou výtvarnou kvalitou. Hra Creaks získala ocenění Česká hra roku 2020 vč. prvenství v kategorii Nejlepší audiovizuální zpracování a vítězství v kategorii Vizuální umění na Central & Eastern European Game Awards. Hudební doprovod vytvořil Joe Acheson a jeho Hidden Orchestra. V roce 2021 byla vydána kniha The Art of Creaks.

Na výstavě uvidíte, jak taková hra vzniká – návrhy, kresby, malby, rekvizity... A samozřejmě si ji budete moci zahrát. A pozor! Pomocí rozšířené reality zde obrazy ožívají!

Zámecký suterén se za pomoci návštěvníků ovládaných velkoplošných herních projekcí proměnil v „Podzemní svět Creaks“!

„Země se začíná třást, žárovky praskají – a přímo za zdmi vašeho pokoje se děje něco neobvyklého. Vybavení ničím jiným než vtípem a odvahou pomalu sestupujete do světa obývaného ptačím lidem a zdánlivě smrtícími nábytkovými monstry.“



GALERIE

9. 10. – 30. 10. 2025

AKADEMIE umění a kultury

Základní umělecká škola, Praha 9, Ratibořická 30, vás srdečně zve na výstavu prací studentů Akademie umění a kultury hl. m. Prahy.



AKCE

**28. 10. 2025 – od 10 do 18 hod.
Authentic Street Food Fest –
Podzimní Počernice**

Další setkání labužníků nad kulinářskými pochoutkami na Chvalské tvrzi.

31. 10. 2025 od 19 hod.**Tančírna ve Chvalské stodole**

Ve spolupráci s taneční školou Artimo se uskuteční další taneční večer.

Vstupné: 100 Kč

Taneční kurzy Artimo

Je tu opět oblíbený a vyhledávaný program Horních Počernic a okolí – nová taneční sezona pro dospělé pod vedením taneční školy Artimo!

Kurzy startují ve čtvrtek

2. 10. 2025 v 19.30 hod.

Více na <https://www.artimo.cz/>

1. 11. – 2. 11. 2025

Denně od 9 do 18 hod.

**Hrdinové počítačových her
na Chvalském zámku**

O prvním listopadovém víkendu se Chvalský zámek promění v herní a fil-



mové království plné fantazie a zábavy pro děti všech věkových kategorií inspirované slavnou akcí Comic-Con. Ústředním tématem akce jsou počítačové hry a slavné filmové ságy. Malí návštěvníci se tak mohou těšit na setkání s postavami, jako je Super Mario, Lara Croft, Luke Skywalker, a s dalšími známými hrdiny

a hrdinkami. Vítán je každý v kostýmu oblíbené postavy z digitálního světa. Pro malé návštěvníky bude připraven dobrodružný program v krásných prostorách zámku. Těšíme se na vás!

Vstupné: 150 Kč dospělý, 120 Kč snížený, 470 Kč rodinné

Divadlo Horní Počernice

Právě hrajeme

sobota 27. září v 19.30 hod.

DIVADLO

Anna Saavedra

Kuřáčky a spasitelky

DS Právě začínáme

Režie: Ondřej Krásný

Hrají: Barbora Jelínková, Nikola Sýkorová, Alžběta Holcová, Daniela Morstein, Ondřej Sýkora a další

Současná adaptace Čechovových Tří sester a zároveň volná variace na jejich téma.

neděle 28. září v 15 hod.

DIVADLO

Eva Bartoňová

Trampoty čerta Barnabáše

Režie: Eva Bartoňová

Hrají: Roman Chlup, Markéta Vaněčková, Jan Josef, Michal Král, Jindra Koucký a další
Veselá pohádka plná čertovin a nečekaných zvratů pro malé i velké diváky.

úterý 30. září v 19.30 hod.

KINO

Jemný rváč

Silný a inspirující celovečerní dokument popisuje neuvěřitelnou „japonskou cestu“ olympijského vítěze, judisty Lukáše Krpálka na pozadí neznámého příběhu a zpovědi jeho největšího soupeře.

čtvrtek 2. října v 19.30 hod.

DIVADLO

Alain Reynaud Fourton

Rukojmí bez rizika

Agentura Harlekýn

Francouzská komedie s kriminální příchuť.

pátek 3. října v 19.30 hod.

DIVADLO

Francis Veber

Blbec k večeři

DS Pípa platí

Režie: Jan Šebesta, Lenka Šebestová

Brilantní francouzská komedie o tom, co se stane, když se vám „blbec“ pozvaný pro pobavení stane osudovým.

sobota 4. října ve 20 hod.

KONCERT

Neklidná léta

Jedinečný koncert plný emocí a vzpomínek! Mladá zpěvačka Anna Amelie Keltnerová spolu s jazzovou kapelou The Good Boys Band JK vám přiblíží atmosféru 40. let minulého století prostřednictvím nezapomenutelných šlágrů té doby.

neděle 5. října v 15 hod.

DIVADLO

Ferda Mravenec

DS Počerničci

Režie: Jana Sůvová, Klára Šimicová a Eliška Králová

Známost knížkou Ondřeje Sekory se nechaly inspirovat děti z počernického divadelního souboru.

úterý 7. října ve 14 hod.

KINO

Duchoň

PROMÍTÁNÍ NEJEN PRO SENIORY

Filmový příběh Karla Duchoně začíná během natáčení silvestrovského pořadu v televizi v roce 1984 a muži, kterému ještě nedávno ležel u nohou svět, proběhne během jedné noci před očima doslova celý život.

úterý 7. října v 19.30 hod.

KINO

Sírat

FILMOVÝ KLUB

Nejvýbušnější film letošního Cannes nabízí hypnoticky sugestivní audiovizuální zážitky i mrazivou vizi světa na hraně kolapsu, kde je svoboda jen iluzí, dočasným stavem bez záruky.

čtvrtek 9. října v 19.30 hod.

KINO

Uzel zla

Hrají: Sabina Roková, Janek Gregor, Ivan Lupták, Valérie Zawadská, Ivana Uhlířová, Petr Uhlík a další

Mysteriózní horor s příměsí napětí a emocí, ale i s hravostí a černým humorem.

sobota 11. října v 19.30 hod.

KINO

Websterovi:

Příběhy na pavoučím vlákně

Další příhody pavoučí rodiny Websterových diváky vezmou na strhující let do vesmíru a na nebezpečnou výpravu mezi čili papričky.

neděle 12. října v 19.30 hod.

DIVADLO

Colin Higgins

Harold a Maude

DS Právě začínáme

Režie: Klára Šimicová

Hrají: Jana Sůvová, Šimon Šimice, Jana Keilová, Jan Hrudka, Eva Bartoňová a další

Citem a humorem nabitý příběh podivuhodného láskyplného vztahu osmnáctiletého mladíka Harolda a osmdesátileté Maude.

úterý 14. října v 19.30 hod.

KINO

Franz

Režie: Agnieszka Holland

Hrají: Idan Weiss, Jenověfa Boková, Ivan Trojan, Josef Trojan, Vladimír Javorský, Ka-

rel Dobrý, Stanislav Majer, Juraj Loj a další
Působivý příběh inspirovaný životem, dílem a fantazií spisovatele Franze Kafky, který dokázal fascinujícím způsobem předběhnout svou dobu.

čtvrtek 16. října v 19.30 hod.

DIVADLO

Marc Camoletti

Stará láska nerezaví

Divadlo Adverte

Režie: Josef Hvert

Hrají: Vendulka Křížová, Zuzana Žáková/Lucie Linhartová, Michal Slaný, Radomír Švec, Václav Liška

Zábavná a lehce pikantní komedie o manželském páru v rozvodovém řízení, kde každý už touží po novém životě s novým partnerem. Má to ovšem jeden háček. Stále sdílí jeden byt.

[částečně zadané představení]

pátek 17. října v 19.30 hod.

KONCERT

Karel Plíhal

Koncert jedinečného písničkáře, básníka a muzikanta, který si za desítky let na scéně získal nezaměnitelné místo v české hudbě.

sobota 18. října v 16 hod.

Malá mořská víla

Tanečně-divadelní představení inspirované nadčasovou pohádkou Hanse Christiana Andersena.

neděle 19. října v 15 hod.

DIVADLO

O princezně, která ráčkovala

DS Natálie Venturové

Pohádkový příběh o tom, že odlišnost je dar, na motivy slavné televizní pohádky. Nebudou chybět ani známé písničky.

neděle 19. října v 19.30 hod.

DIVADLO

Kdo zabil Charlese?

Improvizální skupina Nepřipravení

Hrají: Jaroslav Fabián, Monika Nevolová, Gabriela Poláková, Petra Jelínková, Marian Mihaľo, Martina Bella, Petr Skřivánek, Michal Boháček

Improvizované celovečerní kriminálně-komediální drama skupiny Nepřipravení.

úterý 21. října v 19.30 hod.

Šansonárium s Miloněm Čepelkou

Jedinečný večer propojující humor, hudbu a poezii. Koncertní písňový recitál s texty básníka, herce a cimrmanologa Miloně Čepelky zpívají šansoniérky Eliška Lüft-

ner nebo Petra Tenorová. Slovem provází od klavíru autor hudby Patrik Ulrich, který je rovněž režisérem televizních projektů Štace Miloně Čepelky a Stopy Jára Cimrmana.

čtvrtek 23. října v 19.30 hod.

KINO

Něco za něco

Hrají: Anna Polívková, Martin Pechlát, Barbora Seidlová, Jaromír Nosek, Judit Pecháček
 Nová filmová komedie, ve které Anna Polívková a Martin Pechlát čelí zásadní otázce – darovat, či nedarovat ledvinu – a tím riskují své manželství i zdraví.

čtvrtek 30. října v 19.30 hod.

KINO

Stvůry

Hrají: Kristýna Ryška, Kryštof Hádek, Luboš Veselý, Kateřina Janečková
 Napínavý filmový příběh, na jehož počátku stojí brutální vražda mladé studentky.

Od 11. programu k 50. výročí uvedení Žebrácké opery v Horních Počernicích
 (viz str. 27)

neděle 2. listopadu v 15 hod.

DIVADLO

Pat a Mat jedou na dovolenou

Divadlo Pohádek

Legendární kutilové v akci. Tentokrát na divadelních prknech.

neděle 2. listopadu v 17 hod.

KINO

Snow Film Fest 2025

Celovečerní pásmo špičkových filmů o extrémním lyžování, zimním lezení, skialpinismu a dalších zimních radovánkách.

úterý 4. listopadu ve 14 hod.

KINO

Franz

PROMÍTÁNÍ NEJEN PRO SENIORY

Působivý příběh inspirovaný životem, dílem a fantazií spisovatele Franze Kafky, který dokázal fascinujícím způsobem předběhnout svou dobu.

úterý 4. listopadu v 19.30 hod.

KINO

Slyšíš mě?

FILMOVÝ KLUB

Citlivý režijní debut o neslyšící ženě, která se snaží obstát v nové roli matky ve světě, který jí často nerozumí.

pátek 7. listopadu v 19.30 hod.

DIVADLO

Jakub Volák

Pokračování přístě

SpoluHra

Režie: Viktorie Čermáková

Hrají: Kateřina Kaira Hrachovcová, Kristýna Leichtová, Markéta Plánková

Divadelní komedie ze zákulisí natáčení nekonečného seriálu.

sobota 8. listopadu v 16 hod.

KINO

Cukrkandi

Hrají: Tereza Ramba, Marek Adamczyk, Jiří Lábus, Jaroslav Plesl, Jiří Dvořák, Marek Štěpánek, Pavel Zedníček, Vica Kerekes, Maroš Kramár a další

Rodinný film s půvabnou atmosférou.

sobota 8. listopadu v 18.30 hod.

KINO

Královská opera: Tosca

Nové nastudování Pucciniho klasiky zasažené do prostředí moderního Říma. V hlavní roli září hvězdná sopranistka Anna Netrebko.

neděle 9. listopadu v 15 hod.

DIVADLO

Kubula a Kuba Kubikula

Divadlo AHA!

Pohádka o potulném medvěďáři, jeho malém medvídkovi a přátelském strašidlu.

úterý 11. listopadu v 19.30 hod.

KINO

Boží úlet

Keanu Reeves jako nešikovný anděl Gabriel v komedii Boží úlet.

neděle 16. listopadu v 19.30 hod.

DIVADLO

Colin Higgins

Harold a Maude

DS Právě začínáme

Režie: Klára Šimicová

Hrají: Jana Sůvová, Šimon Šimice, Jana Keilová, Jan Hrudka, Eva Bartoňová a další

Citem a humorem nabitý příběh podivuhodného láskyplného vztahu osmnáctiletého mladíka Harolda a osmdesátileté Maude.

úterý 18. listopadu v 19.30 hod.

DIVADLO

Luboš Balák

Zkurvení havlisti

aneb Komedie ze sauny

Komorní divadlo Kalich

Režie: Luboš Balák

Hrají: Miroslav Hanuš, Tomáš Měcháček, Zdeněk Velen/Michal Bumbálek

Komedie o třech mužích, kteří rozumějí všemu.

pátek 21. listopadu v 19.30 hod.

Petra Janů – S láskou

KONCERT

Koncert Petry Janů a její kapely Amsterdam.

sobota 22. listopadu v 19.30 hod.

