Jediný čtrnáctideník v Praze 4

NAŠE PRAHA 4 SEVER

Kamýk • Krč • Michle • Nusle • Podolí • Záběhlice

8. 9. 2023

INZERCE

BUSHIDOKAI - PRAHA
NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ
– FIGHTING JU-JITSU – JUDO
– SEBEOBRANA
柔術
Ke Krči 35, 147 00 Praha 4 - Braník
tel.: +420 603 462 642
– www.ju-jitsu.cz –
SC-502087/06

REKONSTRUKCE BYTŮ, BYTOVÝCH JADER A KUCHYNÍ
práce obkladačské, zednické, elektro, instalaterské, podlahářské, malířské, výroba nábytku
Svoboda a Nejtek s.r.o.
604 203 243, 603 801 377
www.svobodaanejtek.wz.cz
SC-501642/46

KURZY KERAMIKY PRO DĚTI A DOSPĚLÉ
na metru Háje.
Přihlášky: www.keramista.cz, joth@seznam.cz, 737 926 633.
Cena děti 2900,-/dospělí 3900,-. Začínáme v říjnu.
SC-502131/02

RYCHLE A PRECIZNĚ
Mytí oken, čištění koberců, sedaček a čalouněného nábytku
Tel.: 737 017 035
SC-502112/03

Moderátorka Lucie Ptáčková: Diskuze s osobnostmi mne nabíjejí energií!

Foto: CNN Prima NEWS

24 let jsme s Vámi

Rozhovor na stranách 8 a 9

INZERCE

EMOČNÍ BOLEST
Jak s ní pracovat a překonat

Vzdělávací přednáška organizovaná Sborem baptistů, z.s.
10.10. od 19:00 h
RUDOLFINUM – Sukova síň
Vstup po schodech od Alšova nábřeží (od řeky)

Na téma emoční bolesti bude přednášet křesťanský poradce a psycholog Dr. Rick Carter, Ph.D.
VSTUP je ZDARMA!
Kapacita sálu je omezena.
www.EmocniBolest.cz
SC-502069/02

SPORT PRO DĚTI HOP4FIT

Děti s rodiči již od 3 měsíců

- Kurzy na 10 týdnů
- Možné náhrady
- Zkušební lekce

Atletická přípravka

- Děti od 3 - 11 let
- Pololetní kurz
- Zkušební lekce

REGISTRACE ZDE

Cvičíme na Praze 4 a 12
KRČ - Fitness Action
BRANÍK - Areál Vltavanů
MODŘANY - Studio Cvič.it

VÍCE INFORMACÍ NA www.hop4.fit

SC-502170/02

Prodat nemovitost je snadné. Když víš s kým.

RE/MAX Atrium

Google 5,0

RE/MAX Atrium

Podle recenzí klientů jsme aktuálně nejlépe hodnocenou kanceláří v Praze 4.

Podolská 811/138
147 00 Praha 4 - Podolí
+420 606 726 515
atrium@re-max.cz
www.remax-atrium.cz

SC-502145/01

PODZIMNÍ KONCERT

na Nuselské radnici

5. října 2023
od 17 hodin

IMPRESSIONS
»DOJMY – POCITY«

Kateřina Englichová – *harfa*
Vilém Veverka – *hoboj*

Program: Maurice Ravel, Sylvie Bodorová, Pearl Chertok, Jaromír Vejvoda, Claude Debussy

Vstupenky na koncert v ceně 50,- Kč v prodeji od 4. září 2023 na pobočce Czechpoint v budově Úřadu MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, Praha 4.

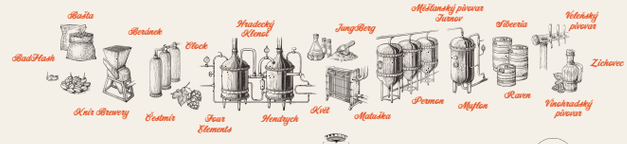
Městská část Praha 4

KONCERTY na Nuselské radnici

1694

Nuselské 2023 PIVNÍ SLAVNOSTI

23. 9. 2023 13.00–21.00
PARK FIDLOVAČKA



NuselskePivniSlavnosti | www.praha4.cz

PENTA REAL ESTATE

SC-502149/01

TAK SI MYSLÍM...

šéfredaktor:
Martin Dudek
tel.: 774 820 075
martin.dudek@ceskydomov.cz

Praha se rozrůstá, staví se nové developerské projekty, přibývá dětí. Čeho se nedostává, jsou školské kapacity a někteří rodiče i jejich školáci byli letos doslova na prášky, když o přijetí do základní školy rozhodlo losování. Mohli toho být ušetřeni, pokud by v minulých letech Prahou neproběhlo křížové tažení proti hazardu. Z něho totiž městské části získávaly pomocí daně miliony korun, za které stavěly školy, hřiště či pořádaly kulturní akce.

Jenže pirátské vedení hlavního města v minulém období rozhodlo o takzvané „nulové toleranci" technických her na území Prahy. Město se tímhle krokem v roce 2020 vzdalo i budoucích daňových výnosů ze všech typů loterií a her a podle výpočtů Centra ekonomických a tržních analýz tak přijde Praha v příštích letech o miliardy korun. Takže když je hazard podle statistik v Česku na vzestupu a ročně se v něm, nyní již hlavně v online prostředí, protočí desítky miliard, hlavní město z toho nebude mít ani korunu. A smutnou tečkou je, že počet patologických hráčů, pirátský světe div se, vůbec nepoklesl, ale naopak stoupl...

Dvorecký most. Jak se bude jmenovat?

■ Nový most mezi Podolím a Zlíchovem, pracovně zatím nazývaný Dvorecký, už má založeny hlubinné piloty, opěry a pilíře spodní části stavby. Kvůli neočekávaným geologickým podmínkám se však jeho dokončení očekává až v listopadu roku 2025. Do té doby by už mělo být jasno o jeho oficiálním pojmenování.

Praha 4/5 – Stavba mostu si vyžádala také nový vjezd do Žlutých lázní a kolejovou odbočku tramvajové tratě a částí inženýrských sítí na Podolském nábřeží, které jsou již hotové. Nutno dodat, že se však stavba potýká s velkými výzvami, zejména kvůli neočekávaným geologickým podmínkám, a to v korytě Vltavy i na souši. Založení mostu téměř v každé ose narazilo na geologické nebo jiné anomálie, což si vyžádalo další inženýrskogeologická měření pro upřesnění technických parametrů podloží a následně změny založení, a to především v korytě Vltavy. Pod ulicí Strakonická byl nalezen neznámý mostní objekt, který kdysi zřejmě sloužil jako výtah pro plavené dřevo po Vltavě do pily Löwi a Winterberg, která pravděpodobně sousedila se sklárnou. Současně byly v místě pilíře P2 a opěry O1 v podloží identifikovány kaverny, zřejmě pozůstatky důlní činnosti nebo starých budov pily.

NOVÝ most má již založeny nosné pilíře. Foto: archiv stavby Dvorského mostu

Zářivá bílá brána

O tom, že most nebude určen automobilové dopravě, bylo rozhodnuto již v roce 2009. Jezdit by přes něj měly jen složky záchranného systému a autobusové linky 118, 196 a 197. Linky 125 a 170 by měly i nadále jezdit přes Barrandovský most. Například autobusová linka 118 díky odklonění z Barrandovského mostu ušetří Pražanům pět minut cesty v každém směru jízdy.

Návrh mostu z bílého betonu odkazuje ke kubismu a brutalismu. Autoři z Atelieru 6 a Tubes se inspirovali Františkem Menclem, mimo jiné autorem Libeňského mostu, který si uvědomoval, jak je důležité, aby most dobře zapadl do okolní historické zástavby. Vedle toho autoři pojali most jako sochu – bílou bránu do města, která bude nad Vltavou díky osvětlení integrovanému do zábradlí z umělého kamene zářit.

Předběžná cena stavby byla stanovena na 1 075 000 000 korun bez DPH a v příštím roce by se na Portálu Pražana mělo spustit hlasování o jejím pojmenování. Podle náměstka primátora Zdeňka Hřiba (Piráti) by si most zasloužil jméno některé z významných ženských osobností, které předvybere pražská místopisná komise. **(red)**

KOMENTÁŘ

Voda z kohoutku v Praze je rekordně drahá a smrdí. Jsme snad banánová republika?

Část Pražanů má velký problém, z kohoutku jim vytéká zapáchající voda. Osobně patřím mezi ně. Jak doma, tak v naší redakci je smradlavá voda. Je to vážný problém, protože letos voda opět podražila na rekordní výši 128 korun za vodné a stočné. Tedy Pražane, plať, ale už se neptej, co za to dostaneš.

