

Jediny
čtrnáctidenník
v Praze 9



NAŠE PRAHA 9

Černý Most • Hloubětín • Libeň • Prosek • Strážkov • Vysočany

13. 6. 2025

**Veřejná sbírka
na opravu ikonické
sochy Hokejista**



Více na straně 7

INZERCE

REKONSTRUKCE BYTŮ, BYTOVÝCH JADER A KUCHYNÍ

práce obkladačské, zednické,
elektro, instalaterské, podlahářské,
malířské, výroba nábytku

Svoboda a Nejšek s.r.o.
604 203 243, 603 801 377
www.svobodaanejshek.wz.cz

SC-503175/96

LETNÍ INTENZIVNÍ DOUČOVÁNÍ

MAJÍ DĚTI POTÍŽE S UČIVEM NEBO
ZAOSTÁVAJÍ ZA OSTATNÍMI?

ZVLÁDNĚTE TO O PRÁZDNINÁCH!

- Nejvhodnější doba na dohnání školní látky
- Efektivní pomoc se čtením a psaním
- Gramatika českého jazyka
- Matematika
- Příprava na reparáty



MIMOŠKÁ 645/2A, PRAHA 9

VOLEJTE 770 170 710



SC-503566/01

Moderátorka Kateřina Pechová: Z vody mám velký respekt!

25
let jsme
s Vámi



nasepraha.cz

Foto: archiv KP

**Vyhrajte
rodinnou
vikingskou
hru!**
strana 10

Rozhovor na stranách 8 a 9



**V novém
filmu
ožije
Karel
Gott**

STRANA 11

INZERCE

HousePro.cz Volejte zdarma! **800 888 802**

**Mytí a nátěry fasád
Čištění a nátěry střech**

**NOVINKA !!!
FASÁDNÍ BARVA SHIELD**

NA NÁTĚR FASÁD POSKYTUJEME
ZÁRUKU AŽ 15LET PROTI
NOVOTVORBĚ ŘAS A PLÍSNÍ

**CENOVÁ KALKULACE ZDARMA
BEZ LEŠENÍ Z PRACOVNÍCH PLOŠIN**



SC-503271/07

NOVÝ PLYNOVÝ KOTEL RYCHLE A SPOLEHLIVĚ

VÝMĚNA,
REVIZE
I SPUŠTĚNÍ
V JEDNOM
DNI



SLEVA NA
instalaci
NOVÉHO KOTLE
AŽ 15 000 Kč

www.ppas.cz/kotel



PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ

TAK SI MYSLÍM...



šéfredaktor:

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

Onehdy se v jedné společnosti, během společného grilování a opékání burřů, rozvinula nenápadná debata, která málem skončila rozvrácením dlouholetých přátelství. Co bylo tématem hádky? Zda se má, nebo nemá cestovat letadlem s dítětem, kterému nebyl ještě ani rok. Zastánci argumentovali tím, že pokud to předpisy letecké společnosti dovolují, proč by si rodiče nemohli zaletět s malým děckem k moři? A proč by je rodičovství mělo omezovat ve svobodném pohybu po světě? Odpůrci oponovali, že dítě si stejně z pobytu nebude nic pamatovat, navíc dlouhotrvající přelet může být utrpením nejen pro něj, ale i pro ostatní cestující – batole většinou řve, pokud se, chce přelést na sousední sedačku atd. Argumenty se vršily, ale nikdo ze svého názoru neustoupil. Pokud bych se měl rozhodnout podle svých zkušeností, přiklonil bych se na stranu odpůrců. Už několikrát jsem totiž na letišti zažil, jak se cestující čekající na odbavení kufrů začali tiše modlit, aby ta skupinka s kočárkem a dvěma caparty neměla sedačky právě vedle nich...

Centrum Černý Most: nové obchody i název

■ Místní nákupní centrum Černý Most změní na podzim svůj název na Westfield Černý Most. Tento krok představuje přelomový okamžik pro jedno z nejvýznamnějších střeoevropských nákupních a zábavních center.