Vratislav Blažek, Zdeněk Podskalský

Světáci

DIVADLO

DS Oudiv

Režie: Simona Mašatová

Legendární filmová komedie tentokrát na divadelních prknech.

neděle 23. listopadu v 15 hod.

DIVADLO

M. Macourek, H. Franková, V. Vorlíček, J. Ondra

Saxana

DS Počerniči

Režie: Jana Sůvová, Klára Šimicová a Eliška Králová

Známost filmovou pohádkou se nechaly inspirovat starší děti z počernického divadelního souboru.

pondělí 24. listopadu v 19.30 hod.

Michael Parker

DIVADLO

Zamilovaný sukničkář

DS Hata

Režie: Roman Štolpa

Hrají: L. Vaculík, M. Bočanová/A. Gondíková/A. Stanková, K. Kociánová/H. Kusnjero-
 vá/R. Pavlovčinová, Filip Tomsa a další

Fraška s množstvím komediálních situací a překvapivým koncem.

úterý 25. listopadu v 19.30 hod.

KINO

Paraplíčka z Cherbourgu

FILMOVÝ KLUB

Legendární francouzský muzikál, který odstartoval úžasnou kariéru Catherine Deneuveové.

sobota 29. listopadu v 15 hod.

DIVADLO

Zlatovláska

DS Natálie Venturové

Klasická pohádka plná humoru, písniček a dobrodružství pro malé i velké diváky.

sobota 29. listopadu ve 20 hod.

Marc Camoletti

DIVADLO

Láska, sex a žárlivost

LAdivadlo

Režie: Radka Stupková

Hrají: D. Šinkorová, M. Davídek, L. Vojtová, L. Ondřej, K. Janáčková a F. Skopal
 Komedie plná milostných zmatků, humor-
 ných nedorozumění a nečekaných odha-
 lení.

Když se každý snaží obelstít každého

Rozhovor s dlouholetou tajemnicí prezidenta Václava Havla pro literární a divadelní agendu Annou Freimanovou o Žebrácké opeře, o jazyku, který prozrazuje lumpy, a také o její spolupráci s Václavem Havlem.

Chystáte se do Horních Počernic, kde se po padesáti letech chystá představení Havlovy Žebrácké opery spolu s doprovodným programem?

Ano, těším se zase do Počernic. Jsem ráda, že připomínku premiéry si Počernice vzaly za své. Manžel (Andrej Krob – pozn. red.) pravidelně každé výročí organizoval divadelní představení a besedy. Uvidíme, kolik se nás letos sejde. Padesát let je krásné jubileum a doufám, že uvidím i mladé tváře.

Vybavíte si ještě nějaké zážitky spojené s tehdejší premiérou či předpremiérou v Horních Počernicích?

Na premiéře jsem nebyla, tehdy jsme byli oba s manželem zaměstnaní v Divadle Na zábradlí a měla jsem službu, aby manžel a další kolegové mohli hrát v Počernicích. Na generální zkoušce jsem ovšem byla. Tam, v hospodě U Čelíkovských, jsem se seznámila osobně s Václavem Havlem, kterého jsem do té doby znala jen jako autora.

Vy jste později edičně připravila k českému vydání většinu děl Václava Havla. Jak byste charakterizovala Žebráckou

operu mezi dalšími Havlovými hrami? Píše se, že to byla jediná hra na objednávku, že šlo o jedinou hru na motivy jiné známé hry...

Kdepak, Žebrácká opera nebyla jedinou takovou hrou. Později ho oslovil Petr Oslzlý a vznikla pro Divadlo na provázku hra Zítřka to spustíme k výročí vzniku republiky. A zmiňme ještě minihru Pět tet jako pokračování Vernisáže také pro Divadlo na provázku.

V Žebrácké opeře se ovšem Havel poprvé vyrovnává s tématem jiného autora. Jaroslav Vostrý z Činoherního klubu mi vyprávěl, že nejdříve zamýšleli hrát tu původní hru, ale pak se domluvili s Divadlem Na zábradlí, že si vymění autory a zkusí něco nového. Těmi autory byli Alena Vostrá a Václav Havel. Nápad se zrodil někdy na konci šedesátých let ještě před okupací. Nevím, jestli něco napsala paní Vostrá, Václav vytvořil svou variaci někdy mezi lety 1970 až 1972. Odráží se v ní změněná politická situace, přesněji řečeno plíživá normalizace. Hra měla burcovat společnost, aby se nevzdávala reforem a nadějí, které do pražského jara vkládala. Jedním z klíčových motivů Žebrácké opery je, že lumpové hovoří jazykem politiků.

Jde o typicky havlovský důraz na význam jazyka a řeči. Zároveň můžeme obdivovat hravost a smysl pro humor. Je to velmi vtipná hra a zároveň ostrá. Havel zachází s jazykem jako s postavou samotnou – prostřednictvím jeho stylizace nenápadně odhaluje, že vznešený jazyk ještě neznamená vznešeného ducha.

O jakých hodnotách tady mluvíme?

V té hře vlastně nikdo žádnou morálku nemá, každý se snaží obelstít ty druhé. Havlova hra ukazuje společnost, v níž nelze nikomu důvěřovat, kde je i láska zneužívána jako prostředek k manipulaci a kde ten, kdo setrvá u čistých ideálů, špatně dopadne.

Jak vzpomínáte na spolupráci s Václavem Havlem?

Vzpomínám na ni moc ráda. Díky tomu, že pracuji v Knihovně Václava Havla, jsem s jeho texty v neustálém kontaktu, díky tomu je tu s námi stále.

V prvních letech jsem k němu měla silný respekt, snad až příliš velký, netroufala jsem si s ním zapříst rozhovor. Později, když pobýval většinu času na Hradečku v sousedství naší chalupy, hodně jsme si vzájemně pomáhali a mezi námi a Havlovými vzniklo moc hezké přátelství. Nicméně respekt k Václavovi mně i manželovi zůstal. Síla Havlovy osobnosti, jeho stylu komunikace, jeho schopnost formulovat a vnímat události v kontextu byly mimořádné a myslím, že v každém budily respekt. Lidé jako Zdeněk Urbánek, Václav Havel a lidi kolem něj mi strašně moc dali, už proto, že jsem první pracovní zkušenosti v divadle získávala právě za postupující normalizace.

Později jste s Václavem Havlem spolupracovala, když se stal prezidentem, jako jeho tajemnice pro literární a divadelní agendu. To byla ještě jiná forma spolupráce.

Myslím, že to „prezidentství“ mezi námi až takový předěl nevytvořilo. Už předtím nám Havel četl úryvky her a textů na Hradečku, povídali jsme si o těch věcech, pomáhali jsme s distribucí zpráv a informací a dojednávali různé záležitosti (Havel měl tehdy omezené možnosti svobodného kontaktu se světem mimo Hradeček). Takže s tou asistentskou prací, s bibliografickými záležitostmi a v případě manžela i s kritickým čtením her, jsme měli zkušenosti už od osmdesátých let. Pak jsme na popud Olgy založili samizdatový časopis O divadle, kde jsme už spolupracovali pravidelně.



Anna Freimanová s manželem Andrejem Krobem, který s Divadlem Na tahu nastudoval Žebráckou operu



Anna Freimanová: „Havlova hra ukazuje společnost, v níž nelze nikomu důvěřovat, kde je i láska zneužívána jako prostředek k manipulaci a kde ten, kdo setrvá u čistých ideálů, špatně dopadne.“ Foto Ondřej Němec

delně... Přirozeně mě pak Václav s Olgou oslovili, abych se podobné agendě věnovala i nadále. Odešla jsem z Městské knihovny a pracovala už jen pro ně.

Zmínili jste, že díky práci v Knihovně Václava Havla jste spolu tak trochu dodnes. Vybavuje se vám častěji nějaký jeho nadčasový postřeh?

Takových postřehů je víc. Mnohé z toho, co Václav Havel říkal o odpovědnosti k vlastnímu životu i ke světu, v němž žijeme, k tomu, co se kolem nás děje, o vztahu k přírodě, o respektu k čemusi, co nás přesahuje... jsou myšlenky, které oslovují mnoho lidí i dnes. Ráda bych ale zmínila ještě něco jiného a pro mne důležitého. Co si budeme povídat, Václav byl člověk jako každý jiný, i on dělal chyby, které si zasloužily kritiku. Mrzelo ho to, snažil se své přešlapy nějak po-

jmenovat, pochopit, napravit a příště se jim vyhnout. V tom tkví pro mne jeden z jeho odkazů.

Mimochodem odlesk této reflexe bychom našli i v jeho hrách. I když nejsou přímo o něm, je v nich jeho životní zkušenost, kterou se snaží vyjádřit jako obecnější poselství pro nás všechny. A s tím přirozeně souvisí, jak je důležité slovo, jazyk, naše nakládání s pravdou, která vždycky souvisí nejen s tím, co říkáme, ale i s tím, komu a proč to říkáme. Slova jsou vždy vyřčená v nějakých souvislostech a nemůžeme se vyvléct z odpovědnosti, z usilování o pravdivé vztahování se k druhým a ke světu. Samozřejmě, že tyto myšlenky Václav Havel nevynalezl, ale to, jak je vyjádřil a jak s nimi žil, je pro mne velkou inspirací.

Josef Beránek ■



Foto Aleš Formánek

Žebrácká opera slaví 50 let

Padesát let od premiéry slavné hry Václava Havla si v Horních Počernicích připomeneme sérii kulturních akcí. Během několika listopadových večerů se můžete těšit na divadelní představení v podání místních ochotníků, projekci dokumentu Olgy Sommerové, výstavu fotografií Bohdana Holomíčka i na uvedení Havlovy jednoaktovky „Vernisáž“. Čeká vás týden plný divadla, filmu a vzpomínek, které ukazují, že Žebrácká opera má i po půl století co říct.



sobota 1. listopadu v 19.30 hod.

Václav Havel

DIVADLO

Žebrácká opera

DS Právě začínáme

Režie: Ondřej Krásný

Hru nastudovali počerničtí ochotníci u příležitosti 50. výročí premiéry.

pondělí 3. listopadu v 19.30 hod.

A znovu Žebrácká opera

KINO

Dokumentární film Olgy Sommerové o Andreji Krobovi, Divadle na tahu a dvou inscenacích slavné hry Václava Havla.

středa 5. listopadu v 18 hod.

Bohdan Holomíček:

VERNISÁŽ

Žebrácká opera

Zahájení výstavy fotografií, které autor pořídil na premiéře Žebrácké opery v roce 1975.

čtvrtek 6. listopadu v 19.30 hod.

Václav Havel

DIVADLO

Vernisáž

Divadlo na druhém tahu

Režie: Radek Bár

Hrají: Tereza Tobiášová, Vojtěch Efler, Tomáš Zámečník

Jednoaktová hra o tom, co je vlastně štěstí.



Říjen ve znamení růžové stužky

ROZHOVOR S MUDR. LUBOŠEM VLČKEM
O PREVENCI RAKOVINY PRSU A DĚLOŽNÍHO ČÍPKU

Po celém světě je říjen vnímán jako měsíc boje proti rakovině prsu. Symbolem se stala růžová stužka, která připomíná nejen ženy, které touto nemocí onemocněly, ale také důležitost prevence a včasného odhalení. Rakovina prsu je totiž nejčastějším nádorovým onemocněním u žen. V České republice jí ročně onemocní několik tisíc pacientek. Dobrou zprávou ale je, že pokud se nemoc zachytí včas, jsou šance na úplné vyléčení velmi vysoké.

Nejde však jen o rakovinu prsu. Ženy ohrožuje také rakovina děložního čípku. I u ní hraje zásadní roli prevence: pravidelné gynekologické prohlídky, screening, očkování proti HPV a včasné rozpoznání varovných příznaků. Přesto se v praxi lékaři setkávají s tím, že ženy prevenci odkládají, ať už z nedostatku času, obav z výsledku, nebo proto, že se cítí zdravé a nepovažují ji za nutnou.

Cílem říjnové kampaně i článků v našem Zpravodaji je proto připomenout, že každý z nás má ve svých rukou jednoduché kroky, které mohou zachránit život. O tom, jak by měla správná prevence vypadat, kdy s ní začít a co se v posledních letech v doporučeních změnilo, jsme si povídali s gynekologem MUDr. Lubošem Vlčkem z Gyndent PRO.

Říjen je celosvětově vnímán jako měsíc boje proti rakovině prsu. Proč je podle vás důležité toto téma připomínat právě formou kampaní?

Smyslem kampaní, jako je říjnová růžová stužka, je připomenout, že prevence není formalita, ale nástroj, který může zachránit život. Ženy si díky nim uvědomí, že mají samy ve svých rukou jednoduché kroky, které mohou udělat. Rakovina prsu je sice nejčastější nádorové onemocnění u žen, ale když se zachytí včas, šance na úplné vyléčení jsou velmi vysoké.

Jak vypadá správná prevence rakoviny prsu?

Prevence má několik úrovní. Základním krokem je samovyšetření prsou, které by měly ženy provádět pravidelně – ideál-



MUDr. Luboš Vlček žije v Horních Počernicích, svou praxi provozuje v sousedních Běchovicích a zároveň je vedoucím lékařem na klinice asistované reprodukce FertilityPort Praha

ně každý měsíc po menstruaci. Často se o něm mluví, ale v praxi ho ženy dělají spíše výjimečně. Přitom právě ono může upozornit na změny, které je nutné řešit s lékařem. Další rovinou jsou preventivní mamografická vyšetření. V Česku je pojišťovny hradí ženám od 45 let věku každé dva roky. Mamografie dokáže zachytit i malé útvary, které nejsou hmatné.