Vodovody a kanalizace (VaK) totiž odpojily úpravnu vody na Želivce, konkrétně ionizaci vody a filtraci aktivním uhlím. Korunu všemu nasadil ředitel Vodovody a kanalizace Beroun, který lidem doporučil, ať si tedy do vody dají okurku nebo citron, když jim smrdí. Dokonce nám do redakce poslal výhrůžný dopis, protože jsme o problematice napsali. Vyhrožuje soudem. Ok. Pro pana ředitele nemám dobrou zprávu. Dokud nedají do kohoutku opět dobrou pitnou vodu, a ne smradlavou břečku, jako je tomu teď, tak o tématu psát budeme neustále. Je to totiž neuvěřitelná drzost.

Pamatuji, když se VaKy po republice privatizovaly. To bylo řečí, jak se zahraniční investor postará o kvalitu vody, jak zajistí kvalitu, ale zachová dostupnou cenu. Od privatizace se voda ZDRAŽILA už více než 4x! A smrdí. Není divu, že se na magistrátu utvořila iniciativa opozičních zastupitelů, kteří chtějí situaci urychleně řešit. Uvidíme, co se jim povede udělat, ale kvalitní a pitná voda by měla být pro Prahu samozřejmostí. Nejsme snad banánová republika, abychom museli postupovat takové ponížení, že se kohoutková voda nedá pít.

Jan Čížek, pražský patriot
jan@cizekjan.cz

Herecké dovednosti lze uplatnit v mnoha oborech, říká herečka Petra Dvořák Arnautova

■ Na Bitevní pláni sídlí herecká škola ARTEP. Na této adrese herečka a režisérka Petra Dvořák Arnautova učí již 15 let mladé lidi základům jevištní techniky a mluveného slova.

Martin Dudek

„KDYŽ se společně snažíme něco vytvořit, když vidím, jak se jednotlivci zlepšují či objevují své možnosti, dává mi to smysl," říká Petra Dvořák Arnautova. Foto: archiv PDA

Připravujete děti na hereckou dráhu. Vzešlo z vašich kroužků již slavné jméno, které známe z televizních či filmových titulků?
Herecké kurzy vedu již dlouho, takže těch jmen už je více a moc mě to těší. Mezi ta nejznámější patří Sára Sandeva (Čertoviny, Dvojka na zabití, Vánoční příběh), Denisa Biskupová (Bábovky, Jedna rodina), Darja Pavlovičová (Dobré zprávy, Kukačky), Simona Lewandovská (Zlatá labuť, Pan profesor) či Karel Klement (Ulice). Jsme ve spojení i s castingovými agenturami a jsem ráda, když nějakému mladému talentu mohu pomoct na jeho herecké cestě. Naše herecké a dramatické kurzy ale nejsou určeny jen pro ty, kteří se chtějí stát herci. Učíme se celkové komunikaci, prezentaci i improvizaci, takže to mnoha dětem může pomoct v osobním rozvoji a uplatní to i v jiných oborech.

Děti se mohou hlásit celoročně?
Ano, děti se mohou hlásit celoročně, pokud je v dané skupině ještě místo. Samozřejmě v září/říjnu nabíráme nejvíce nováčků. Parta se stmeluje díky hereckým hrám a cvičením, při kterých se nejen hodně naučíme, ale užijeme si i spoustu legrace. A co se naučíme, to pak můžeme využít při zkoušení představení. Talentových zkoušek se děti bát nemusí, nováčka si pozvu na nezávaznou hodinu a společně s dětmi ho zapojíme do hereckých her a improvizací. Důležitá je především snaha a zájem. Pro přihlášení je ideální domluvit si úvodní hodinu telefonicky, ale samozřejmě komunikujeme i e-mailem či přes náš facebook a instagram. Najdete nás pod názvem Herecká škola ARTEP.

NABYTÉ herecké zkušenosti zúročí děti a mládež v samostatných divadelních vystoupeních. Foto: archiv ARTEP

Prozradíte, jaká představení jste například uvedli minulý rok?
Děti jsou do skupin rozděleny podle věku a s ohledem na to vybíráme i představení. Minulý školní rok naši nejmladší přišli na jeviště s pohádkou Šíleně smutná princezna, střední skupiny to rozjely s představením Alenka v říši divů a nejstarší skupiny rozesmály publikum se ztřeštěnou komedií Slaměný klobouk. Momentálně se diváci mohou těšit na představení Malý princ, které pilně zkoušíme. Jinak klasicky míváme premiéry celovečerních představení ke konci školního roku v divadle pro veřejnost.

Herecké kurzy vedete již 15 let. Jak jste se k této činnosti dostala?
Kromě herectví jsem studovala divadelní vědu a psychologii. Po škole jsem se hodně věnovala divadlu či moderování v televizi, ale vždy mne lákalo učení a práce s lidmi. Mohu tam totiž krásně skloubit všechny studované obory. Začala jsem tedy učit. Nejdříve jsem vedla kurzy pod jinou hlavičkou a pak jsem se osamostatnila. ARTEP znamená nejen mé křestní jméno pozpátku, ale je to také přesmyčka Art – Tep: Naše srdce tepe pro umění. A tak to zkrátka je.

Obnovený přívoz zkrátí cestu mezi Hodkovičkami a Velkou Chuchlí

Praha 4/5 – Po vltavské hladině opět jezdí přívoz P4 mezi zastávkami Dostihová a Belárie, který výrazně zkracuje cestu přes řeku mezi Velkou Chuchlí, Hodkovičkami i Modřany. Přívoz fungoval už v loňském roce během rekonstrukce Barrandovského mostu a nyní se vrátil v trvalé sezonní podobě (březen–říjen) s využitím plavidla, které zajišťovalo přívoz P7 mezi Holešovicemi a Karlínem do doby otevření nové Štvanické lávky.

Přístaviště Dostihová se nachází nedaleko autobusových zastávek linek 129, 241 a 318, o 400 m dále jsou zastávky železniční linky S7 a autobusové linky 244. U přístaviště je rozcestí cyklotras A1 (na sever směr Lihovar, centrum / na jih směr Zbraslav, Radotín) a A112 (směr Velká Chuchle, Barrandov). Přístaviště Belárie se nachází v dosahu zastávek tramvajových linek 3, 17 a 21. Přímo u přístaviště prochází cyklotrasa A2 (na sever směr Braník, centrum / na jih směr Modřany, Komořany, Zbraslav).

Chcete přes řeku? Zazvoňte!

Provozní doba začíná v pracovních dnech od 7.00 hod., v nepracovních dnech od 8.00 hod. Poslední plavby jsou mezi 19.00 až 21.00 hod. dle denního světla v jednotlivých měsících. Základní jízdní interval je 20 minut. V provozní době jsou možné další plavby nad rámec plaveb uvedených v jízdním řádu. Ty lze uskutečnit na základě požadavku cestujících tak, aby nebyly ovlivněny plavby či provozní přestávky dle jízdního řádu. Potřeba plavby mimo jízdní řád se signalizuje akusticky (zvonem nebo požádáním) a neplatí se za ni žádný příplatek. Info na www.pid.cz/privozy. **(red)**

PŘÍVOZ, který dříve spojoval Holešovice a Karlín, nyní jezdí mezi zastávkami Dostihová a Belárie. Foto: ROPID

V Boží talkshow vystoupí Martin Rychlík

Lhotka – V lhoteckém kostele se jednou za měsíc uskuteční Boží talkshow. Organizátoři si budou zvát hosty z nejrůznějších prostředí a ptát se na jejich život, práci i víru.

Na první Boží talkshow, která se uskuteční v úterý 19. září od 19.30 hod., dorazí Martin Rychlík. Novinář, etnolog a akademik. Díky tomu, že se věnuje zkoumání lidských zvyků, může návštěvníkům besedy přiblížit třeba to, jak různě se lidé na planetě zdraví, v co věří a jaké mají pohřební rituály. Martin Rychlík, vítěz ceny Magnesia litera v kategorii publicistika za knihu Dějiny lidí, má na svém kontě také velekúspěšné odborné knihy věnované tetování a úpravě vlasů. Přijít si ho může poslechnout kdokoliv, kdo má chuť potkat se se zajímavou osobností a třeba se i na něco zeptat. Ptát se můžete buď přímo na místě, nebo otázky poslat dopředu na e-mail: bozitalkshow@gmail.com. Vstup na besedu je zdarma. **(red)**

Právníci vám poradí zdarma

Praha 4 – Obyvatelé MČ Praha 4 mohou získat právní rady bez nutnosti za ně zaplatit. Bezplatná právní poradna MČ Praha 4 je určena výhradně pro občany Prahy 4 s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4 a probíhá každou druhou a čtvrtou středu v měsíci od 15.00 do 17.00 hodin v Nuselské radnici (Táborská 500). Nejbližší termíny jsou 13. a 27. 9. K poskytnutí služby je třeba, aby občan prokázal pracovníkovi v recepci svou totožnost a trvalý pobyt na území MČ Praha 4. Pořadové lístky se vydávají v den konání poradny, a to nejdříve ve 14.30 hodin.