Černý Most – Centrum, otevřené v roce 1997 jako první moderní nákupní destinace v České republice, sehrálo průkopnickou roli při formování maloobchodního trhu v zemi. Rebranding na Westfield Černý Most je spojen s významným rozšířením a modernizací. Výstavba zahájená v dubnu 2024 zvětší prodejní plochu z 85 000 m² na přibližně 94 100 m² a přinese více než 32 nových obchodů a restaurací. V rámci expanze návštěvníky brzy přivítá pečlivě vybraný mix předních značek. Mezi nejvýznamnější novinky patří otevření knihkupectví Kniha Dobrovský, které obohatí nabídku kulturních a volnočasových aktivit, dále třetí česká a první pražská prodejna JD Sports, nabízející světové značky sportovního a streetového oblečení, jako jsou New Balance a On Running, a kompletní portfolio LPP Group zahrnující značky Reserved, Mohito, Sinsay, Cropp a House. V rámci přestavby bude otevřena inovativní Dining Plaza, která nabídne nové kulinářské zážitky. Návštěvníci se mohou těšit na porcelánové nádoby a systém mytí přímo na místě. Mezi



DALŠÍ proměnou projde také zdejší multikino. Foto: ČČM

nové gastronomické koncepty patří Bahn Mi-ba, PHOLévkárna, Popeyes, Loving Hut a Koykan, které do centra přinesou pestrou paletu mezinárodních chutí.

V kině si poležete

Do nové éry vstupuje také střešní multikino CineStar. Již v dubnu kino představilo unikátní koncept butikového sálu Boutique Cinema, který kombinuje luxusní sedačky, přírodní

designové prvky a nejmodernější technologie, aby vytvořil intimní a prémiový divácký zážitek. Současně s rebrandingem centra uvede CineStar zbrusu nový komplex Gold Class – teprve druhý svého druhu v České republice a první v rámci obchodního centra. Tento exkluzivní prostor nabídne tři luxusní sály s plně polohovatelnými sedadly, privátní obsluhou během projekcí a stylovým barem. **Zdroj: ČČM**

Cizinka chtěla ukončit život skokem pod auta

Černý Most – Ženu sedící v předklonu na zábradlí nad vozovkou uviděla autohlídka z Prahy 14 při průjezdu ulicí Ocelkova. Strážníkům se podařilo stáhnout plačící 29letou ženu zpět na lávku. Cizinka se jim svěřila, že se chce vrátit do rodné země,

ale manžel jí zadržuje doklady. Nemá zde žádné přátele, je dlouhodobě nešťastná a chtěla ukončit svůj život skokem pod projíždějící vozidlo. Během rozhovoru se částečně uklidnila a poděkovala za pomoc. **Zdroj: MP Praha**

KOMENTÁŘ

Údržba zeleně za miliardu není moc vidět

Praha zažila pěkné slejváky. Pro přírodu jediné dobře. Pro nás Pražany je otázkou, co bude. Intenzivní deště znamenají bujný růst trávy a keřů. A v Praze se, jak známo, tráva moc neseká. Keře nezastíhávají. Není to žádný omyl nebo šlendrián. Děje se tak záměrně, politicky. Piráti totiž nemají sekání trávy a vůbec přehnanou starost o zeleň v lásce. Inu, asi si myslí, že to je známka punku. Zkušenosti z civilizovaného světa ale mluví zcela opačně.

Když přijedete do Dubaje, tam žádné nesekané trávníky nevidíte. Nebo třeba i v Istan-

bulu, ale prakticky nejen Asie, i Evropa má vše upravené a čisté. Praha ne. Tady jedeme tvrdošíjně tři seče za sezonu, a stačí. Trávníky přerostlé a teď, jak napršelo, bude růst enormní. Investice do údržby zeleně přitom nejsou malé. Sečetl jsem náklady jednotlivých městských částí a magistrátu. Celkem Praha ročně zaplatí za údržbu zeleně přes miliardu korun. To je hodně. Vidět to ale moc není. Péči o zeleň má na starost náměstkyně primátora Jan Komrsková za Piráty. Ta sice šermuje „Klimatickým plánem“ za 100 miliard korun

(sic!), ale posekat trávu v Praze neumí.

Za příklad bych v tomto směru dal Strakonice. Kdo je někdy v posledních letech navštívil, musí si všimnout dokonalé veřejné zeleně. Tam je to jak v nějaké botanické zahradě. Místní zahradníci si dávají záležet, veřejné záhony a trávníky jsou luxusní. Celkové náklady města jsou přitom jen 12 milionů korun ročně. Kde je vůle, je i řešení. Kde není vůle, zůstává pouze loupež a šlendrián.

Jan Čížek, pražský patriot
jan@cizekjan.cz



KRÁTCE Z DEVÍTKY

Přejmenuje se stanice metra?