Setkáváte se s nějakými mýty, které ženy od mamografie odrazují?

Ano, bohužel jich je celá řada. Některé ženy se obávají vysoké dávky záření, jiné si myslí, že vyšetření je zbytečné, pokud si samy nic nenahmatají. Pravda je ale taková, že

Podzimní nemoci a jak chránit své zdraví

Podzim bývá krásným obdobím plným barev a klidné atmosféry, ale zároveň také časem, kdy se začínají množit různá respirační onemocnění. Od obyčejného nachlazení až po chřipku. Střídání teplot, kratší dny a méně slunečního svitu zatěžují organismus a dělají nás náchylnějšími k nemocem. Přestože se zdá, že podzimní virózy jsou nevyhnutelné, můžeme se na ně dobře připravit, a mnohým dokonce předjet.

Podzimní počasí je proměnlivé, ráno chlad, odpoledne teplo, večer zase syčravý déšť. Tento kolotoč dává tělu zabrat, protože se musí neustále přizpůsobovat. Slunce už není tak intenzivní, a tím pádem se snižuje přirozená tvorba vitamínu D, který má pro imunitu zásadní význam. Přidá se návrat do škol a kanceláří, cestování MHD a pobyt v uzavřených místnostech. Viry a bakterie tak mají ideální prostředí k šíření.

Nachlazení vs. chřipka

Mnoho lidí si plete nachlazení a chřipku, přitom jde o dvě odlišná onemocnění.

Nachlazení: postupný začátek, rýma, kýčání, škrábání v krku, únava, teplota většinou jen mírně zvýšená.

Chřipka: náhlý nástup, vysoké horečky, zimnice, bolesti svalů a kloubů, silná únava, často bez výrazné rýmy.

Správné rozpoznání je důležité, proto-

že chřipka vyžaduje delší klidový režim a může mít vážné komplikace.

Nemoci u dětí

Děti jsou na podzim obzvláště ohrožené. Návrat do školky nebo školy znamená blízký kontakt s desítkami dalších dětí, mezi nimiž se viry šíří rychlostí blesku. Dětská imunita je navíc nezralá a potřebuje čas, aby se „naučila“ bojovat. Proto se stává, že rodiče řeší v podzimních měsících jednu rýmu za druhou. U menších dětí se vyplatí dbát na pravidelný pobyt venku, na dostatek spánku a pestrnou stravu. A i když je lákavé dítě po nemoci rychle poslat zpět do školky, tělo ocení ještě den či dva odpočinku navíc.

Posílení imunity dlouhodobě

Imunitní systém nelze posílit ze dne na den. Vyžaduje dlouhodobou péči:

- **Otužování** – sprchování studenou vodou, procházky v chladnějším počasí.



Růžová stužka je symbolem boje proti rakovině prsu

dávka záření je velmi nízká a přínos vyšetření obrovský. A i když žena nemá žádné příznaky, může se v prsu skrývat nádor.

Rakovina prsu ale není jediným onkologickým strašákem žen. Jak je to s rakovinou děložního čípku?

Zde hraje zásadní roli screening – tedy cytologické vyšetření, které se provádí v rámci pravidelných gynekologických prohlídek. Ženy by měly chodit na kontroly od 15 let věku nebo od začátku pohlavního života a vyšetření podstoupit jednou ročně. I když se cítí zdravé, právě cytologie dokáže včas odhalit přednádorové změny, kdy je léčba snadná a účinná.

Kromě klasické cytologie existuje i citlivější screening. V čem je jiný?

Ano, jedná se o HPV DNA test, který umí odhalit přítomnost vysoce rizikových typů HPV viru – hlavní příčiny rakoviny děložního čípku. Není hrazen rutinně, ale má smysl zejména u žen s opakovaně hraničními výsledky cytologie nebo u těch, které chtějí mít větší jistotu. Je dobré vědět, že v České republice se od roku 2021 rozšířil screening o vyšetření na high-risk HPV. Konkrétně ženy ve věku 35, 45 a 55 let jsou v rámci preventivních prohlídek cíleně testovány na přítomnost těchto rizikových typů virů. To umožňuje ještě lépe odhalit ženy ohrožené rozvojem přednádorových změn a zahájit včasnou léčbu.

Mohou ženy samy na sobě rozpoznat varovné příznaky?

Určitě ano. U prsu jsou to hmatné bulky, změny tvaru, vpáčení bradavky nebo výtok z bradavky. U děložního čípku to může být nepravidelné krvácení mimo menstruaci, bolest při pohlavním styku či neobvyklý výtok. Tyto příznaky by ženy nikdy neměly podceňovat a čekat, zda samy odezní. Čím dříve vyhledají lékaře, tím vyšší je šance na úspěšnou léčbu.

Jak velkou roli hraje očkování proti HPV?

Obrovskou. Od roku 2022 je v Česku hrazené zdravotními pojišťovnami pro dívky i chlapce ve věku 11–15 let. Je důležité, aby se očkovali i chlapci, protože virus přenáší dál. Očkování tak chrání nejen ženy, ale

i jejich partnery a pomáhá snižovat výskyt HPV souvisejících nádorů v celé populaci.

Má očkování smysl i pro dospělé ženy?

Rozhodně ano. Největší přínos má před zahájením sexuálního života, ale i později dokáže chránit před typy HPV, s nimiž se žena ještě nesetkala. Rizika jsou minimální – nežádoucí účinky se obvykle omezují na krátkodobou bolest v místě vpichu nebo na únavu. Přínos je ale zásadní.

Co byste ženám vzkázal na závěr?

Moje rada je jednoduchá: věnujte pár minut měsíčně samovyšetření, jednou ročně zajděte na gynekologii a využívejte možností, které medicína nabízí – od screeningu přes HPV testy až po očkování. To je investice, která se mnohonásobně vrátí.

Lenka Bartáková ■
redaktorka



Jak na samovyšetření prsu

Naučte se jednoduchý postup krok za krokem. Pravidelná kontrola může pomoci odhalit změny včas a zachránit život. Naskenujte QR kód a podívejte se na návod.

- **Pravidelný pohyb** – nemusel by být intenzivní, stačí chůze, jízda na kole, jóga.
- **Psychická pohoda** – stres je velký nepřítel imunity. Najděte si čas na odpočinek, koníčky nebo meditaci.
- **Vitamin D** – v podzimních měsících často doporučují odborníci doplňování ve formě kapek či tablet.
- **Probiotika** – zdravá střevní mikroflóra je základem obranyschopnosti.

Podzimní poklady na talíři

Příroda nám právě na podzim nabízí potraviny, které tělo potřebuje:

- **Dýně** – zdroj betakarotenu a vitaminů skupiny B.
- **Jablka a hrušky** – vláknina a vitaminy na posílení imunity.
- **Kysané zelí** – probiotika a vitamin C.
- **Červená řepa** – podporuje krvetvorbu a detoxikuje.
- **Křen** – přírodní „antibiotikum“.

Recepty našich babiček

Tradiční domácí recepty mají své kouzlo a fungují už po generace:

- **Cibulový sirup** – nakrájejte cibuli na kolečka, prosypte cukrem nebo medem, nechte několik hodin louhovat. Sirup pomáhá na kašel a posiluje.
- **Česnek s medem** – nasekaný česnek smíchejte s medem, užívejte po lžičkách při prvních příznacích nachlazení.
- **Zlaté mléko** – teplé mléko s kurkumou, medem a špetkou skořice. Zahřívá a působí protizánětlivě.

Bylinkové čaje

Byliny jsou neocenitelným pomocníkem obzvláště na podzim:

- **Zázvorový čaj s citronem a medem** – zahřívá, dodává energii.
- **Šípkový čaj** – výborný zdroj vitaminu C, vhodný jako prevence.
- **Čaj proti kašli** – směs mateřídoušky,

lipového květu a tymiánu. Zklidňuje hrdlo.

- **Máta a heřmánek** – uklidňují žaludek a podporují trávení, které bývá při nemocích zatížené.

Psychika a imunita

Nezapomínejme ani na psychiku. Stres, spěch a nedostatek odpočinku oslabují tělo stejně jako chladný vítr. Naučte se každý den zpomalit – krátká procházka, dechové cvičení nebo deset minut s oblíbenou knihou dokážou divy. Podzimní nemoci k životu patří, ale nemusí nás zaskočit. Díky prevenci, přírodním prostředkům a péči o psychiku můžeme prožít podzim klidněji a zdravěji. Základem je vyvážený životní styl, dostatek odpočinku a vědomí, že i obyčejný šípkový čaj nebo klidná procházka mohou být mocnou zbraní proti nemocem.

(red) ■

Když jde o život

PRVNÍ DÍL NAŠEHO SERIÁLU O PRVNÍ POMOCI S DAVIDEM PEŘANEM

V Hornopočernickém zpravodaji otevíráme nový seriál věnovaný první pomoci, který pro vás bude připravovat zkušený zdravotnický záchranář, pedagog, autor odborných publikací a Hornopočerničan PhDr. David Peřan, Ph.D., FERC. V úvodním rozhovoru se blíže seznámíte s jeho cestou k urgentní medicíně, působením v České republice i zahraničí a také s jeho pohledem na to, jak Češi zvládají poskytnutí první pomoci v praxi.

Vzpomenete si, co vás přivedlo k práci zdravotnického záchranáře?

V podstatě jsem ke zdravotnictví tíhnul již od dětství. Na Fakultní základní škole Chodovická jsem se účastnil kroužku první pomoci a soutěže hlídek mladých zdravotníků, následně jsem se první pomoci věnoval v Českém červeném kříži a od roku 2004 jsem začal první pomoc učit. Na Gymnáziu Praha 9 Chodovická jsem dokonce ještě jako student vedl kroužek první pomoci a se studenty se účastnil soutěží.

Již během školy jsem pracoval na úrazové ambulanci Nemocnice Na Bulovce, v roce 2012 jsem zde krátce působil na anesteziologicko-resuscitačním oddělení a následně nastoupil na Zdravotnickou záchrannou službu hl. m. Prahy, kde jsem s jednou přestávkou pracoval až do roku 2022 a šest let vedl vzdělávací a výcvikové středisko. V přestávce jsem vedl projekt mobilní jednotky intenzivní péče v Ústřední vojenské nemocnici v Praze. V posledních třech letech jsem působil jako náměstek pro řízení kvality a vědecké činnosti na Zdravotnické záchranné službě Karlovarského kraje.

Působíte i jako lektor a vysokoškolský pedagog. Co vás na učení nejvíc baví?

V roce 2014, kdy jsem byl osloven, abych se podílel na výuce záchranářů na Vyšší odborné škole zdravotnické 5. května, kde jsem sám vystudoval obor zdravotnické záchranářství, jsem začal s pregraduální výukou. Zde jsem působil až do zrušení tohoto oboru na vyšších odborných školách v roce 2021. K výuce na 3. lékařské fakultě jsem se dostal přes doktorské studium preventivního lékařství a epidemiologie, takže od roku 2021 se podílím na výuce mediků všech ročníků a také všeobecných sester a sester intenzivní péče. Spolupracuji nebo jsem spolupracoval i s dalšími organizacemi, např. s Vysokou školou zdravotnickou v Praze, Uni-

verzitou J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo s Institutem postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví.

Od roku 2011 se věnuji také postgraduálnímu vzdělávání, především v certifikovaných kurzech Evropské resuscitační rady (ERC) pod národní záštitou České resuscitační rady. Jedná se o kurzy základní a rozšířené resuscitace dospělých i dětí nebo péče o pacienty se závažným traumatem. Právě díky ERC jsem se mohl podílet na výuce i mimo Česko (např. ve Velké Británii, Švédsku, Finsku, Portugalsku nebo na Islandu).

Víte, každá oblast výuky má své klady a zápory. Na pregraduální výuce je skvělé formovat mladé zdravotnické pracovníky od základu a předávat postupy dle aktuálních mezinárodních doporučení. Se studenty medicíny jsme před dvěma lety založili vzdělávací portál Urgent pod lupou a mimo jiné vydáváme podcast. Je skvělé pracovat s motivovanými studenty a vidět, jak se během let rozvíjejí. Na postgraduální výuce můžeme využívat již nabyté zkušenosti a pracovat více prakticky, což je jiné a také zábavné. Zdravotníci se starají o zdraví a životy pacientů a pomocí výuky jsme vlastně schopni ovlivnit zdraví a životy mnohem více lidí, než bychom osobně zvládli jen v klinické práci.

S jakými výjezdy se v praxi setkáváte nejčastěji?

Zdravotnická záchranná služba řeší stavy od narození až do smrti, věkové spektrum je tak 0 až více než 100 let. Zdravotníci záchranáři dnes v přednemocniční péči řeší více než 80 % všech událostí sami bez přítomnosti lékaře a je potřeba říct, že je to správně. Nejčastěji se však setkáváme se zhoršením stavu u chronických onemocnění, výzvy k pacientům s dušností nebo bolestí. V poslední době již také víme, že denně vyjíždíme k několika pa-



David Peřan bude naším průvodcem první pomoci v Hornopočernickém zpravodaji

cientům s nevyléčitelným, život zkracujícím nebo omezujícím onemocněním, a právě proto se snažíme posílit kompetence zdravotnických záchranářů v oblasti paliativní péče. Celou koncepci rozvoje oboru řešíme také na úrovni Ministerstva zdravotnictví ČR, kde před dvěma lety vznikla samostatná pracovní skupina.