Občané Prahy 4 mohou rovněž využívat nabídku advokáta JUDr. Davida Jaroše, který poskytuje bezplatnou právní pomoc každou první středu v měsíci od 15.00 do 17.00 hodin na adrese Jílovská 1167/71a, Braník. Termíny jsou 6. 9., 4. 10., 8. 11. a 6. 12. Návštěvu je nutno předem dohodnout telefonicky (296 359 172, 724 817 890) nebo prostřednictvím e-mailu: info@akjaros.cz. Informace o umístění kanceláře a dopravní dostupnosti naleznete na www.akjaros.cz. **(red)**

Proč jsou kontakty tak důležité?

Krč – První ze série setkání v rámci 5. ročníku projektu „Po rodičovské do práce", který připravila veřejně prospěšná organizace Business & Professional Women CR ve spolupráci s městskou částí Praha 4, se uskuteční v úterý 26. září. Od 9.30 do 11.00 hod. ho povede v prostorách Baby Office mentoring členka BPWCR Hana Váchová Kočková, majitelka agentury na doučování. Společně s ní budou účastnice hledat odpovědi na otázky „Proč jsou kontakty v dnešní době tak důležité?" a „Jak a kde navazovat nové, jak je udržovat a správně využívat?". Díky finanční podpoře MČ Praha 4 mohou ženy z Prahy 4 toto setkání absolvovat zdarma. Pro účast v programu je potřeba se registrovat, přihlásit se můžete i jen na jednotlivá setkání. Info na https://bpwcr.cz/mentoring/praha4/. **(red)**

KRÁTCE Z PRAHY 4

Co nabídne Festival Podolí?

Podolí – Další ročník Festivalu Podolí zahájí v neděli 10. září ve 13.00 hod. svým vystoupením Attitudeballet. Dále následuje vystoupení Divohlasů, představí se generel podolských veřejných prostranství, moderní sportovní žonglování a sebeobrana a celý den na Nedvědově náměstí ukončí od 18.00 hod. rocková skupina z Podolí Sambal Band. **(red)**

Výstava o historii a současnosti Prahy 4

Krč – Od 11. září až do 10. října si ve foyeru Úřadu MČ Praha 4 můžete projít celou historii naší městské části, a to od prvních zmínek o současných lokalitách až po dobu současnou. Expozice ukáže vývoj jednotlivých obcí, vznik Velké Prahy, Prahy XIV, zajímavé stavby – sídliště, industriální a sakrální stavby, dopravní infrastrukturu – a také připomene významné osobnosti ze „čtyřky". **(red)**

INZERCE

SC-50153/01

Dostavba Pražského okruhu. Dočkáme se za sedm let?

■ První zmínky o silničním obchvatu kolem Prahy (tehdy nazývaného Pražský dálnicový okruh) jsou již z 30. let 20. století, tj. z období vzniku historie dálnic na našem území. A možná právě po téměř sto (!) letech bude okruh konečně dokončen. Co k tomu chybí, to Naší Praze prozradil PhDr. Martin Opatrný, Ph.D., který je od července tiskovým mluvčím dostavby Pražského okruhu.

Martin Dudek

PhDr. Martin Opatrný, Ph.D., je novým tiskovým mluvčím dostavby Pražského okruhu. Foto: okruhprahy.cz

Dokončení Pražského okruhu (PO) je téma, které se vleče již desítky let. Co k jeho dostavbě tedy zbývá konkrétně udělat?
V případě jihovýchodní části Pražského okruhu mezi Běchovicemi a dálnicí D1 máme již pravomocné územní rozhodnutí, vykoupeno je přes 85 % potřebných pozemků a v červnu jsme podali žádost o stavební povolení. Ještě v letošním roce plánujeme také vyhlásit výběrové řízení na zhotovitele a stavbu bychom rádi zahájili koncem příštího roku. U severních částí Pražského okruhu mezi Ruzyní, Suchdolem a Březiněvsí jsme aktuálně podali na Ministerstvo životního prostředí ČR žádost o stanovisko EIA, v rámci kterého se posuzuje vliv stavby na veřejné zdraví a životní prostředí. U poslední části mezi Březiněvsí a Satalicemi bude podána stejná žádost během září. V případě vydání kladného stanoviska EIA začnou ihned práce na zpracování dokumentace pro společné povolení. Využijeme zde novou legislativu, která nám umožňuje spojit územní a stavební řízení do jednoho procesu, což přispěje ke zrychlení přípravy.

Je pravdou, že proti PO vystupují často vlastníci nemovitostí, kteří si v blízkosti budoucí dopravní stavby postavili vily a domy, a to bez ohledu na územní plán? Především tedy v Ruzyni, Suchdole či v Březiněvsi?
Je to pravda. Stavba okruhu je zanesena do územních plánů již dlouho. Majitelé nových pozemků blízko budoucí stavby se tedy mohli sami kvalifikovaně rozhodnout. Nicméně bez ohledu na to, zda se jedná o stavby nové, či nikoliv, probíhají jednání o řadě kompenzačních opatření, která dokáží účinně snížit negativní vlivy stavby.

Po Spořilovské ulici jezdí denně stovky kamionů, které by tuto část Prahy 4 mohly minout, pokud by byla dostavěna jihovýchodní část okruhu. Foto: okruhprahy.cz

Teprve v roce 2030 bude – možná – Pražský okruh dostavěn... Foto: okruhprahy.cz

Lze jejich kroky tedy přirovnat ke „křiku“ lidí, kterým velká voda odnesla stavby stojící v záplavovém území?
Je to poměrně trefné přirovnání. Pokud si postavím dům v záplavovém území, musím počítat s tím, že se tam zkrátka velká voda může objevit.

Proti PO brojily a brojí také různé ekologické spolky, poukazující na zničení přírody, úbytek vzácných broučků apod. Mají tyto námitky nějaké opodstatnění?
Posouzení vlivu stavby na životní prostředí je velice důležité, neboť každá dopravní stavba samozřejmě znamená určitý zásah do okolní krajiny. Je ale zároveň nezbytné zdůraznit, že vše, co se přírodě realizací stavby vezme, se jí zase vrátí v podobě kompenzačních opatření a další rekultivace krajiny – stavba se plánuje s ohledem na volný průchod zvěře krajinou, počítá se se zelenými pásy, zahloubenými i tunelovými úseky, novými biotopy apod. Spolupracujeme na tom s různými nezávislými ekology. Výstavba dopravní infrastruktury a ochrana přírody nejsou v protikladu, a právě kompenzační opatření, která aktuálně provádíme v rámci přípravy Pražského okruhu, jsou toho příkladem.

> „Vše, co se přírodě vinou stavby vezme, se jí zase vrátí v podobě kompenzačních opatření“

Pokud se budeme bavit v číslech – kdy si myslíte, že bude PO dokončen, kolik vozidel pak po něm denně projede a jak se přesun především nákladní dopravy na PO projeví v jednotlivých, dnes dopravou zatížených částech Prahy, jako je například Spořilov?
Jihovýchodní část mezi Běchovicemi a D1 bychom rádi zprovoznili v roce 2027. U severních částí je situace komplikovanější, zde nás v rámci přípravy čeká ještě mnoho práce. Aktuální plán počítá přibližně s rokem 2030. Každý den projedou po Pražském okruhu desítky tisíc vozidel. Jeho dostavba přitom výrazně odlehčí tranzitní, dálkové, ale i příměstské a městské dopravě; lépe také propojí i řadu městských částí mezi sebou a významně odlehčí různým komunikacím, kde se dnes ve špičkách tvoří velké zácpy, jako je například Evropská, Kbelská, Spořilovská nebo Jižní spojka.

Spořilov zaplakal, Praha dala přednost Hloubětínu

Vinou chybějící části PO trpí především spořilovští obyvatelé. Nadměrný hluk z těžké automobilové dopravy a emise snižují kvalitu jejich bydlení a mohou mít negativní vliv na zdraví. Měření v minulých letech totiž opakovaně prokázalo překročení hygienických limitů. Praha 4 proto připravila ve spolupráci s TSK Praha těžké zakrytí Spořilovské, tj. vedení dopravy tunelem. Jenže minulé vedení Prahy (Piráti, Praha sobě a Spojené síly pro Prahu) se až skandálně rozhodlo jinak a poslalo miliony korun na projekt Hloubětínského tunelu... Podstatnou roli v tom sehrál tehdejší náměstek primátora pro oblast dopravy a památkové péče Adam Scheinherr (Praha sobě), který od roku 2019 nezajistil na projekční přípravu a realizaci zakrytí Spořilovské ulice ani korunu... **(red)**

Játrové paštiky pod drobnohledem. Jak se jim dařilo v testech?