Který případ nebo situace se vám osobně nejvíce vryly do paměti, ať už pozitivně, nebo negativně?

Člověku se nejvíce vryjí do paměti osudy lidí spíše než konkrétní zranění. Ty pozitivní zážitky jsem se snažil sepsávat a vydávat na blogu (Veselé příhody ze světa urgentní medicíny), ale v posledních letech na tuto činnost nezbyl čas, a blog tak stagnuje. Těch negativních se člověk snaží spíše zbavit.

Který okamžik vaší služby byl pro vás nejtěžší?

To se nedá takto říct. Pro nás je přednemocniční péče zaměstnání a jsme zvyklí ocítat se v situacích, které jsou pro ostatní krizové, zlomové a velmi stresující. To pochopitelně neznamená, že nejsme ve stresu, nelze ale vybrat jednu situaci, která byla nejtěžší.

Záchranáři pracují pod velkým tlakem. Jak se vám osobně daří zvládat psychickou i fyzickou náročnost této profese?

Člověk si musí najít svou metodu relaxace a případně se nebát říct si o pomoc. Rád trávím čas se svou rodinou – cestujeme,

sportujeme, čtu beletrii nebo populárně-naučnou literaturu a po narození syna jsem během otcovské dovolené začal malovat. Důležité také je, že mě práce stále baví a že díky tomu, že se nevěnuji jen klinické práci, ale také vzdělávání, výzkumu a dalším aktivitám, člověk nežije ve stereotypu.

Jste autorem či spoluautorem řady odborných publikací a článků. Co vás k psaní motivuje?

První kniha byla zaměřena na první pomoc a vytvořili jsme ji jako podklad pro naši výuku. A tak to vlastně pokračovalo dále. Motivací je mít studijní podklady, které budou jednoduše pochopitelné, stručné a praktické, přitom aktuální a opřené o vědecké důkazy v podobě mezinárodních doporučených postupů. K psaní článků jsem se dostal o něco později, mimo jiné v rámci doktorského studia. Dnes máme s kolegy vydaných 14 publikací v národních nakladatelstvích, několik skript a více než 70 článků v národních a mezinárodních odborných časopisech a podílel jsem se i na mezinárodních publikacích. Momentálně máme rozpracovaných několik knih a přibližně desítku článků. Mimo to jsem také editorem BMC Emergency Medicine, což je zahraniční periodikum zaměřené na urgentní medicínu, u několika dalších působím jako recenzent.

Jste také členem odborných společností.

Můžete nám přiblížit, co to obnáší?

Od roku 2012 spolupracuji s Českou resuscitační radou – organizací, která je národním partnerem Evropské resuscitační rady (ERC). Cílem ERC je: „To preserve human

life by making high-quality resuscitation available to all“, tedy „Zachovat lidské životy tím, že všem zpřístupníme vysoce kvalitní resuscitaci.“ Od toho se odvíjí také její činnost – podpora vzdělávání, výzkumu, preventivních programů nebo implementace doporučených postupů do českého prostředí. Mimo to jsem od roku 2017 také členem komise ERC pro rozšířenou resuscitaci (Advanced Life Support Science and Education Committee), kde tyto úkoly plníme na úrovni celé Evropy – připravujeme například materiály pro kurzy rozšířené resuscitace. V letošním roce jsem se poprvé jako spoluautor podílel na kapitole mezinárodních doporučených postupů pro resuscitaci.

Jsem také členem Společnosti urgentní medicíny a medicíny katastrof, zde jsem v roce 2015 stál u zrodu sekce nelékařských zdravotnických pracovníků, jejímž jsem nyní podruhé předsedou. Tato činnost je navázána na Evropskou společnost urgentní medicíny, kde jsem členem sekce přednemocniční péče a také skupiny řízení kvality v urgentní medicíně.

V poslední době se věnuji paliativní péči ve spolupráci s Centrem paliativní péče, kde v roce 2019 začal projekt paliativní péče v podmínkách zdravotnické záchranné služby. V letošním roce se nám povedlo k tomuto tématu vytvořit mezinárodní pracovní skupinu pod Evropskou asociací paliativní péče, která sdružuje odborníky od Kanady až po Nový Zéland.

V Hornopočernickém zpravodaji budete čtenářům přibližovat právě zásady první pomoci. Jak podle vás veřejnost zvládá poskytnutí pomoci v praxi?

Moje osobní zkušenost je veskrze pozi-

tivní. I na datech, která máme k dispozici, je vidět, že si jako Češi vedeme dobře, a za to patří veřejnosti dík. Když se podíváme například na studii EURECA 2, která mapuje epidemiologická data srdečních zástav v Evropě, tak Česko je na sdíleném prvním místě v procentu laicky zahájených resuscitací s 82,5% (společně s Norskem) a průměrem Evropy bylo 58% (publikováno 2020). Zásady, které se zde pokusím sepsat, by měly být jednoduché a prakticky aplikovatelné, nicméně samotná teorie vás na poskytování první pomoci nepřipraví. Je dobré čas od času navštívit kurz první pomoci a základy si prakticky zopakovat, aby se vám v krizové situaci vybavily rovnou, nebo alespoň při instruktáži operátorkou či operátorem na tísňové lince 155.

Pokud si dobře vzpomínám, tak nás kdysi učili střídání masáže srdce s dýcháním z úst do úst, což už se dnes nepraktikuje, a větší důraz je kladen na masáž. Co se ještě v první pomoci změnilo?

V rámci resuscitace stále platí střídání srdeční masáže a umělého dýchání, protože mozek bez kyslíku nepřežije dlouho. Pokud se ale bavíme o laické první pomoci, tak umělé dýchání provádějí jen proškolení laici, ostatní provádějí nepřerušované stlačování hrudníku. Do detailu se k tématu v jednom z dílů určitě dostaneme. Za posledních dvacet let se první pomoc opravdu trochu proměnila, principy však zůstávají stejné. Pokud byste měli pochybnosti, jak první pomoc poskytnout, zavolejte na číslo 155 a nechte si poradit od zkušených zdravotnických pracovníků na druhém konci telefonu.

Jaké největší zábrany mají lidé v poskytnutí první pomoci?

Obecně si myslím, že u nás lidé první pomoc poskytují často a dobře, což je vidět na datech. Zábrany jsou pochopitelné v situaci, kdy nemáme ochranné pomůcky a vystavili bychom riziku sami sebe. Postup je však jednoduchý a stačí zavolat na tísňovou linku 155, kde se vám vždy dostane pomoci.

Existuje nějaký „mýtus“ o první pomoci, který by stálo za to uvést na pravou míru?

Jedním z asi největších mýtů první pomoci je zapadlý jazyk a jeho vytahování, přitom stačí zaklonit hlavu. I k mýtům se v sérii dostaneme.



Vyhlášení vítěze ResuscitiCup 2025, v podstatě mistrovství ČR zdravotnických týmů v rozšířené resuscitaci

Lenka Bartáková ■
redaktorka

Čemu se kronikář ani v létě nevyhne

Práce kronikáře obce je legislativně vymezena zákonem č. 132/2006 Sb. ze dne 14. III. 2006 o kronikách obcí. Je to právní předpis krátký, jasný a jednoznačný. Kronikář obce se podle tohoto zákona řídí a ve své činnosti zachycuje celoroční práci obecní samosprávy podle určité, nikoli legislativně dané osnovy. A záleží na květnatosti projevu každého kronikáře, jakou si šíří záznamu ročních událostí zvolí. To ale není všechno, čím se obecní kronikář ve své práci zabývá. Musí být i dobrým pozorovatelem všeho, co se ve světě i v obci událo, jaké bylo počasí, která významná osoba obec navštívila, apod. Tak tomu bylo v mé činnosti i o letošních prázdninách. Rád bych při této příležitosti poděkoval všem, kteří na mé reporty v Hornopočernickém zpravodaji reagovali, ať už třeba objevenými dokumenty či listinami, nebo vlastními poznatky ze svého života, příp. i jinak. A tak se v novém čísle HPZ chci s vámi podělit o poznatky, které mě neminuly o letošním prázdninách.

Zaprvé mě oslovil náš vážený občan Pavel Barcal, který reagoval na článek o faráři Štverákovi v prázdninovém čísle HPZ svými zajímavými informacemi ze svého života: „Ivane, farář Štverák od dával mé rodiče, křtil bráchu Jardu, křtil i mne. Ve věžičce kostela uchovával kulovnici a ještě jednu pušku. Když situace začala smrdět, on a další uložili zbraně

do bedny a táta bednu zasypal haldou uhlí. Němci u nás také slídili, ale marně. Prý píchali do sena na půdě vidlemi (měli jsme koně). Při povstání vyzbrojil táta revoluční gardu pana Hnízdila a vzal ostatní zbraně potom nákladářkem na Prahu. [O těchto skutečích psal kdysi v HPZ pan Fiala.]

Těsně po válce navštívil spoluvězně Štveráka pozdější primas český a kardinál Beran na Chvalské farnosti. Biskup děkoval Štverákovi za záchranu života v koncentráku, kdy mu Štverák dával své jídlo a staral se o něj v nejhorších chvílích. Byla to velká sláva, slavná mše a slavnostní průvod Počernicemi po hlavní silnici, kdy v ohromném průvodu šel biskup Beran pod nesenými nebesy. Nezapomenutelný okamžik! Po válce nás učil ve škole Štverák náboženství. A bylo to nejen o náboženství.

Následuje můj další příběh: Měl jsem se jmenovat Gusta a pan farář připravoval ručně krasopisně psaný křestní list. Gusta jsem se měl jmenovat po kamarádově otci z národního ragbyového mužstva a pozdějším známém sportovním redaktoru Gustavu Vlkovi, který nastupoval po slavném redaktoru Laufrovi. Tak mi všichni říkali Gusto, týdny a měsíce utíkaly, křest se stále odkládal, a když padl pevný termín, Gustav Vlk nemohl a omluvil se. Táta se našel a vyhlásil, že se tedy nebudu jmenovat Gustav Pavel, ale Pavel Gustav. Nastal zmatek a farář Štverák, když se dozvěděl, že



Pracovní vysvědčení Jana Kohoutka z r. 1875 od firmy Zámečnictví Ant. Joppa v Praze



Pracovní vysvědčení Jana Kohoutka z r. 1884



Historická dopisnice Všeobecné zemské jubilejní výstavy v Praze 1891, je vyrobena z původní originální raznice z roku 1891 jen pro Všeobecnou československou výstavu v Praze 1991.

Historical post cards of the General country jubilee exhibition held in Prague 1891, is made by means of original punch from 1891 solely for the General Czechoslovak exhibition held in Prague 1991.

Cartolina postale storica della Mostra Universale Provinciale giubilare a Praga 1891 è stata prodotta da coniatrice originale dall'anno 1891 solo per la Mostra Universale Cecoslovacca a Praga 1991.

Dopisnice k Všeobecné zemské jubilejní výstavě v Praze v roce 1891

musí křestní list přepisovat, prý tátovi pravil – Jardo, to jsi mě pěkně nasral! Matka to neuznala a téměř do dospělosti mi říkala Gustíku – když měla dobrou náladu. Také v práci, když jsem pracoval v Aerovce na letadlech, mi všichni říkali Gusto.“ [Tolik Pavel Barcal ve vzpomínkách na faráře Štveráka.]

Další příležitost k podání vysvětlení milým čtenářům našeho Zpravodaje pramení z opisu „smlouvy trhové“ z 25. října 1924, kterou podepsali tehdejší starosta Josef Douša a jednatel Václav Pařízek – na straně jedné a Ing. Václav Prokůpek, Eliška Prokůpková a Jan Prokůpek jako prodávající na straně druhé. Předmětem prodeje dle této smlouvy je pozemek – č. kat. 1499/1 v Horních Počernicích ve výměře 5 110 m² za obapolně smlouvenou cenu kupní 6 000 Kč, který Tělocvičná jednota Sokol Horní Počernice kupuje za účelem výstavby letního cvičiště v Horních Počernicích. Kupující se rovněž touto smlouvou zavazuje, že uhradí veškeré výdaje, útraty a náklady spojené s touto smlouvou. Smlouva trhově nakonec nabyla plné platnosti a TJ

Sokol na zakoupeném pozemku letní cvičiště, později tenisový areál, vybudovala a slavnostně otevřela v roce 1929. Ještě je třeba dodat, že pan Ing. Václav Prokůpek jménem všech prodávajících výboru TJ SOKOL oznámil, že veškeré platby s touto trhovou smlouvou sám uhradí, což se také stalo, i když smluvně bylo dáno jinak. V posledních letech, ba desetiletích, se kolem nabytí dotčeného pozemku 1499/1 na veřejnost udávalo, že tento pozemek byl ve skutečnosti darován tehdejší starostou a statkářem Leopoldem Suchánkem. Že tomu tak opravdu nebylo, potvrdil nejen opis zmíněné smlouvy trhové, ale i zápis v kronice TJ Sokol a HC Horní Počernice, strana z roku 1927, kde se sice, a zřejmým omylem, uvádějí Prokůpkovi jako dárci. Ve skutečnosti byli Prokůpkovi prodávajícími a smluvní obnos z prodeje jim byl Sokolem uhrazen. Tolik informace o původu pozemku, na kterém dnes leží tenisový areál TJ Sokol Horní Počernice.

Další nález z letošních prázdnin je soubor zajímavých listin a dokumentů, jejichž četnost i objem by se nevešly ani

do celého říjnového čísla. Tyto cenné písemnosti jsou datovány z let devatenáctého století, první z roku 1845 a druhá z roku 1884. Obě i další, které z důvodů objemu již do příspěvku neuvádím, jsou spojené s panem Janem (Johannem) Kohoutkem, jehož potomci mi všechny listiny nezištně vhodili do schránky. Třetí písemnost, která je bohužel méně čitelná a pro zveřejnění v HPZ zcela nepoužitelná, je stavební dokumentace nemovitosti č. 50 v Horních Počernicích – zámečnické dílny pana Kohoutka, dále bývalé kamnářské dílny pana Jelínka a dnes provozovny dalších majitelů této nemovitosti (stavba ležící na hlavní silnici Náchodské – proti budově České spořitelny). Oba dokumenty předávám do redakce ve skenu, všechny pak odevzdávám do archivu zdejšího úřadu MČ Praha 20.

Posledním dokumentem z nálezů letošních prázdnin je historická dopisnice Všeobecné zemské jubilejní výstavy v Praze 1891.

Ivan Liška ■
kronikář

Půjčky na dovolené a vánoční dárky

Období letních dovolených a vánočních svátků jsou dvě nejčastější období, ve kterých Češi uzavírají různé půjčky. V tom prvním případě jsou to nejčastěji zájezdy k moři, v tom druhém pak dárky pod vánoční stromeček. Dovolené skončily. Začíná ale období mnoha měsíců, kdy se bude letní dovolená hradit. Vzpomínky na ně se budou vracet už jen každý měsíc při hrazení splátky. Vánoce ale přijdou teprve za několik týdnů. Je opravdu nutné si na ně půjčovat?

Není. Ideální je si na takové výdaje ušetřit. Každý měsíc si odkládat a dovolenou a vánoční dárky pořizovat za ušetřené peníze. Radost z nich tak bude možná i větší, protože nikoho nebude jejich splácení trápit dlouhé měsíce. Když už to ale bez půjčky nejde, je potřeba se zadlužit zodpovědně.

Půjčovat si s rozmyslem

To je základní pravidlo, které by nás v případě uzavírání půjček mělo vést tím správným směrem. Půjčku je nutné si opravdu dobře promyslet a vyhodnotit, zda danou věc nebo službu opravdu potřebujeme. Nejedná se jen o naše krátkodobé poblouznění? Není to zrovna módní věc, která ale za pár měsíců už bude „out“? Je potřeba také propočíst, jakým způsobem měsíční splátka zatíží finanční rozpočet.

Nepůjčovat si nad životnost věci

Toto pravidlo je velmi často opomíjeno. Právě u dovolených si půjčujeme na krátkodobý prožitek a za týdně dovolenou pak platíme pravidelné měsíční

splátky klidně dalších 12 měsíců. Někdo může namítat, že z dovolené čerpá další celý rok. Ale upřímně, každý by přece na tu dovolenou jel klidně hned znovu, a tudíž její přímý dopad určitě není dlouhodobý. U půjček na dárky by se půjčka měla uzavřít pouze na dárek, který vydrží minimálně takovou dobu, po kterou se bude splácet.

Mám na to?

Na tuto otázku je potřeba si odpovědět hned na začátku. Není to o tom, zda máme na daný výrobek nebo službu. Jde o to, zda máme na to ji splácet. Tedy v našem rozpočtu jsou finanční prostředky na pravidelné měsíční zasilání splátek. U některých půjček je dnes možné si splátku upravit nebo i odložit. Není ale snížení splátky nebo její odklad vykoupení vyšší úrokovou sazbou či navýšením celkové splácené částky? Nic totiž není zadarmo.

Kde si nejlépe půjčit?

Správný výběr poskytovatele půjčky často stojí za jejím úspěšným uhrazením. Obecně mají banky nižší úrokové sazby, ale jsou častokrát přísnější při posuzování dlužníka. Nebankovní společnosti jsou benevolentnější, ale to bývá vykoupeno vyššími úrokovými sazbami nebo dalšími poplatky. Právě třeba při prodlení se splácením. V takové chvíli se může opravdu stát půjčka velkým problémem. Je nutné si před jejím uzavřením nastudovat velmi dobře podmínky dané půjčky. Nejenom úroky a jejich výši, ale také RPSN (tedy opravdový procentní nárůst), možnosti předčasného splacení, prodloužení nebo pokuty z prodlení. Pátrat po podmínkách smlouvy až při řešení problémů bývá pozdě. A bývá to i mnohem dražší.

Pokud byste se přesto dostali do problémů, neváhejte využít bezplatné dluhové poradny, kterou pro své obyvatele provozuje městská část Praha 20 v knihovně na adrese Náchodská 754. Je k dispozici každé pondělí a je nutné se objednat na tel. číslo 728 310 005 nebo na mailu poradna@lgha.cz.

Petr Schneidörfler ■
dluhová poradna Horní Počernice



Vánoce nejsou o drahých půjčených dárkách, ale o společně stráveném čase. Dětem určitě udělá větší radost menší dárek pod stromečkem a vidět rodiče bez dluhů a starostí.



SWAP V DIVIZNĚ

PÁTEK 17. 10. 2025
15:00 - 18:00
Náchodská 382
Horní Počernice

Srdečně vás zveme na swap, kde můžete věci vyměnit či darovat. Výběr bude velký, nejen oblečení, ale i vybavení do domácnosti a kuchyně, knihy, hračky, dekorace, ale i hrnkové květiny a semínka.

V případě dotazů volejte
606 524 512 Tereza Česká

divizna
HUSITSKÁ DIAKONIE

Děti, které inspirují

V Horních Počernicích vyrůstá spousta mladých lidí, kteří vynikají v nejrůznějších oborech od sportu až po umění. Jejich příběhy jsou důkazem, že poctivá práce, vytrvalost i radost z toho, co dělají, přináší úspěchy nejen doma, ale i na mezinárodní scéně. Tentokrát vám představujeme dvojici výrazných mladých osobností, které ukazují, že cesta za snem může začít už v dětství.

Sebastian Pňovský, Gymnázium Chodovická

Sebastian Pňovský patří mezi výrazné mladé sportovní talenty české cyklistiky. Od útlého věku se věnuje horským kolům a postupně sbírá úspěchy na domácí i mezinárodní scéně. Je několikanásobným mistrem České republiky v kategorii žáků a pravidelným účastníkem Českého poháru horských kol, kde se dokázal prosadit i mezi staršími soupeři.

Sebastian je členem TJ Slovan Bohnice – BMX, kde pod vedením odborných trenérů rozvíjí nejen svou fyzickou připravenost, ale také techniku jízdy v terénu a závodní taktiku. Sportovní výkonnost si navíc zvyšuje i v jiných disciplínách – v zimě využívá lyžování a jako doplněk kondice zařazuje také atletiku. Právě tato všestrannost mu pomáhá držet krok s náročnými požadavky vrcholového sportu.



Horské kolo je pro Sebastiana nejen sport, ale i životní vášně

Vrchol jeho dosavadní kariéry přišel v roce 2024 na Mistrovství Evropy MTB žakovských kategorií ve švédské Huskvarně, kde v disciplíně cross country [XCO] získal v kategorii U13 zlatou medaili. A že se nejednalo o ojedinělý úspěch, potvrdil hned o rok později: z letošního evropského šampionátu ve Švédsku si odvezl stříbrnou medaili. Tento výsledek je jasným dokladem jeho kvalit a potvrzením, že česká cyklistika má v Sebastianu Pňovském jméno, které může v budoucnu mířit velmi vysoko.

Isabel Corazon Salazar Costas, Gymnázium Škola EU Praha

Isabel je studentkou 2. ročníku gymnázia Školy EU Praha v Horních Počernicích a už od dětství se věnuje tanci. Začínala v šesti letech v tanečním kroužku Ivy Langerové na ZŠ Dubeč, později pokračovala v Top Dance Prague. Nejprve soutěžila jako sólová tanečnice, poté v dívčí skupině Lollipop. V roce 2024 se dostala k párovému tanci – oblasti, kde jsou tanečníci „nedostatkovým zbožím“. Tančí kombinaci všech 10T: latinskoamerické a standardní tance.

Dnes trénuje v rámci Sportovního klubu SK4, a to minimálně třikrát týdně, k tomu přidává volné tréninky, semináře i taneční kempy během prázdnin. V období přípravy na soutěže absolvuje také individuální lekce s mezinárodními trenéry.

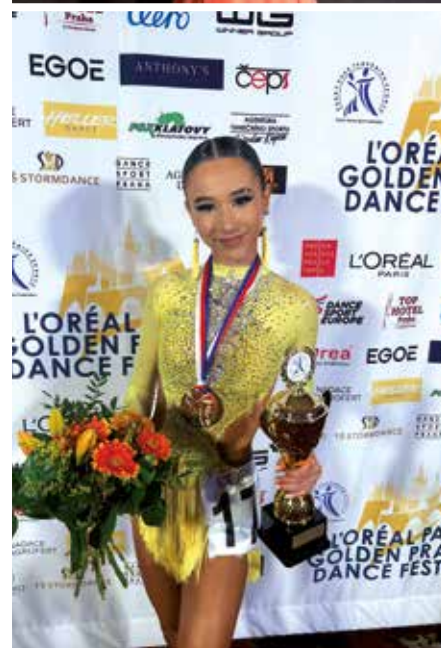
Ve své sólové kariéře získala Isabel řadu významných ocenění. Je několikanásobnou vicemistryní České republiky, v roce 2024 se stala mistryní republiky v družstvech [kategorie Junior II lat] a v květnu 2025 vybojovala titul druhé vice-

mistryně ČR v latinskoamerických tancích (solo mládež). Úspěchy slavila také na mezinárodních soutěžích – například WDSF ve Varšavě či WDAF v roce 2024.

V párovém tanci dosáhla se svým partnerem taneční třídy B v latině a C ve standardu. S novým partnerem už směřuje do třídy A v latině a připravuje se na mezinárodní soutěže, z nichž nejbližší by měla proběhnout v Paříži. Isabel tak potvrzuje, že spojení talentu, píle a radosti z tance otevírá dveře do světa velkých soutěží.

Budeme rádi, když nám s objevováním dalších výjimečných dětí pomůžete i vy. Pokud znáte někoho, kdo si zaslouží být představen, napište nám na redakce@pocernice.cz Jejich příběhy se mohou stát inspirací pro ostatní.

(lb) ■



Isabel sbírá úspěchy na domácí půdě i na mezinárodních tanečních soutěžích

Jazykový kurz v Cambridge

Na konci minulého školního roku jsme se jako studenti 4. A vydali na jazykový kurz do Anglie. Čekal nás opravdu nabitý program plný výuky, památek i přírody.

Po příjezdu do Cambridge jsme se hned první den prošli historickým centrem města, obdivovali slavné univerzitní koleje a gotickou kapli King's College. Zpestřením dne byla komentovaná projížďka na lodičkách po řece Cam, při které jsme si užili jedinečné výhledy na univerzitní budovy. Večer jsme se ubytovali v hostitelských rodinách.

Následující dopoledne jsme strávili výukou angličtiny na Anglia Ruskin University. Dopoledne jsme se přesunuli do leteckého muzea v Duxfordu, kde jsme si mohli zblízka prohlédnout slavné válečné a dopravní letouny (např. Spitfire a Concorde) či se dozvědět více o historii letectví. Ve středu nás opět čekaly dopolední lekce angličtiny, po kterých jsme zamířili do Sandringhamu, venkovského sídla britské královské rodiny. Čtvrteční program začal návštěvou městečka Ely s impozantní katedrálou. Poté jsme zamířili na severní pobřeží do oblasti



Blakeney, kde jsme z lodi pozorovali kolonii tuleňů v jejich přirozeném prostředí. Den jsme zakončili koupáním u pískovcových útesů v okolí Hunstanton Cliffs.

V pátek jsme se rozloučili s hostitelskými rodinami a vyrazili do Londýna. Z Greenwich jsme se katamaránem dopravili k Big Ben a během dne navštívili nejznámější památky – Westminster Abbey, čtvrt Soho, Buckinghamský palác a další. Po téměř tříhodinovém rozchodu na Oxford Street jsme se večer vydali na cestu zpět domů. Celý týden byl pro nás nejen skvělou příležitostí procvičit si angličtinu, ale také možností poznat britskou kulturu, a hlavně stmelit vztahy ve třídě.

Tereza Ordánová ■

5. A

Pozvánka na koncerty

Koncert žáků violoncellové třídy

Tatiany Braylovskay

St 22. 10. Sál ZUŠ od 18 hod.

I. hudební večer

Tradiční koncert žáků ZUŠ

Čt 23. 10. Chvalský zámek od 17.30 hod.

Koncert žáků klavírní třídy Iriny Likiny

Pá 24. 10. Sál ZUŠ od 17 hod.

Závěrečný koncert a výstava prací studentů Akademie umění a kultury hl. m. Prahy

Ve středu 8. října 2025 v 17 hodin se koná v obřadní síni Chvalského zámku závěrečný koncert studentů Akademie umění a kultury hl. m. Prahy. V programu zazní skladby, které si studenti s pomocí svých lektorů připravili na slavnostní zakončení studia.