■ Čerstvá játrová paštika patřila mezi přední delikatesy u královských dvorů. S příchodem konzervování se z ní stala oblíbená potravina na cesty i na doma. Dnes si mohou spotřebitelé v obchodech koupit chlazené i konzervované játrové paštiky. Redakce časopisu dTest se zaměřila na výrobky z obou kategorií, u kterých zjišťovala jejich senzorické kvality, kolik obsahují tuku a soli a co vše prozrazují na etiketách.

Vyhláška o mase a masných výrobcích určuje jen pro játrovou paštiku a játrový sýr přesný procentní poměr masa a jater ve výrobku, v ostatních s podobnými názvy může být obou surovin méně. Ilustrační foto: Pixabay

Praha – „Při nákupu játrové paštiky je dobré se orientovat podle názvu produktu," říká Hana Hoffmannová, šéfredaktorka časopisu dTest, a vysvětluje proč: „Vyhláška o mase a masných výrobcích definuje pouze dvě z nich, a to játrovou paštiku a játrový sýr. Oba produkty mají být vyrobeny z mělněného masa a musejí obsahovat alespoň 25 % masa a 26 % vepřových jater. Zároveň nesmí mít více než 40 % tuku a 70 % vody." Narazíte-li tedy v obchodě na produkty označené jako játrový krém, paštika s játry, játrovka a mnoho dalších podobných, dejte si pozor. Na tyto výrobky se vyhláška nevztahuje, a výrobci se tak nemusejí řídit požadavky na obsah tuku, jater nebo masa.

Základem testu celkem 22 vzorků byly senzorické zkoušky, kdy panel odborníků hodnotil chuť, vůni, vzhled a konzistenci játrových paštik. Šest výrobků získalo souhrnnou dobrou známku (čtyři z kategorie chlazených a dvě konzervy), zbytek dostal uspokojivé známky. Konzerva Hamé Játrovka si za senzoriku odnesla dostatečné hodnocení, odborníci jí vytkli například měkkou až blátivou konzistenci a výraznější slanost. Oproti tomu stejný výrobek od Hamé, zabalený v měkké vaničce, dopadl v senzorickém testování celkově lépe. Játrovka ve vaničce byla zároveň zhruba dvakrát tučnější (20,1 g/100 g) než ta v plechovce (8,59 g/100 g).

Kdo klame spotřebitele?

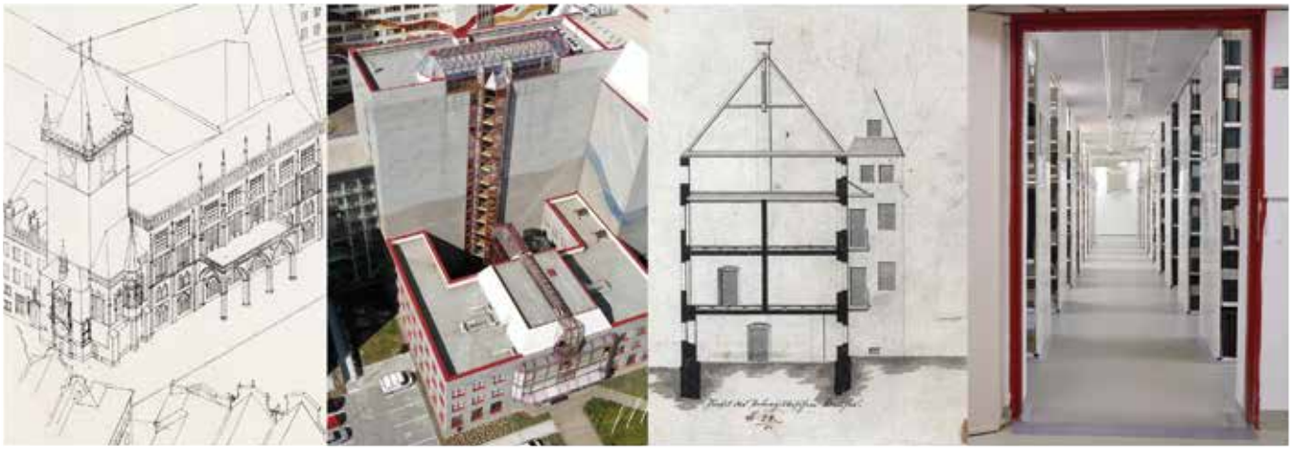
Množství tuku se u většiny testovaných výrobků pohybovalo mezi 20 až 30 g/100 g výrobku. Výsledky naměřené v laboratoři bohužel neodpovídaly informacím na etiketách. Většina paštik totiž obsahovala méně tuku, než uváděla na obalech. U dvou pak byla zjištěná tučnost vyšší než deklarovaná. Paštika Váhala avizovala 24,9 g/100 g, ale laboratoř naměřila 37,8 g/100 g. „Překročení deklarovaného obsahu tuku přesahující úředně tolerovaných 20 % z udávané hodnoty je v tomto případě klamáním spotřebitele. Z tohoto důvodu dostala Váhala Farmářská paštika nedostatečnou známku, protože nepřesná deklarace limitovala celkové hodnocení," uvádí šéfredaktorka Hoffmannová.

Všechny pravé játrové paštiky a sýry v deklaraci splnily nároky vyhlášky na alespoň 26% podíl jater. Mnohdy byl uváděný obsah i výrazně vyšší. Naopak u podílu masa upozornil dTest kontrolní orgán na možné porušení předpisů. Játrová paštika Uzeniny Příbram na etiketě uvádí 20% podíl masa, ač by podle vyhlášky mělo být masa nejméně 25 %.

Zdroj: dTest

INZERCE

ARCHIV HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY



DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

Praha – Chodovec, Archivní 6
komentované prohlídky / výstava / program pro děti
pro skupiny 10 a více osob nutná rezervace předem
www.ahmp.cz

23/9/2023
9.00–17.00

ARCHIV HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY
PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G

SC-502151/02

Moderátorka Lucie Ptáčková:
Diskuze s osobnostmi mne nabíjejí energií!

■ Lucii Ptáčkovou (30) můžete znát v roli moderátorky denního zpravodajství či zahraničních speciálů z Bruselu a Štrasburku na CNN Prima NEWS. Na konci letošního roku jí přibyde ještě jedna nová a určitě nejradostnější úloha – poprvé se stane maminkou.

Martin Dudek

Léto se pomalu chýlí ke svému konci, jak jste si ho užila?
Moje léto se naštěstí ještě ke konci nechýlí, dávám pravidelně v práci přednost kolegům s dětmi školky a školy povinnými. Ti vyráží na dovolené v červenci a v srpnu a já až v září – stejně tak tomu bude i letos. Máme za sebou ale už pár dní s rodinou na Moravě, prodloužený víkend v rakouských Alpách a nespočet koupání a grilování, takže i kdyby léto skončilo právě teď, byla bych s ním nadmíru spokojená.

Zmáhaly vás vlny veder, nebo jste typ, který si sluneční výheň s radostí užívá?
Obvykle i vyšší teploty snáším dobře a preferuji je před mrazy. Toto léto ale prožívám v jiném stavu a za všechny svoje nateklé končetiny prohlašuji, že letošní vedra byl – a stále je – pořádný mazec!

Chtěla jsem být profesionální sportovkyní, ale pak mi to moje kyčle rozmluvily...

S počasím hodně souvisí i politika, protože z boje za záchranu klimatu se v Evropě stalo téma číslo jedna. Máte ale pochopení pro aktivisty, pro mnohé spíše vandaly, kteří se přilepují na silnicích k asfaltu a blokují dopravu, ničí umělecká díla nebo prořezávají automobilům pneumatiky?
Fandím a obdivuji mladé lidi, kteří upozorňují na tikající bombu, před kterou mnozí politici stále zavírají oči. Ale pak tu jsou právě aktivističtí vandalové – se správnou myšlenkou, ale otřesným provedením. Pro ty pochopení nemám a nejsem si jistá, že to, co se svými činy snaží říct, padá na úrodnou půdu.

Kromě moderování zpráv na CNN Prima NEWS vedete i dopolední analytické rozhovory k současnému dění v Česku i v zahraničí. Co vás baví víc?
Diskuze s politiky, komentátory, analytiky, ekonomy a dalšími osobnostmi, které pomáhají zasadit současné dění do kontextu, se prolíná v obou disciplínách, ale právě v dopoledních rozhovorových blocích je prostor na hlubší analýzy a na doptávání se. Když se povedou hosté, kteří dodají nové pohledy a informace, odcházím domů nabitá energií. A právě tento adrenalinový rauš mě pak pohání zase dál.

A koho byste ráda jednou vyzpovídala?
Michelle Obamovou nebo Alexeje Navalného. Budu si snít dál.