Od 18 hodin bude vernisáž závěrečné výstavy prací studentů Akademie v galerii Chvalského zámku. Výstava potrvá do 30. 10. 2025. Součástí obou akcí bude také předání certifikátů o absolvování studia.

Libor Zíka ■

Základní umělecká škola, Praha 9, Ratibořická 30, vás srdečně zví na vernisáž výstavy a závěrečný koncert:

AKADEMIE
umění a kultury
8. 10. 2025
17:00
Chvalský zámek

Koncert proběhne v 17:00 v obřadní síni ve 2. patře.
Vernisáž začíná v 18:00 v galerii.

Výstava potrvá do 30.10.2025.

Když velcí pomáhají malým: tradice na ZŠ Ratibořická

Na Základní škole Ratibořická je dlouholetým a dobrým zvykem, že se o prvňáčky starají devěťáci. Mnozí naši žáci si stále pamatují „svého devěťáka“, vzpomínají na zábavné pokusy, veselá setkání nebo milé obrázky a dárky, které si kdysi vyměnili. Protože letos máme hned tři první třídy, tak se partnerskými

třídami staly nejen 9. A a 9. B, ale jedné první třídy se ujali osmáci. Hned v září provedli naše nově žáčky celou školou a ukázali jim všechna důležitá místa. Příjemným setkáním byl i společný oběd.

A jaké další společné akce u nás probíhají? V loňském školním roce prvňáčky

s devěťáky vyráběli v předvánočním čase svíčky nebo vonavé pomeranče, podnikli několik výletů. Velmi pěkná byla akce spojená s pasováním na čtenáře. Každý devěťák napsal svému malému kamarádovi pohádku, kterou si pak společně četli. Překvape-



ní ale nechystají jen ti velcí – prvňáčky třeba loni překvapili devěťáky vystřihanými čtyřlístky pro štěstí, které jim přinesli před přijímacími zkouškami. Milí prvňáčci (a vlastně i devěťáci), i letos se určitě máte na co těšit.

Martina Filípková ■
učitelka

ZŠ RATIBOŘICKÁ

Začátek školního roku ve ŠKOLE EU PRAHA

Umytá okna, vyleštěná linolea, vymalované třídy a chodby, elektrické žaluzie, nový nábytek i informační systém, zrekonstruované koupelny v domově mládeže, ale především nová technika v mnoha třídách – to je jen část toho, co zvládli zaměstnanci školy během prázdnin. Cílem je samozřejmě přede-

vším spokojenost žáků, kteří se do školy vrátili 1. září, ale také pedagogů, kteří zahájili nový školní rok již o týden dříve. Po zahajovací poradě vyjeli členové vedení společně s předsedy předmětových komisí na každoroční výjezdní zasedání, jehož účelem je upřesnit plány a úkoly na další období.

První zářijový den znamenal velkou změnu pro více než dvě stovky prváků. Dopoledne strávili všichni poznáváním prostor školy, po obědě první čtyři třídy vyrazily na adaptační kurz do Kořenova, zbývající tři se na stejné místo vypravily následující pondělí. Adaptaci nováčků věnujeme velkou pozornost, a proto pro ně vytváříme pestrý program, který pomáhá nejen stmelení kolektivů, ale i poznávání studentů napříč třídami. Ze sportu si účastníci vyzkoušeli discgolf a orientační běh, zazpívali si u táboráku i při karaoke večeru, užili si diskotéky, ale zároveň se dozvěděli mnoho důležitých informací, které jim pomohou dobře zvládnout následující čtyři roky.

Studenti vyšších ročníků měli začátek školního roku zpestřený besedou s ná-



městkyň ministra pro evropské záležitosti a vládní zmocněnkyní pro lidská práva Klárou Šimáčkovou Laurenčíkovou, která svým vystoupením všechny přítomné velmi zaujala.

Petra Bergmannová ■
učitelka ŠKOLY EU PRAHA

ŠKOLA EU PRAHA



Výlet do Poděbrad

V pondělí 8. září se žáci ze ZŠ Bártlova vydali vlakem na výlet do Poděbrad. Společně si prošli centrum města, nahlédli do zámečku a na závěr si dali sladkou odměnu. Počasí se také vydařilo a všichni si výlet užili.

Lucie Borová ■
učitelka



Počernická semínkovna

Na plotě MŠ Chodovická (vchod z ulice Ratibořická) byla na-
instalována skříňka s názvem SEMÍNKOVNA. Sem můžete přinášet popsaná semínka ze své zahrádky a naopak si zase vybrat jiná. Něco jako oblíbená „knihobudka“. Je čas sklizně, tak sušte a udělejte radost druhým! Patronát nad semínkovnou má třída Broučků.

Vedeme děti k udržitelnému rozvoji.

Kateřina Trutnovská ■
učitelka



Ve čtvrtek 2.10.2025
proběhne na zahradě MŠ Chodovická

PODZIMNÍ BAZÁREK

OBLEČENÍ, OBUVI, HRAČEK, KNIH I JINÝCH UŽITEČNÝCH VĚCÍ

V DOBĚ OD 12:30 - 17:00 HOD.
si můžete vše nakoupit za symbolické ceny

Také vás zveme na kávu a domácí pečeni od maminek i dětí.

*Příjem darů v přístřešku na zahradě proběhne
ve středu 1.10. odpoledne
a ve čtvrtek 2.10. dopoledne.*

TĚŠÍME SE NA VÁS.

AKCI POŘÁDÁ SRPMŠ.
VÝTĚZEK BUDE SMĚROVÁN K ZUŠLECHTĚNÍ ŠKOLNÍ ZAHRADY.

Jak se máme v křesťanské rodinné škole Sinaj?

Hned druhý školní týden nám učení zpěsťil Pohádkový den. Mohli jsme se tak potkat s Červenou Karkulkou, princeznou Jasmínou i dvorní dámou. Seznámili jsme se s některými méně známými pohádkami a připomněli si ty klasické. Děti opět přišly s myšlenkou nacvičit divadelní představení pro naše kamarády a děti z MŠ Chodovická – třídy Broučků. Otázkou je, jaký příběh ztvárnit. Právě pohádkové náměty nás zlákal jako první, a tak jsme se rozhodli uspořádat již zmíněný Pohádkový den. Navštívili jsme také promítané divadelní představení Pohádky pro Hurvíňka.

Jak už to u nás chodí, každým měsícem se prolíná nějaké vybrané téma. Zářím nás provázelo slovní spojení „nový začátek“. Kolik takových nových

začátků jsme v životě už zvládli? Kdy je třeba začít znovu? Dát druhou šanci? Za-



bývali jsme se například tím, jaké to je být či se stát nevidomým. Jak se děti se zrakovým postižením učí číst, psát či kreslit, jaké provozují sporty a co třeba musí umět vodicí pes. Jaký je život nevidomých, nás velmi zajímalo a rádi bychom někdy navštívili školu pro děti se zrakovým postižením a knihovnu hmatových knížek.

Říjen nás provede tématem Kořeny a plody. Budeme se věnovat nejen podzimní přírodě, ale také tomu, jaké kořeny máme my a co kolem sebe zasíváme a sklízíme.

„Zasaďte dobrý strom, i jeho ovoce bude dobré. Zasaďte špatný strom, i jeho ovoce bude špatné. Strom se pozná po ovoci.“ Bible Matoušovo evangelium 12, 33.

Přejeme pokojně prožité podzimní dny.

Magdalena Kaletová ■
škola Sinaj

ZŠ SINAJ

CÍRKEV

Skutečné volby se nekonají jednou za čtyři roky

I je tu říjen. A jsou tu volby. Slovo, které v nás vyvolává představy urn, hlasovacích lístků a předvolebních slibů, které mají životnost zhruba jako protřazený jogurt v akci. Ale ať už se nám do toho chce, nebo ne, volíme pořád – od rána do večera. Co si obléknout, co sníst, zda se usmát na souseda, nebo dělat, že jsme si ho nevšimli.

Bible nám nabízí jednu zvláštní „volební scénu“. Odehrává se na cestě z Jeruzaléma do Jericha. Zbitého a polomrtvého poutníka mívá nejprve kněz. Ten měl zajisté spoustu důvodů – možná spěchal na mši, možná měl po půlnoční a chtěl prostě jen klid, třeba ho ani neviděl nebo ho považoval za opilého. Nicméně učinil volbu – nechat být. Následuje levita. Také zná pravidla, také má své

plány. Možná by se rituálně znečistil, tak raději pokračuje... I on volí volební strategii: Nezastavím se. A pak přichází Samaritán. Člověk, kterého by zřejmě nikdo na kandidátku nepustil. Přesto volí opačně: přijde a zastaví se, riskuje zdržení, vyndá olej, víno i peníze a hlavně – přeruší svůj naplánovaný program.

Tato volba neproběhla ve volební síni ani na jevišti, proběhla tiše, osobně a vryla se do paměti lidstva víc než jména všech starověkých vládců dohromady.

A co my? Každý den stojíme na své cestě z Jeruzaléma do Jericha. Na sociálních sítích míváme cizí trápení lusknutím prstu. Na ulici občas sklouzneme očima stranou, aby se nás netýkal člověk, který se zrovna nevejde do naší pohodlné kate-

gorie. A přitom právě tam, v té neplánované chvíli, probíhají skutečné volby. Nemají urnu, nemají komisi, ale mají váhu.

Možná se nám zdá, že jednou za čtyři roky rozhodujeme o směru celé země. Ale pravda je, že o směru našeho života, našeho srdce rozhodujeme každou hodinu. Nevolíme si stranu, nýbrž postoj. A výsledky? Ty se nezveřejňují ve výsledcích voleb, ale přetrvávají v paměti těch, kterým jsme podali ruku – nebo nepodali.

„Jdi a jednej také tak,“ říká Ježíš na konci podobenství. To je možná nejkratší a nejpřesnější volební program, jaký kdy kdo napsal. Bez billboardů, bez debatních duelů. Jen prostý apel: volit milosrdenství.

A možná, že právě taková volba dokáže změnit víc než jakákoliv zvolená strana. A tak si nejprve zvolme milosrdenství, abychom se mu mohli učit my i druzí. Jeden malý skutek lásky denně.

Benjamin Kaleta ■
Církev bratrská

Když malé ruce dělají velké věci. Světlušky oživují Chvalský lom

Světlušky z našeho skautského střediska Oheň v Horních Počernicích jsou zapojeny do projektu Patronáty, který zastřešuje Skautský institut a je finančně podpořen Magistrátem hlavního města Prahy. Společně s odborným lektorem, tzv. průvodcem, se starají o přírodní památku (PP) Chvalský lom, který je zajímavý svou geologií.

Projekt Patronáty je o pozorování, objevování, ale zejména o aktivní péči o dané území. Skupina se tak na jaře vydala osazovat Chvalský lom sazenicemi původních pražských druhů rostlin z chráněných území, konkrétně hlaváčem žlutavým a smolničkou obecnou, které dodal Magistrát hlavního města Prahy. Tyto květiny jsou pro lokalitu vhodné k výsadbě nejen pro svou pů-

vodnost a lokálnost, ale i proto, že se jim daří na skalnatých površích, kde je méně půdy a nekonkurují jim tam tolik ostatní druhy rostlin. Díky Světluškám a jejich výsadbě došlo jak k podpoře druhé rozmanitosti, která na této lokalitě není až tak velká, tak k podpoře hmyzu, který je na tyto květiny vázaný. Kromě vysazování rostlin skupina lokalitu také uklidila od mnohdy letitých odpadků



Malé skautky vysazují různé druhy rostlin



Světlušky pomáhají přírodě

a zvelebila ji tak nejen pro sebe, ale i pro všechny ostatní, kteří se tam vydají.

Patronáty jsou dlouhodobým programem, v jehož rámci děti pod vedením průvodce pečují o konkrétní menší přírodní plochy. Díky tomu si k lokalitě a k přírodě jako takové vytvářejí vztah a zároveň vidí, že svou činností mohou něco změnit. Aktivit, které se dají v rámci Patronátů dělat, je celá řada. Většinou se jedná o činnosti směřující k obnově biodiverzity, zadržování vody v krajině a k ochraně původních biotopů.

Účastnit se programu Patronáty mohou nejen skautské, ale i školní skupiny, které si chtějí budovat vztah k přírodě a získat větší povědomí o tom, co péče o území obnáší a proč je důležitá. Přihlaste se do programu i vy!

Více info na: <https://www.skautskyinstitut.cz/patronaty-oddily>

*Kateřina Karbusová ■
středisko Oheň*



Výsadba hlaváče a smolničky přináší novou krásu



Projekt Patronáty v praxi – když děti pečují o svou lokalitu

Měsíc věží a rozhleden

Pro pražské turisty začíná Měsíc věží a rozhleden vždy Svatováclavským pochodem 28. září a končí 28. října Českým dnem s českými vlajkami a pochodem k tomuto svátku.

Prvotní myšlenka byla tak trošku komerční. Přivést návštěvníky na rozhledny v době, kdy už skončilo léto a památky se postupně uzavírají. Přímou nabídkou akci ohraničit dvěma státními svátky. K akci se postupně přidávaly jednotlivé věže na různých místech Čech a Moravy, letos poprvé to je i žižkovská televizní věž.

Slavnostní zahájení Měsíce věží a rozhleden proběhlo 9. 9. ve Valdštejnském sále Senátu Parlamentu ČR za přítomnosti vévody Valdštejna, krále Václava a mnoha dalších hostů. Setkání bylo i pracovní, zástupci Klubu českých turistů z Prahy a jihočeské oblasti představili pochody k věžím a rozhlednám a Miroslav Marek, prezident agentury Dobrý den, dokumentátor českých rekordů, informoval o rekordu v počtu českých vlajek. Nejen překvapením, že rekord padl 28. října

2018. Agentura Dobrý den zdokumentovala ze zaslaných fotek 225 141 českých vlajek, vyvěšených tento den.

V rámci Měsíce věží a rozhleden je možné vystoupit na kteroukoliv rozhlednu s českou vlajkou a fotku poslat do oddělení ČPA Klubu českých turistů na adresu mapcentrum@seznam.cz. Nejzajímavější fotky budou vyhodnoceny a autoři odměněni. Inspirací k návštěvě rozhleden je mnoho. Horním Počernicím jsou nejbližší rozhledna Doubravka a nejvyšší pražská rozhledna v Dolních Počernicích, v Praze je několik volně a bezplatně přístupných rozhleden. Jsou to rozhledny vyrobené ze starých cisteren, nazvané Šiška, Pletená nebo Řetězovka, umělá zřícenina na Cibulce nebo třeba vyhlídkové věže



Výprava turistů k originální dřevěné rozhledně Doubravka na Černém Mostě

na Lahovickém mostě. Je možné se vyfotit i na jiných vyhlídkových místech a tím se zapojit do Měsíce věží a rozhleden.

*Petr Teringl
Klub českých turistů*



Nejnižší pražská rozhledna v Dolních Počernicích potěší svou jednoduchostí



Moderní vyhlídkové plošiny na Lahovickém mostě nabízejí netradiční pohled na řeku



Slavnostní zahájení Měsíce věží a rozhleden ve Valdštejnském sále Senátu

Volejbalová mládež slaví 10 let

Na začátku všeho byl, jak to vždy bývá, nápad zřídit volejbalovou mládež, která v Horních Počernicích chyběla. Společně s ním chuť a síla vybudovat něco od nuly a otevřený přístup Sokola, konkrétně Ivana Lišky, něco takového spustit.

Začali jsme skromně – tři trenérky, vlastně nejdříve jedna trenérka a dvě hráčky volejbalu, nadšené matky. Děti byly nejdříve jen vlastní a děti nadšenců – rodičů volejbalistů z HP, kluci i holky. Pár hodin v sokolovně. Z dvaceti dětí různého věku jsme postupně budovali základnu. Museli jsme se postavit čelem většině zájemců, a to byla děvčata. Nadšené chlapce jsme doporučili do klučích oddílů a vytvořili jsme dnes již devadesátičlennou základnu dívčího volejbalu. Máme nové pro-

story v nově otevřené TěloCvič!ně v ulici Jívanská, ale sokolovna bude vždy naše srdcovka.

Co je ale nejdůležitější – holky k nám chodí už po ročnících v ideálním věku, tedy od 2.–3. třídy základní školy. Přicházejí nejen z Počernic, ale máme svěřenkyne i z přilehlých oblastí, jako jsou Klánovice, Kyje, Šestajovice, Zeleneč, Černý Most aj. Reklama se udělala sama, a to nám umožnilo, nebo spíš nás to donutilo, dělat vše koncepčněji a ještě lépe. Děláme kla-

sický nábor a do zkušených ročníků přibíráme jen jednotky. Snažíme se prostě vychovat volejbalovou mládež a do světa volejbalu vypustit hotové volejbalistky. Sportovní holky, které milují tento sport, tvoří skvělou partu a navzájem se podporují. Holky jsou si vzájemnou motivací – mladší vzhlížejí ke starším, starší zase předávají své zkušenosti a rady těm mladším. Nechceme se chvástat, ale myslím, že to děláme dobře.

Aktuálně máme obnovený tým trenérek – je nás pět, za sebou již desátý ročník letního soustředění a reprezentujeme Horní Počernice ve všech kategoriích: od mini-volejbalu přes U14, U16, U18 až po U20. Volejbal je naše vášně.

*Lucka Hanzalová ■
šéftrenérka volejbalové mládeže*



Podzimní Pražská Trabantiáda dorazí poprvé na Chvalskou tvrz

Dne 11. října se na Chvalské tvrzi uskuteční 11. ročník tradičního srazu vozidel z produkce bývalého koncernu IFA s názvem Podzimní Pražská Trabantiáda v produkci TF teamu. Akce, která je mezi „trabantáky“ dobře známá, se letos poprvé koná právě v Horních Počernicích.

Účastníci se ráno kolem 9. hodiny vydají na vyjíždku podle slepého itineráře, během které je čekají různé úkoly a otázky. Návrat na Chvaly je plánován okolo 15. hodiny. Odpoledne pak bude areál otevřen všem zájemcům o prohlídku vozů. K vidění budou nejen klasické Trabanty 601, ale také vylepšené modely, starší vozy Trabant 600 či IFA F8. Stejně jako v minulých letech dorazí sezonu zakončit i členové Simson klubu. Akce se koná pod záštitou MČ Praha 20 a vstup je pro návštěvníky zdarma.

*Jáchym Krupka ■
hlavní organizátor*



Legendární Trabanty se sjedou na Chvalskou tvrz



Vyjíždku podle slepého itineráře patří k oblíbeným částem akce

CHVALSKÝ ZÁMEK

od 19. 9.

**Od prvních pixelů po umění.
Retrogaming & Creaks**

od 9. 10. do 30. 10.

Akademie umění a kultury

28. 10. od 10 do 18 hod.

Authentic Street Food Fest**CHVALSKÁ STODOLA**

31. 10. od 19 hod.

Tančírna**DDM**

4. 10. od 9 do 17 hod.

Turisták

18. 10.

Drakiáda

11. 10. od 14 do 18 hod.

Babinec**DIVADLO**

2. 10. v 19.30 hod.

Rukojmí bez rizika

3. 10. v 19.30 hod.

Blbec k večeři

4. 10. ve 20 hod.

Neklidná léta

5. 10. v 15 hod.

Ferda Mravenec

7. 10. ve 14 hod.

Duchoň

7. 10. v 19.30 hod.

Sirat

9. 10. v 19.30 hod.

Uzel zla

11. 10. v 19.30 hod.

**Websterovi:
Příběhy na pavoučím vlákně**

12. 10. v 19.30 hod.

Harold a Maude

14. 10. v 19.30 hod.

Franz

16. 10. v 19.30 hod.

Stará láska nerezaví

17. 10. v 19.30 hod.

Karel Plíhal

18. 10. v 16 hod.

Malá mořská víla (*)

19. 10. v 15 hod.

O princezně, která ráčkovala

19. 10. v 19.30 hod

Kdo zabil Charlese? (*)

21. 10. v 19.30 hod.

Šansonárium s Miloněm Čepelkou

23. 10. v 19.30 hod.

Něco za něco

30. 10. v 19.30 hod.

Stvůry**KULTURNĚ KOMUNITNÍ
CENTRUM**

9. 10. od 17.30 do 19.30 hod.

**Autorská beseda s Tomášem Kaprasem –
autismus a delfinoterapie**

14. 10. od 16 do 18 hod.

**Tvořivé dílničky pro děti:
Halloweenské tvoření – Zombie špuntíci**

16. 10. od 16 do 17.15 hod.

Trénování paměti

22. 10. od 17 do 19.30 hod.

**Workshop:
Podzimní drátované dekorace**

22. 10. od 18.30 do 21.15 hod.

Seminář: Konečnost**MUMRAJ**

1., 15. a 29. 10. od 16 do 17.30 hod.

**Skupina pro rodiče náročných dětí
(ADHD aj.)**

2. 10. od 18.30 do 21 hod.

Jak získat a udržet zdravou váhu

6. a 20. 10. od 14 do 15.30 hod.

**Skupina pro maminky
s dětmi od 1 roku**

8. a 22. 10. od 16 do 17.30 hod.

**Skupina pro psychickou podporu
maminek**

10. 10. od 10 do 18 hod.

Bazar v Mumraji

13. a 27. 10. od 14 do 15.30 hod.

**Skupina pro maminky s miminky
do 1 roku**

13. a 27. 10. od 18.30 do 20 hod.

Zdravé vztahy

14. 10. od 18 do 19.30 hod.

Keramický podvečer – aromalampa

16. 10. od 18.30 do 21.30 hod.

Jak na konflikty mezi sourozenci

18. 10. od 9.30 do 11.30 hod.

Rodina spolu

19. 10. od 14 do 18 hod.

JablkobraníKaždé pondělí a středu
od 9.30 do 11.30 hod.**Setkávání rodičů a dětí****ZUŠ**

8. 10. v 17 hod.

**Závěrečný koncert a výstava prací
studentů Akademie umění
a kultury hl. m. Prahy –
Chvalský zámek**

22. 10. v 18 hod.

**Koncert žáků violoncellové třídy
Tatiany Braylovskayi – Sál ZUŠ**

23. 10. v 17.30 hod.

**I. hudební večer
Tradiční koncert žáků ZUŠ –
Chvalský zámek**

24. 10. v 17 hod.

**Koncert žáků klavírní třídy Iriny Likiny
– Sál ZUŠ****OSTATNÍ**

2. 10. od 12.30 do 17 hod.

**Podzimní bazárek –
zahrada MŠ Chodovická**

11. 10. od 9 hod.

**Podzimní Pražská Trabantiáda –
Chvalská tvrz**

17. 10. od 15 do 18 hod.

Swap v Divizně – Náchodská 382

Skautské středisko Oheň vás zve na

SKAUTSKÝ PLES



Podpořte stavbu nové skautské klubovny!

22.11. • 18:00 • Chvalská stodola

*Příjemná atmosféra,
taneční hudba od kapely HopoBand,
občerstvení, soutěž o ceny
a předtančení zajištěny!*



prodej lístků bude spuštěn během září

www.ohen.skauting.cz/ples

Akce probíhá pod záštitou Mgr. Petra Měšťana, starosty Horních Počernic.



Petra Hronová

Kosmetička
& farmaceutická
asistentka

777 838 852

Odborné laserové a mezzoterapeutické ošetření akné a vrásek
Trvalé odstraňování žilek a chloupků • Chemický peeling na pigmentace a akné
Ošetření kosmetikou s certifikátem BIO • Brazílská depilace • Lash lifting a Botox řas

email: phronova@seznam.cz • www.petrakosmetika.cz



PŘÍSTROJOVÁ PEDIKÚRA



- Stříhání, broušení nehtů a ztvrdlé kůže pat
- Uvolňování zarostlých nehtů
- Nehtová rovnátka
- Lakování a náhrady nehtů
- Odborné poradenství



- Parafinový zábal • Epilace voskem • Masáže nohou
- Analýza a korekce chodidel i prstů • Vložky do bot

Diabetikům hrazeno pojišťovnou

CRaZ Perla, Ratibořická 1166/12, Horní Počernice
Objednávky tel.: 605 289 420, www.masaze-perla.cz



HORNOPOČERNICKÝ ZPRAVODAJ | MČ Praha 20, ročník 73, říjen 2025 | vychází měsíčně, kromě letních prázdnin | Periodický tisk územního samosprávného celku | Náklad 6 400 ks | VYDAVATEL: MČ Praha 20, REGISTRACE povolena Magistrátem hl. m. Prahy pod číslem MK ČR E 12559 | SÍDLO VYDAVATELE: MČ Praha 20, Jivanská 647, 193 21 Praha 9 – Horní Počernice, IČO: 00240192 | GRAFICKÁ ÚPRAVA a DTP: Vladimír Spívál | Není-li uvedeno jinak, fotografie pořídila redakce | REDAKČNÍ RADA: předsedkyně Mgr. Zuzana Hubálková; Mgr. Kristýna Beránková, Bc. Ivan Liška, Magdalena Pokorná, Mgr. Iva Rosová, Bc. Jana Víchová | PŘÍJEM INZERCE: po, st: 7.30 – 18.00 hod., út, čt: 7.30 – 15.00 hod., pá: 7.30 – 14.00 hod. | Telefon: 271 071 611, e-mail: inzerce@pocernice.cz | Články odeslané po uzávěrce nebudou přijaty do tištěného Zpravodaje | Za obsahovou a stylistickou správnost příspěvků ručí autor | Příspěvky nemusí odrážet názor redakce | Autorská práva vyhrazena | Přetisk pouze se souhlasem vydavatele | Redakce si vyhrazuje právo příspěvky krátit | Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí | Neoznačené fotografie: archiv | NEPRODEJNÉ | REDAKCE: Lenka Bartáková, tel.: 774 422 374, e-mail: redakce@pocernice.cz, www.pocernice.cz | TISK: Integraf, s. r. o. | REKLAMACE DISTRIBUCE HPZ: 271 071 690, tel. číslo na UMČ Praha 20: 271 071 611 (711) | Další číslo vyjde 31. 10. 2025.