Před třemi lety jste tehdejší ministryni financí Aleně Schillerové položila v rozhovoru otázku v angličtině, a to jako reakci na tvrzení Hospodářských novin, že Schillerová anglický jazyk neovládá moc dobře, což sama ministryně označila za lež. Asi jste nečekala, co toto, především na sociálních sítích, způsobí a že se stanete terčem kritiky a vulgarit...
Kdybych tvrdila, že jsem žádné ohlasy nečekala, lhala bych. Zkoušet tímto způsobem politiky z angličtiny bylo podle některých na hranici drzosti, podle mne to ale bylo vzhledem k okolnostem potřebné, právě na pozadí toho, že ministryně označila jednoho z novinářů za lháře. S kritikou jsem počítala, vulgarity mě ale zaskočily. Pamatuji si, jak jsem prosila jedno bulvární médium, aby z článku stáhl moje osobní fotky s manželem z instagramu. I díky tomu jsem zjistila, jaká míra zájmu je pro mě snesitelná, a rozeznala jsem ty druhy pozornosti, kterým se chci vyhýbat.

Přes tuto zkušenost – udělala byste to znovu?
Udělala. Za tím novinářským významem si stojím, a navíc to byla užitečná profesní i osobní lekce.

Proč jste se vlastně stala televizní moderátorkou? Během vysokoškolského studia jste měla dobře našlápnuto stát se spíše sportovní reportérkou...
Díky práci pro různé sportovní organizace jsem se podívala na Taiwan, do Kataru, Jižní Koreje nebo třeba na Sibiř. Vzpomínám na to s velkou porcí lásky a malým tikem v oku, protože to bylo velmi náročné a často také osamělé. V současnosti jsem ráda, že pracuji převážně na jednom místě, s občasnými výjezdy třeba do Evropského parlamentu, a z cest do zahraničí se staly převážně dovolené.

Z FLEKU by mohla vyměnit moderátorské křeslo za přehlídkové molo. Foto: CNN Prima NEWS

A nechtěla jste být spíše profesionální sportovkyní? Jdou vám sporty, baví vás třeba jízda na kole či stolní tenis?
Chtěla! Dokud mi moje kyčle nevysvětlily, že třináct let sportovního aerobiku stačilo. Dětství a dospívání v prostředí vrcholového sportu mě rozhodně tvarovalo. Ne vždy pozitivně, třeba body image měly naše trenérky velmi pokroucený a pár holek za to zaplatilo zdravím. Ale za všechen ten dril a vtlučenou morálku jsem vděčná a věřím, že

mě to dobře připravilo právě i na práci v médiích.

Jako nositele ptačího příjmení mne pobavilo, že vy, rozená Hrdličková, jste si vzala pana Ptáčka. Mohu se zeptat, kde máte soukromé hnízdo?
Když jsem byla malá, chtěla jsem si vzít jakéhokoli Hrdličku, co tedy zrovna nebude můj příbuzný, abych si nikdy nemusela měnit příjmení… Ale přišel Ptáček. Bydlíme druhým rokem na kraji Prahy 8 a traumata z celkové rekonstrukce léčíme v přírodě, kterou máme hned za domem. Západy slunce a vyhlídku, ze které je vidět Vltava protékající Trojou, mám určitě nejradši.

Máte doma andulku, papouška či jiného opeřence?
Mám doma toho Ptáčka a v zimě k němu přibude další. To musí stačit!

Není asi žádným tajemstvím, že se nebráníte nákupům v second handech. Pochlubte se, jaký nejlepší kousek jste tam „ulovila“…
Mám pocit, že každý kousek, který tam ulovím, je ten nejlepší. Pochlubím se tím posledním – ve třicetistupňových vedrech jsem tam ulovila obrovský, těžký a extra hřejivý kabát z alpaky. Pronásledovaly mne různé pohledy, když jsem ho táhla domů, ale kdo se bude smát za půl roku, zatímco mu bude nejen teplo, ale ještě bude vypadat skvěle?

Podléháte módním diktátům, nebo jste vůči módním výstřelkům imunní?
Víceméně imunní. Zjistila jsem, že minimalismus v domově i v šatníku dobře vyvažuje zbytek mého života, který je často jeden velký chaos.

Pokud byste dostala filmovou nabídku, spíše byste kývla na roli v historickém, kriminálním nebo romantickém filmu?
V kriminálním! Miluji detektivky z pera Jo Nesbø, takže ideálně ve filmové adaptaci jeho knihy. Nesbø se naštěstí neřídí tím klišé, že první umírá blondýna, tak bych si to natáčení snad chvíli užila.

Co by vám do konce letošního roku udělalo největší radost?
Největší radost by mi udělalo, kdyby moji přátelé i rodina, včetně toho nejmenšího a ještě nenarozeného člena, zůstali zdraví. Rizikový první trimestr mě znovu utvrdil v tom, že není nic důležitějšího než právě zdraví.

LUCIE se chystá na radostnou událost. Foto: Barbora Holásková

INZERCE

Vyhrajte pomůcky, které vám zlepší sexuální zdraví

■ Sexualita je přirozenou součástí lidského života již od narození až do pozdního věku. Proto bychom měli dbát na naše sexuální zdraví, abychom nejen měli sílu na erotické hrátky, ale vyvarovali se třeba i sexuálně přenosných nemocí. A právě různé podpůrné pomůcky z e-shopu Růžový slon můžete vyhrát v naší soutěži.

Dnešní doba zdravému intimnímu životu příliš nesvědčí. Může za to především hektický životní styl, pracovní vypětí a následné vyčerpání, nedostatek spánku a všudypřítomný tlak na výkon. Výsledkem je pak psychická nepohoda, kterou podporují i další starosti, jako je ekonomická nejistota. Stres, úzkosti, poruchy spánku či deprese ovlivňují hladiny mnoha hormonů v těle, což má za následek snížené libido či poruchy erekce. Přitom právě fungující intimní život je vhodným nástrojem, jak bojovat se špatnou náladou, nepohodou i nadměrným stresem. Jak tedy zvýšit libido a zlepšit celkové sexuální zdraví?

Erotická kosmetika

K nabuzení libida a zvýšení sexuální touhy je vhodná erotická kosmetika – na www.ruzovy-slon.cz najdete například různé masážní svíčky, oleje, šumivé bomby s feromony do koupele nebo krémy, které dodají kůži vláčnost spolu s další stimulací – prokrví intimní partie, zpevní prsa a třeba upevní erekci mužů. Slíbatelná stimulační kosmetika zase zpříjemní předehru nebo orální sex a okoření sexuální hrátky s partnerem. Kromě toho může příjemně naladit erotická četba.

Afrodiziaka

Dalším způsobem, jak zvýšit sexuální chtíč, je vyzkoušet afrodiziaka. Sílu přírodních afrodiziak znali už naši dávní předkové. Tyto přírodní suroviny zvyšují chuť na sex, prokrvují intimní partie a tím je dělají citlivější na doteky a dráždění. Mezi přírodní afrodiziaka se řadí například čokoláda, ryby, ořechy, kakao, ústřice, avokádo nebo česnek. Pro silnější sexuální touhu jsou vhodné zejména španělské mušky či různé afrodiziakální parfémy s přírodními feromony.

Silné pánevní dno jako základ

Správně fungující pánevní dno obstarává řadu životních funkcí – ovlivňuje činnost močových cest, podílí se na fungování opěrného systému a umožňuje chůzi. Oslabené svaly pánevního dna se mohou projevit bolestí pánve, zad nebo nepříjemným až bolestivým pocitem při pohlavním styku. Hlavními příznaky jsou ale zdravotní potíže – močová inkontinence. Stejně jako jiné svaly i svalstvo pánevního dna je tedy třeba pravidelně posilovat. Silné pánevní dno totiž výrazně zlepšuje i sexuální prožitky. Přímo na tuto oblast jsou zaměřeny tzv. Kegelovy cviky, které fungují jako posilovač pánevního dna. Na posilování jsou vhodné také vaginální činky nebo Venušiny kuličky, případně Venušiny kuličky s možností elektro stimulace. **(red)**

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 20. 9. 2023 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz a do předmětu e-mailu napište SLON. Deset výherců získá dárkový voucher na nákup v e-shopu Růžový slon v hodnotě 2 000 Kč, o výhře budou vyrozuměni e-mailem.

DO přírody vyrazit s erotickou pomůckou? A proč ne... Foto: Růžový slon

soutěžní otázka

Kolik let letos oslavil Růžový slon?
a) 8 let b) 12 let c) 21 let

INZERCE

Pepo, ty ses zul? To je puch!