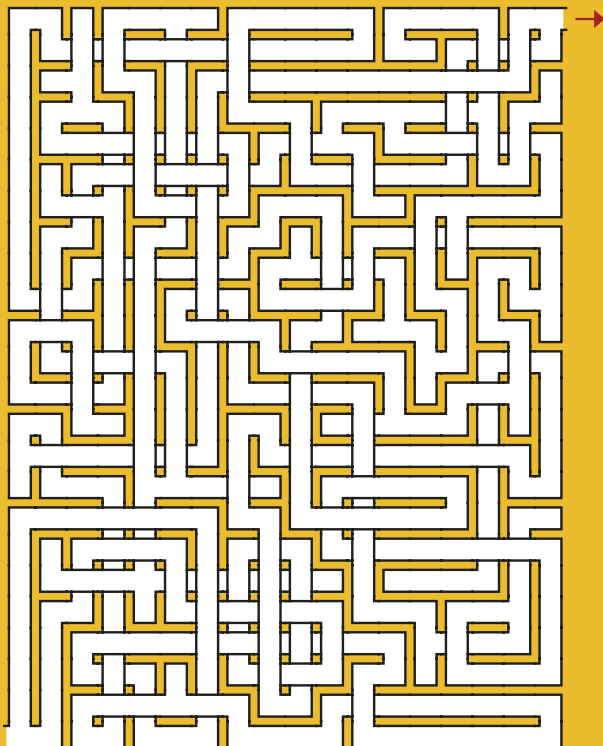
Uzávěrka pro Hornopočernický zpravodaj je vždy k 10. dni měsíce do 12.00 hodin.
Dbejte prosím na kvalitu zasílaných fotografií, minimální velikost pro uveřejnění je 500 kB.

4. října 2025 uplyne již 151 let od uvedení do provozu první... **[tajenka]** z Prahy do Lysé nad Labem.

POMŮCKY: BIOM, DELETE, LYCERY	AKIAK (USA) KÓD LETIŠTĚ	NOMINATIV (OZN.)	PĚNKÁ- VOVITÝ PTAK	OPAK „PROGRES“	CITOSL. ÚDIVU (TÉŽ EJEJ)	INICIÁLY FYZIKA EINSTEINA	SOUBOR ROSTLIN A ŽIVOČICHŮ (EKOL.)	LIDOOOP (ANGLICKY)	COPAK	INHALAČNÍ PŘÍSTROJE	ODPLATA (ZASTARALE)	HRA V MARIÁŠI	KLAMAT	DIVADELNÍ JEDNÁNÍ (MN. Č.)
JMÉNO PĚVCE BOCELLIHO							DĚTSKÉ CITO- SLOVCE ÚDERU				OSMIČKA			
1. DÍL TAJENKY							BOD V DŽUDU AMERICKÝ HUDEBNÍ SLOH				OPĚRENEC POLEPIT KOLEM DOKOLA			
RENOMÉ PODNIKU (Z ANGL.)						RETURN ON EQUITY (ZKR.) DIVOKÝ ČLOVĚK				HOLOHLA- VOST PŘEDLOŽKA (MINUS)				
VÝKLENEK PRO OLTÁŘ		STRONCIUM (ZN.) SHRNUTÍ			DŮM (SLOVEN- SKY) TENHLE			NEUŽITEČ- NÉ PŘÍTĚŽE DOVNITŘ						
KDO HLÁŠÁ ASKEZI							PC KLÁVESA K MAZÁNÍ ROZETY (ŘEM.)						PŘIVÁDĚT V ZANICENÍ	IRISY (SLOVEN- SKY)
POTĚ			2. DÍL TAJENKY KOLIT, PO- BŮJET (ZAST.)											
VADA DŘEVA					CITOSLOVCE KONEJŠENÍ VÝRAZ POCHOPENÍ			ELEKTRÁRNA TISOVÁ (OZN.) UMĚLÁ HMOTA (OZN.)			STAV BEZ SPORŮ NEJLEPŠÍ UMÍSTĚNÍ			
JEHLA (SLOVEN- SKY)					SOUBOR ZUBŮ YEAR-LIGHT (ZKR.)			NÁŠ PRÁVNÍK (EMIL) OREST (DOMÁCKY)				TIHLE DĚTSKÉ ROZLOUČ- ENÍ		
3. DÍL TAJENKY						DÍRA					KOPIE TEXTU			
STAŠKOV JMÉNO						ELASTICKÉ LÁTKY					ZADNÍ ČÁSTI CHODIDEL			

BLUDIŠTĚ

Projdí bludištěm podle směru šipek.
Pozor na slepé uličky!



OSMISMĚRKA

Smích je svátkem...

[tajenka]

osmisměrky).

— [J. Werich]

Po vyluštění
osmisměrky
zbyde 8 písmen,
která čtena
po řádcích
tvoří tajenku.

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

O	K	L	B	A	J	A	K	T	O	L	I	P	D
P	A	L	M	A	V	A	M	M	O	R	T	S	E
L	A	O	A	E	V	O	L	U	C	E	G	Č	Š
A	L	D	J	E	Z	A	K	U	A	N	V	Á	T
V	M	É	Á	E	C	A	U	Á	K	Ě	K	T	N
K	O	A	K	K	B	A	O	P	D	E	E	H	Í
Y	Z	D	R	A	V	Í	R	L	O	O	L	M	K
N	I	Á	T	O	Ř	I	B	E	R	B	I	O	Č
Ě	V	R	K	O	N	E	V	I	N	L	L	T	M
A	A	E	E	C	K	A	E	A	T	E	L	A	P
K	O	K	O	S	L	A	P	Y	J	K	G	E	K

AVOKÁDO – BROUK – DÁREK – DEŠTNÍK – DĚVČE – EVOLUCE
– GENERACE – HMOTA – JABLKO – KARTA – KOKOS – KONEV
– KRÁVA – LÉKAŘ – LILEK – LOUKA – MAJÁK – MOLEKULA –
MOZEK – NAUKA – OBLAK – OBLEK – ODTOK – ORGÁN – PADÁK
– PALETA – PALMA – PANORAMA – PILOTKA – PLAVKYNĚ –
PRINC – SLAPY – STROM – TEORIE – ZDRAVÍ

SOUTĚŽ PRO LUŠTITELE KŘÍŽOVEK!

Máte rádi hádanky a zajímá vás historie Horních
Počernic? Pak pro vás máme soutěž!
Vyluštěte naši křížovku a pošlete správné řešení na:
redakce@pocernice.cz nejpozději do 10. 10. 2025.
Ze všech úspěšných luštitelů vylosujeme jednoho
výherce, který získá knihu o Horních Počernicích.
Výhercem z luštitelů křížovky v zářijové čísle HPZ je
Josef Herbst. Blahopřejeme.

Horní
Počernice



Vyluštění najdete na straně 46.



RODINNÉ DOMY
SATALICE

Kde město potkává přírodu

Rodinný dům za cenu bytu!
Rodinné domy 4+kk a 5+kk s užitnou plochou
až 160 m² a terasou.

www.rdsatalice.cz

+420 722 984 833

rdsatalice@ms-invest.cz

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

Odhady, posudky pozemků, domů a bytů i pro odpisy
při pronájmu provede znalec Ing. F. Smetana.
Tel.: 602 970 835

Instalatér, topenář, svářeč
Odborně, spolehlivě, rychle. Voda, plyn, topení.
M. Trnka, tel.: 775 961 432

Doučuji AJ (úroveň C1), FJ [B2] a matematiku – ZŠ, SŠ.
E. Hanzlová, tel.: 702 489 801

Nově otevřená STK v Běchovicích
společnosti Pronto STK s. r. o. nabízí služby –
měření emisí (benzín, nafta, lpg, cng), pravidelné technické
prohlídky, evidenční kontroly, dovozové prohlídky či prodej
ekoplaket do Německa. www.stkbechovice.cz
Tel.: 222 560 688

KNIHY A KNIŽNÍ POZŮSTALOSTI KOUPÍM.
Tel.: 601 535 025

Koupím byt v Horních Počernicích.
Tel.: 604 617 788

Hledáme paní na výpomoc (dle dohody) do rodinné firmy
v Horních Počernicích, v dopoledních hodinách. Vhodné pro
důchodkyni. Volejte 603 520 407

**OPRAVA ŽALUZÍ – VÝMĚNA VODICÍCH LANEK – NOVÉ
ŽALUZIE – SEŘÍZENÍ PLASTOVÝCH OKEN A DVEŘÍ –
SÍTĚ PROTI HMYZU**
Tel.: 733 720 950, pavel.janci@email.cz

Pedikúra do domu, tel.: 606 157 392

AUTOŠKOLA TRIUMF
31 let v Horních Počernicích. Řidičské oprávnění sk. B, B 17,
B-automat, B+E, B 96. Váš řidičák – náš cíl. Tel.: 720 050 100

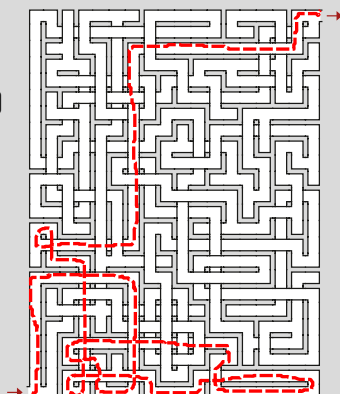
LUŠTÍME S HPZ
– vyluštění ze str. 45

OSMISMĚRKA
Smích je svátkem
obličeje.

(J. Werich)

**ŠVÉDSKÁ KŘÍŽOVKA
ZE ZÁŘIJOVÉHO
ČÍSLA**

2. července roku 1923 se
konalo v obci Chvaly symbo-
lické *spálení domku na tyči*.
Symbolizovalo přestavbu
posledního domu s doš-
kovou střechou na střechu
z pálených tašek.



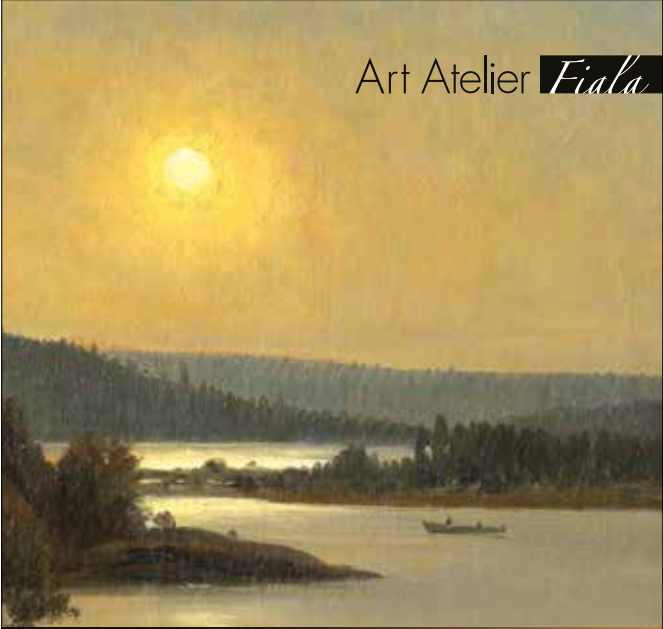
Mateřská škola „U Dráčka“

v ulici Spojenců 2170/44

**hledá učitelku na pozici
zástupu za dlouhodobou nemoc.**

Bližší informace na tel. 778 726 404

Art Atelier *Fiala*



**Středoevropská
krajinomalba v
proměnách
času**

Zahájení výstavy
v 18:00
30.9.2025
31.9. - 30.10. 2025

Na Chvalské tvrzi, Praha 9 www.atelier-fiala.cz

SEZÓNA
RESTAURACE
září - prosinec 2025

19.10.	BRUNCH 11:00 - 15:00
8.-11.11.	SVATOMARTINSKÉ HODY po celý den Tradiční jídla i Svatomartinská vína.
7.12.	BRUNCH 11:00 - 15:00
24.12.	VÁNOČNÍ ŠNECI 11:00 - 15:00 Tradiční vánoční pochoutka.

Restaurace Sezóna,
Na Chvalské tvrzi 858/11, Praha 9
rezervaci míst vytvoříte on-line
podrobnosti o akcích najdete na
FB a IG: @restauracesezona
www.restauracesezona.cz



**Pro lidi
s velkým
srdcem**

Každých 14 dní
příležitost k dobrému
skutku

900 Kč
finanční náhrada za odběr



**Staň se
dárce
plazmy**



Najdeš nás 3x v Praze

📍 **Centrum Černý Most**
📍 Westfield Chodov 📍 Metropole Zličín

EUROPLASMA



Váš makléř pro Horní Počernice služebně nejstarší makléř kanceláře

 **606 796 657**

martin@drlicka.cz

Hodnocení makléře: ★★★★★★

MAKLÉŘ ROKU 2024

★★★★★
RE/MAX Horizont



Martin Drlička - Váš certifikovaný realitní profesionál

Děkuji vám za **dlouhodobé hodnocení 5/5!** Všechny mé reference naleznete na www.martindrlicka.cz

Vaše nemovitost
může být právě

ZDE!

Stačí mi jen zavolat

 **606 796 657**

PRODEJ



Byt 2+KK
Slatiňanská, Horní Počernice

PRODEJ



Byt 3+KK
Slatiňanská, Horní Počernice

PRODEJ



Byt 4+KK
Slatiňanská, Horní Počernice

VR PROHLÍDKY



Prohlídky ve virtuální realitě
jsou součástí mých služeb

PRODEJ



Byt 1+KK
Běchorská, Horní Počernice

POPTÁVKA - KOUPE



Byt 1+KK / 2+KK / 3+KK
Horní Počernice a okolí



Děkuji Vám za spolupráci a důvěru, díky které
jsem získal ocenění **makléř měsíce** kanceláře
RE/MAX Horizont za měsíc **ČERVENEC 2025.**