Nohou si začínáme všímat až tehdy, když jsou cítit, svědí a pálí. Mezi prsty je kůže rozmáčená nebo rozpraskaná a o ztvrdlých do krve puklých patách ani nemluvě.
Plíseň je infekce a mohli jsme se nakazit například ve společné sauně, bazénu, sprše, ale i při půjčování bačkor návštěvám,…
Napadení nohou plísní si hned nevšimneme, ale plíseň začne postupně dráždit pokožku, ta se brání zvýšenou potivostí, což je příhodné prostředí pro růst plísní a s nimi v symbióze žijícími bakteriemi. Ty způsobují zápach.
Ignorujeme-li příznaky, může se infekce šířit na další části těla nebo nakazit naše blízké. Ochrana ale je. Použitím chytré houby – *Pythium oligandrum*.
Mikroorganismus *Pythium oligandrum* proniká svými vlákny do buněk parazita (plísně nebo kvasinky) a čerpá z něho pro svoji výživu potřebné látky. Tím eliminuje plísně přímým parazitismem Zatím je ale asi jediný, který kromě plísní není schopen napadnou jiné buňky, proto mu můžeme právem říkat chytrá houba a je odborníky považován za nejbezpečnější technologii dostupnou na současném trhu.
Pod nehty s mykózou proroste chytrá houba z krajů nehtu a tam působí, dokud původce onemocnění zcela nevysaje. Tím nevznikají odolnější druhy ani rezistence (genetické mutace) patogenních plísní.
Po vyčerpání parazita ustává aktivita chytré houby a odrůstá z nehtem nebo pokožkou.

Chytrou houbu s mikroorganismem Pythium oligandrum dostanete v lékárnách.
Více informací na www.chytrahouba.cz
nebo na infolince 728 814 202

www.chytrahouba.cz

B▪A▪R▪D▪ **Výrobce:** Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

Pro nohy a nehty náchylné k výskytu plísní jsou přípravky z řady Biodeur: **Biodeur 3x1g**, specialista na nehty **Chytrá houba Pythie Biodeur Nail**, proti zápachu a potivosti nohou **Chytrá houba Pythie Biodeur Prevent Foot powde**r a pro prevenci **Chytrá houba Pythie Biodeur Prevent**. Přípravek Biodeur se vyrábí i v biokvalitě **Chytrá houba Pythie Bio Biodeur**.
„*Přehlušoval jsem zápach nohou voňavkami a ani mytí třikrát denně mi nepomáhalo*“, přiznává pan Josef, který měl dlouhodobé problémy se ztvrdlými patami a pronikavým zápachem. „*Teď preventivně používám Biodeur 3x1g s chytrou houbou. Ztvrdlá kůže z pat zjemněla a odpadla, na návštěvě se nestydím, kvůli zápachu vyzout boty a žena konečně nereptá.*“

SC-502115/02

Oblouky viaduktu se mají proměnit v obchody

■ Hlavní město Praha chce v příštích letech vybudovat pod opraveným Negrelliho viaduktem odpočinkovou a obchodní zónu. Čtyři desítky oblouků mají obsadit komerční i kreativní subjekty, které doplní startupy. Úprava pilotního oblouku momentálně právě probíhá.

Karlín – „Oživení prvního oblouku viaduktu prověří nejen funkčnost celého budoucího řešení, ale také provázanost na dostupné dopravní trasy v okolí a občanskou vybavenost v rámci koncepce tzv. 15minutového města. V budoucnu tu totiž postupně vyrostou nové kavárny, bistra, kulturní projekty, ale i zázemí pro startupy," říká Zdeněk Hřib (Piráti), I. náměstek primátora pro oblast dopravy. Město bude po dobu dvou let v prvním oblouku provozovat informační centrum. Ve spolupráci s Národním památkovým ústavem však budou především sledovány stavebně fyzické parametry zkušebního provozu, které budou následně využity při rekonstrukcích zbylých oblouků.

Samotné konstrukce vestavby jsou navrženy jako plně demontovatelné. Zasklení prostoru oblouku neovlivní pěší a ani jiné komunikační trasy v místě. Jako průchod a průjezd pod viaduktem jsou využívány vedlejší portály, které překlenují ulici Sokolovská.

Negrelliho viadukt je z urbanistického hlediska bariérou oddělující Karlín od historického města, ovšem s novým využitím dojde k zacelení této jizvy. „Naší dlouhodobou vizí je zachovat sociální různorodost a navázat na historii Karlína coby průmyslové a historicky průmyslové části Prahy, která dnes trpí intenzivními sociálními změnami vedoucími k vystěhování nejen nízkopříjmových skupin, ale i k vymazávání řemeslné a rukodělné tvorby," uvedl Petr Hlaváček (STAN), náměstek primátora hl. m. Prahy pro oblast územního rozvoje. **(red)**

POKUD pilotní zasklení oblouku Negrelliho viaduktu vydrží vliv provozu, bude se za dva roky pokračovat v zasklívání zbylých oblouků.
Zdroj: praha.eu

INZERCE

3 OTÁZKY PRO.... NIKOL PROKEŠOVOU, PRINCIPÁLKU CZECH CABARET SHOW

■ Paříž má svůj Moulin Rouge, Amerika Cirque du Soleil a Praha Czech Cabaret Show! Úchvatné celovečerní představení, kombinující prvky kabaretu, divadla, burlesky a novodobého cirkusu. To vše pod režijním dohledem principálky kabaretu Nikol Prokešové.

Martin Dudek

Co všechno nabízí Czech Cabaret Show a kolik umělců se během dvouhodinového vystoupení objeví na jevišti?
Czech Cabaret Show v sobě kombinuje celou řadu žánrů. Během jednoho večera uvidí návštěvníci nejslavnější čísla z amerických muzikálů, kouzelné cirkusové umělce, přední zpěvačky a zpěváky, rozkošné tanečnice oděné v třpytivých kostýmech a záplavě peří, ohnivou show, vzdušnou i pozemní akrobacii, svůdnou burlesku a další skutečně čarovná vystoupení. Divák tak bude mít možnost spatřit více než šedesát prominentních českých i zahraničních umělců, které jsem vybírala podle talentu. Vyzařují energii a charisma, které je pro mě v divadle nesmírně důležité, a myslím, že podtrhnout osobnost každého z nich bylo mým cílem. Více informací najdou zájemci na www.hybernia.eu.

Kromě tří úrovní vstupného máte i striktní požadavek na oblečení diváků, například džíny a sportovní oblečení jsou zakázány. Z jakého důvodu?
Chtěla bych do České republiky přinést kulturní nastavení, které je na světové úrovni zcela běžné. Povinný a reprezentativní dress code je samozřejmostí u každého eventu a dokáže tak v kulturní akci proměnit i běžné sportovní utkání. Je to pro mě důležitá součást interakce diváka jakékoliv kulturní produkce, protože to, že divák u nás při Czech Cabaret Show přijme oblečení, které nazýváme creative black-tie, dostává se tak do starých dob, kdy dámy měly v šatníku velkou večerní a pánové se s oblečením smokingu proměnili v gentlemany. Naši diváci to milují, protože se rádi nestandardně oblékají. Samozřejmě myslíme i na konzervativnější diváky a těm zcela určitě postačí běžné společenské oblečení.

V Praze pracujete, ale žijete i tady?
Už od 15 let, kdy jsem začala studovat Pražskou konzervatoř, jsem si tvořila vztah především k centru Prahy. Bydlela jsem na Karlově náměstí, kdy jsem každé ráno chodila na konzervatoř pěšky okolo Národního divadla, podél řeky až k Rudolfinu, a to jsou pro mě krásné vzpomínky. Především z období povodní jsou pro mě ty okamžiky velmi emotivní. V současné době mám největší vztah k Praze 1, 2 a 3. Bydlím v Praze 3, velmi dlouhou dobu jsem bydlela v Praze 1 a v Praze 2 jsem několik let působila jako ředitelka divadla, takže tam mám zase dokonale zmapované sociální prostředí a kulturu.

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 22. 9. 2023 na e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz, do předmětu e-mailu napište KABARET. Pět výherců získá po dvou vstupenkách na představení 5. 10. O výhře budou informováni e-mailem.

„DIVÁCI dostávají příležitost otevřít své kreativní nitro a meze se nekladou," uvedla na adresu návštěvníků a jejich večerního oblečení Nikol Prokešová. Foto: CCS

Soutěžní otázka

Které divadlo má v programu Czech Cabaret Show?
a) Národní divadlo b) Divadlo Hybernia
c) Divadlo Na Jezerce

Zajímáte se o alternativní medicínu? Sledujte kongres

Praha – Od 15. až do 17. září se Praha stane světovým centrem tradiční i alternativní medicíny. V našem hlavním městě proběhne Mezinárodní kongres zdraví 2023 Praha, které by měl umožnit dialog a vzájemnou spolupráci mezi obory TCIM (tradiční, komplementární a integrativní medicíny) a ostatními obory zdravotnictví. Kongres proběhne hybridní formou s cílem zachovat nehmotné kulturní dědictví TCIM pro budoucí generace. Přihlášení diváků online bude možné zdarma na www.mkz2023praha.cz. **(red)**

Praha obnoví rybníky a vybuduje i fontány na Letné

■ Pražané se dočkají revitalizace Proseckého rybníka, rybníka Bubec a také vodních prvků na Letné. Investiční akci schválila Rada hl. m. Prahy. Rybníky budou po obnově sloužit obyvatelům Prahy k rekreaci, fontány na Letné přivedou vodu k oblíbenému místu setkávání u Metronomu.

Praha – Rybník Bubec v Praze – Řeporyjích se dočká zcela nového vypouštěcího zařízení a bezpečnostního přelivu, dále opravy nábřežních zdí, které budou nově obloženy kamenem, a také zřízení přístupu k vodě a sjezdu do rybníka. Opraví se a zabezpečí i podemleté břehy.

Kromě vybudování grilovišť je součástí inovací také úprava Ořešského potoka, který rybník napájí.

V rámci revitalizace Proseckého rybníka v Praze 9 se zprovozní jeho odtok tak, aby se celý rybník dal bez problémů vypustit. Kromě zcela nového vypouštěcího zařízení se opraví nábřežní zdi a v horní části se obloží kamenem. V severní části bude pak vybudován pozvolný přístup k vodní hladině, který usnadní pohyb vodnímu ptactvu i obojživelníkům z rybníka na břeh.

Investiční projekt v Praze 7 navazuje na nedávnou výstavbu závlahové nádrže na Letné. V rámci současného záměru bude zřízena přípojka elektrické energie do čerpací stanice, vybuduje se dešťová kanalizace pro svod vody od Metronomu do rybníka a budou zahájeny přípravné práce na dvou fontánách a vodním prvku na západním rameni bývalého Stalinova pomníku.

V případě rybníku Bubec se počítá s investicí necelých 10 milionů korun, revitalizace Proseckého rybníka je vyčíslena na necelé tři miliony korun a projekt na Letné bude stát 15 milionů korun. Revitalizace provede příspěvková organizace Lesy hlavního města Prahy, financovány budou z kapitálových výdajů Odboru ochrany prostředí Magistrátu hlavního města Prahy. **(red)**

PLOCHA hladiny rybníka Bubec je necelých 1000 m². Foto: praha-priroda.cz

Cestovatelka Lucie Fedurcová:
Na Islandu se s problémy netrápí

■ Lucie Fedurcová (35) žila několika let na Islandu v rybářské vesnici, kde pracovala a byla v úzkém kontaktu s místními obyvateli. O svých zážitcích sepsala knihu Tma je jen další druh světla, mozaiku příběhů a fotografií, které dohromady vytvářejí plastický obraz magického Islandu.

Martin Dudek

Jaké životní okliky vás zavedly až do islandské rybářské vesničky?
Krátce po státnicích, ve svých pětadvaceti letech, jsem odjela žít do Kanady. Později jsem přesídlila na Nový Zéland. Když mi po roce a půl měla vypršet platnost víza, byla jsem už dávno uhranutá svobodou a pocitem, že vlastně není zas tak těžké zrealizovat nejrůznější nápady, jakkoli smělé se někdy mému okolí zdály. Vlastně stačilo, aby člověka úplně neparalyzoval strach z nejistoty a neznámého. Nakonec jsme s partnerem, který podnikal všechny cesty se mnou, získali celkem náhodou přes facebook práci v maličkém bistru ve vesnici Grundarfjörður na západě Islandu. Dívala jsem se to léto před odjezdem pořád dokola na fotky z poloostrova Snæfellsnes a utápěla se v napolo surrealitických představách života na severu. Moc ráda na toto rozechvělé čekání na odjezd na Island vzpomínám.

Sžila jste se rychle s místními obyvateli, nebo jste i po několika letech cítila odstup?
Když budete číst moji knížku Tma je jen další druh světla, postupně bude prosakovat, jak těžká, složitá a nekonečná ta cesta sbližování je. Je to v podstatě jako jít po lávovém poli – nedá se to moc uspěchat, možná nikam ani nedojdete a radši to otočíte zpátky k autu. Vím od lidí, kteří na Islandu žijou desítky let, že se pořád necítí zcela přijati, pořád jsou chápáni jako „útlendingar", cizinci. Nechci se ale stavět do role mluvčího; lidé mají i jiné zkušenosti. To obtížné sbližování je někdy pochopitelné. Řada cizinců přijede na brigádu a po pár měsících odjede. V těchto případech asi není snadné se o cizince ve vesnici zajímat pořád dokola se stejnou intenzitou.

Jak byste stručně popsala mentalitu Islanďanů?
Dlouho jsem se snažila si myšlenku národní identity nepřipouštět. Zkušenost s životem v cizích zemích mě dovedla k tomu, že není dobré ji odmítat ani přeceňovat její platnost. Lidé jsou samozřejmě různí. Čeho si jakožto Čech na Islandu dříve nebo později všimnete, je, že Islanďané mají tendenci čekat, až se problémy samy vyřeší. Spousta Islanďanů věci jaksi přirozeně odkládá a neřeší. Je to v prudkém kontrastu k té neustálé české našponovanosti, vypjatosti, ale také zodpovědnosti. Než člověk přivykne, může to být frustrující. Kromě toho Islanďany vnímám jako houževnatý národ, hned tak něco je nepoloží. Mám ráda jejich smysl pro humor a zároveň se mi do jisté míry líbí i jejich národní hrdost; obdivuji jejich lásku k jazyku a literatuře.

Cesta sbližování s Islanďany je složitá...

Když jste místním prozradila, z jaké země pocházíte, udělalo to na ně nějaký dojem? Nebo si Českou republiku nedokázali geograficky zařadit?
Na Islandu žije velmi početná polská komunita. Myslím, že si spousta lidí z Ólafsvíku, kde jsem se usadila, dlouho myslela, že jsem Polka. Někteří Islanďané, se kterými jsem pracovala, přiznali, že jsem první Češka, kterou blíž poznali, a teprve potom si začali víc všímat, že je Čechů na Islandu vlastně docela dost. Českou republiku si geograficky zařadit dokážou, řada z nich zná Prahu. Na zadek je moje češství neposadilo. Turisté mívají někdy nepochopitelně pocit, že jsou v zemi nevzdělaných div ne divochů, kteří promlouvají se skřítky a trolly. Egill Bjarnason v předmluvě své knížky Jak Island změnil svět zmiňuje, že ho zaskočil jeden turista s dotazem, jestli mají v zemi dost vzdělaných lidí na sestavení funkční vlády. Ve stejné knížce také píše, že to byli práve Islanďané, kdo zapsal severskou mytologii a středověké dějiny skandinávských králů. Vzdělání na ostrově na špatné úrovni rozhodně není.

Jak jste snášela místní klimatické podmínky, kdy část roku slunce vůbec nezapadlo, část roku ani nevyšlo a jindy zase nepronikalo skrz sněhovou bouři? A jaké „vychytávky" Islanďané používají, aby se třeba v období šera či tmy nevěnovali jen alkoholu?
Toto jsem zvládala od začátku moc dobře. Okouzluje mě estetika severu. Drsná, krásná krajina, neklidné moře, bouře, hvízdání meluzíny, zima, tma. Nebo potom zas naprosto jedinečné hutné světlo letních nocí. Vášeň pro světlo i tmu se ostatně odrazila v názvu mojí knížky a vine se celým textem. Něco z té severské estetiky a cosi z mojí duše se potkalo. V žádné jiné zemi toto nezafungovalo tak silně. A přitom život ve většině z nich byl o moc snazší.

Co se týče „vychytávek", četla jsem, že se na Islandu předepíše ročně o hodně víc prášků na spaní než jinde. Existují také speciální lampy, které pomáhají se zmírněním syndromu SAD, kterému se někdy přezdívá zimní smutek. Pokud člověk chodí do práce, většinou není problém udržet si za polární noci nebo během polárního dne rytmus a žít prakticky normálně. Problém může nastat, když je člověk nedostatečně fyzicky nebo mentálně zaměstnán. Představa deprimovaných Islanďanů zpíjejících se v období polární noci denně do němoty je zromantizovaná. Jestli jsem v takové situaci někoho viděla, byli to často spíš cizinci, kteří přijeli na Island vydělávat peníze a neuměli vidět tu krásu okolo a najít si pro sebe ještě kromě tučných výdělků nějakou nadstavbu.

SEVERSKÉ dny i noci umí být drsné. Foto: LF

„NĚKOLIK turistů se mě v islandské restauraci, kde jsem pracovala, ptalo, jestli máme na poloostrově školy..." vzpomíná Lucie Fedurcová. Foto: archive LF

Co vás přivedlo k napsání knihy?
K napsání knihy Tma je jen další druh světla mě přivedl Jan Burian, skvělý básník, písničkář a prozaik. Potkali jsme se na Islandu, kde provádí už skoro třicet let turisty, bezmála osudovým způsobem. To říkám jako nefatalista. Jednoho večera jsem dočetla jeho knihu Dvacet let s Islandem, kterou mimochodem moc doporučuju ke čtení, a on druhý den seděl naproti baru v restauraci, kde jsem pracovala. Původně jsem pak psala texty o svém vidění Islandu jemu. Měl hlubokou znalost toho prostředí, kultury, historie i svoji vlastní zkušenost – byla velká radost moct někomu takovému předávat zase svoji ryze vlastní verzi vnímání ostrova. Jan Burian byl od začátku přesvědčen o tom, že mám literární talent i nevšední pozorovací schopnost, a víc a víc tlačil na to, abych psala. Já jsem to zprvu odmítala. Teď, když mi píšou cizí lidé, že jim ta knížka něco dala, jsem zpětně ráda, že se nenechal odbýt.

Celý rozhovor najdete na www.nasepraha.cz

Kupón pro podání řádkové inzerce do titulu NAŠE PRAHA

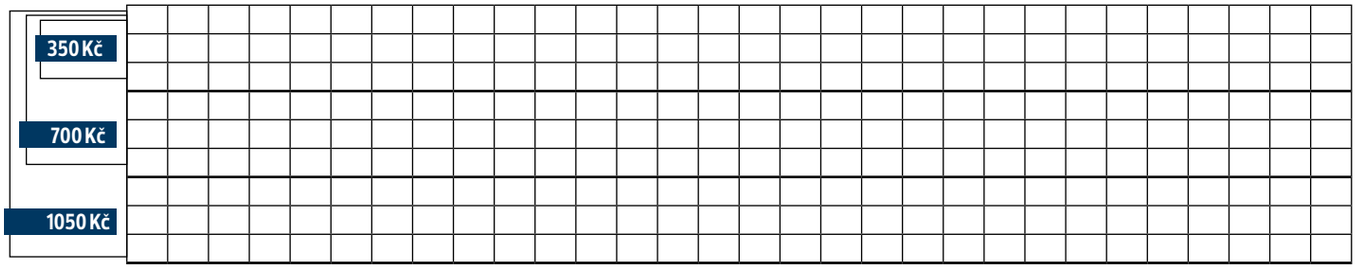
Cena za inzerát:

Cena 350 Kč je vždy za každých započatých 90 znaků. Řádkový inzerát si můžete podat v jedné i více mutacích titulu NAŠE PRAHA. Potom se cena násobí počtem zvolených mutací. Zvýhodněná cena 6x 350 Kč (6x 700 Kč nebo 6x 1050 Kč) platí jen pro zveřejnění inzerátu ve všech mutacích titulu NAŠE PRAHA najednou. V případě, že zvolíte opakování inzerátu ve více termínech, násobí se cena inzerátu počtem vydání (opakovací slevy neposkytujeme).

Seznam mutací titulu NAŠE PRAHA (zaškrtněte vybrané):

- ☐ NAŠE PRAHA CENTRUM
- ☐ NAŠE PRAHA 4
- ☐ NAŠE PRAHA 5
- ☐ NAŠE PRAHA 6
- ☐ NAŠE PRAHA 7
- ☐ NAŠE PRAHA 8
- ☐ NAŠE PRAHA 9
- ☐ NAŠE PRAHA 10
- ☐ všechny mutace NAŠE PRAHA (zvýhodněná cena)

Text inzerátu: Text vypište tak, aby písmena, interpunkce i mezery měly vždy svá okna.



Požadované datum otisku (zaškrtněte vybrané):

- ☐ 22. září
- ☐ 6. října
- ☐ 20. října
- ☐ 3. listopadu
- ☐ 17. listopadu
- ☐ 1. prosince
- ☐ 15. prosince
- ☐ 29. prosince
- ☐

Následující informace nebudou zveřejněny, ale vyžaduje je tiskový zákon:

Firma/jméno: ..... Tel.: .....

Adresa: ..... Způsob úhrady: .....

IČ: ..... E-mail: ..... Podpis: .....

Uvedené ceny jsou s DPH. Platí obchodní podmínky. Vyplněný kupón zašlete spolu s dokladem o zaplacení (poštovní poukázka A, výpis z účtu nebo příkaz k úhradě) e-mailem nebo poštou na adresu: **Český Domov Média House, s. r. o., řádková inzerce, Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 Strašnice**, tel.: 734 580 087, e-mail: podklady@ceskydomov.cz. V požadovaném termínu otiskneme váš inzerát pouze v případě, pokud obdržíme kupón a doklad o zaplacení nejpozději 7 dnů před datem vydání. V opačném případě otiskneme inzerát v dalším vydání titulu. Způsob úhrady: Poštovní poukázka typu A nebo převodem na účet: 2110626628/2700, variabilní symbol = vaše IČ nebo telefonní číslo. Fakturační adresa: Český Domov Média House, s. r. o., Pod Altánem 99/103, 100 00 Praha 10 – Strašnice

NAŠE PRAHA

řádková inzerce

- **!!Odvoz** starého nábytku na skládku!! Vyklízení sklepů, bytů, pozůstalostí atd. Naložíme a odvezeme cokoliv. Vše za rozumnou cenu. Stěhování–doprava. Volejte: 773 484 056
- **ČIŠTĚNÍ** KOBERCŮ a sedaček, úklidové práce. Profi přístup, nízké ceny. Mobil: 605 750 605.
- **POSKYTNEME** SÍDLO v Praze pro SRO, OSVČ od 149 Kč/měsíc. www.sidloprofirmupraha.cz, Tel.: 728 991247
- **VÝKUP** VOZIDEL, pojízdných, nepojízdných a havarovaných, Tel.: 739 665 455
- **VÝKUP** BYTŮ, chat, chalup, pozemků. Možnost nemovitost nadále užívat. Tel.: 739 665 455
- **STĚHOVÁNÍ**, vyklízení domů, bytů, sklepů, likvidace odpadu, pozůstalostí, autodoprava. Tel. : 739 665 455, www.top-vyklizeni.cz
- **Formulář pro podání inzerátu najdete na www.nasepraha4.cz/inzerce. Cena inzerátu je od 350 Kč**

Snažíme se chránit přírodu a být šetrní k planetě. Proto i naše noviny jsou tištěny na **100% recyklovaný papír** a není třeba kácet stromy. Přidejte se k nám a pomozme planetě společně. Zapojit se může každý. Neleží někde Naše Praha zbytečně na zemi?

Zvedněte noviny a dejte je sousedům do schránky. Uvidíte-li noviny někde na ulici, udělejte prosím to samé. **Přečtené výtisky nevyhazujte, ale dejte je přečíst i známým a sousedům.** Jde nám všem o společný cíl, abychom se na této planetě cítili komfortně a bezpečně.

SC-507789/11

SC-502161/01

Titul NAŠE PRAHA 4 SEVER vydává Český domov Media House, s. r. o., IČ 257 929 20 • šéfredaktor Martin Dudek, e-mail: martin.dudek@ceskydomov.cz • Manažeři inzerce: Renata Čížková, tel.: 777 114 473, e-mail: renata.cizkova@ceskydomov.cz; Iveta Šavelová, tel.: 724 274 181, e-mail: iveta.savelova@ceskydomov.cz • Adresa vydavatele, redakce a distribuce: Pod Altánem 99/103, Praha 10 – Strašnice, tel.: 224 816 821 • Stížnosti a podněty k distribuci: tel. 224 816 821, e-mail: kancelar@ceskydomov.cz • náklad 55 000 výtisků • Fotografie bez uvedení zdroje pocházejí z redakčního archivu • MK ČR E 21854 • Vychází 8. 9. 2023

VYDAVATELSKÝ DŮM ČLPR

UMĚLECKÁ ZAHRADA

GALERIE

PRVNÍ SBĚR

26. září 2023 zahajuje v prostorách obnovených ateliérů **Karla Nováka** nová **Galerie Umělecké zahrady**

Čiklova 1706/13a, 120 00 Praha 2 Nusle
e-mail: haluza@unista-haluza.cz

UMELECKA.ZAHRADA
UMELECKA.ZAHRADA

Vstup je z ulice Křesomyslova (pod Nuselským mostem, přímo za podchodem železniční trati u stanice tramvaje Svatoplukova)

www.umeleckazahrada.cz

SC-502148/02

PRAGUE CONGRESS CENTRE

GAROU

31.10.

START SHOW 19:00

ticketportal mticket Ticket-OnLine.cz

SC-502160/01

BOŽSKÝ MUZIKÁL

ANDĚL PÁNĚ

NÁMĚT A LIBRETO LUCIE KONÁŠOVÁ

HUDBA A TEXTY ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ

PREMIÉRA ŘÍJEN 2023

Hudební divadlo Karlín

SC-501852/05

PSN

HLEDÁME DALŠÍ DOMY, KTERÉ BYCHOM MOHLI PROBUDIT K ŽIVOTU.

ZA TIP KE KOUPI NEMOVITOSTI VÁS ODMĚNÍME.

778 403 590

psnkupuje.cz

SC-501749/12

PRAHATV

vaše metropolitní televize

500 TISÍC PRAVIDELNÝCH DIVÁKŮ

SC-501781/11