Praha 9 – Radní městské části Praha 9 souhlasili s přejmenováním stanice metra „Českomoravská“ na „Arena – Praha“. Takový název se ovšem nelíbil zástupcům Pražské integrované dopravy (ROPID) a byl upraven na Arenu Libeň. Poslední slovo ovšem budou mít pražští zastupitelé. Přejmenování má reflektovat silné napojení lokality na multifunkční halu O2 arena a O2 universum, které patří k nejnavštěvovanějším místům v republice. (red)

Chcete být pachtýřem?

Praha – Hlavní město aktuálně hledá pachtýře pro 10 svých zemědělských pozemků o celkové výměře téměř 300 tisíc metrů čtverečních. Jednotlivé nabídky jsou zveřejněny na realitním portálu hlavního města Prahy. Pozemky se nacházejí v katastrech Hloubětín, Kyje, Kbely, Satalice, Vinoř, Královice, Křeslice, Kunratice, Nedvězí u Říčana a Suchdol. (red)

Spartak Kbely oslavil historický triumf

Kbely – Fotbalisté Spartaku se poprvé ve své více než stoleté historii představili ve finále pražského Teskahor poháru. Na stadionu ve Strážkově se utkali s týmem Prague Raptors. Zápas plný emocí, napětí i obrovské energie na hřišti i v hledišti skončil remízou 1:1, ale v penaltách měli pevnější nervy kbelští fotbalisti. Triumf pro ně znamená historický postup do příštího ročníku celostátního MOL Cupu, kterého se účastní například i profesionální týmy z první a druhé ligy. (md)



VELKÁ radost kbelských fotbalistů a fanoušků. Foto: Pražský fotbalový svaz

Omyl motoristů. SPZ není váš majetek!

ČR – Škudlilové se najdou po celé naší vlasti, a tak není divu, že se snaží ušetřit nějakou tu korunu i za parkování v zónách placeného stání. Zvláště oblíbeným trikem je přelepení jednoho písmene či číslovky třeba kusem papíru. Jenže na to pozor – státní poznávací značka (SPZ) není majetek řidiče, ale státu, a nelze ji proto jakkoliv upravovat!

Řidič, který to udělá, se stane podezřelým ze spá-



ZA PŘILEPENOU napodobeninu listu na poznávací značce hrozí majiteli vozu ve správním řízení pokuta až 10 000 Kč! Foto: MD

chání přestupku dle § 125c odst. 1 písm. a) bod 2 zákona č. 361/2000 Sb., zákona o silničním provozu. Za to může být pokuta od 5 000 Kč do 10 000 Kč a k tomu navíc 6 až 12 měsíců zákaz řízení. Přestupek navíc nelze řešit v příkazním řízení na místě. Policisté mohou také SPZ zabavit a zaslat s příslušnými protokoly správnímu orgánu, který přestupek vyřídí a rozhodne o výši trestu. (red)

Den dobrovolnictví a volného času nadchl 800 účastníků

Praha 9 – Pod taktovkou Rady dětí a mládeže hl. města Prahy se uskutečnil Den dobrovolnictví a volného času v Praze 9. Ve spolupráci s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR, Magistrátem hlavního města Prahy a MČ Praha 9 vznikla akce, na které se mohli mladí lidé osobně setkat se zástupci organizací zaměřených na dobrovolnictví a volný čas. Děti a mládežníci tak zjistili, že v rámci MČ Praha 9 existuje celá paleta možností, jak zlepšit své dovednosti v kroužcích, poznat nové kamarády, dobře se bavit nebo třeba pomoci jako dobrovolník. Množství návštěvníků pocházelo z nedalekých škol a mateřských škol a přišli v dopoledních hodinách se svými učiteli a někteří znovu odpoledne se svými rodiči. (red)



DĚTI si mohly vyzkoušet například rybaření či šermování, přírodovědnou stopovací hru a gerontooblek. Foto: RDM

STAŇTE SE FOTOGRAFEM NAŠÍ PRAHY!

VYFOŤTE, CO VÁS V METROPOLI ZAUJALO, a fotografii pošlete s krátkým popiskem na e-mail martin.dudek@ceskydomov.cz. Do předmětu e-mailu uveďte: Staňte se fotografem. Snímek, který zaujme naše redaktory, otiskneme ve čtrnáctideníku Naše Praha. (red)



„PŘI PROCHÁZCE po Karlově náměstí nejen mě upoutaly vrby, které jsou zastřiženy podle poslední módy „na mikádo“,“ napsala nám Jiřina Muchová a zaslala i dosvědčující snímek. Za ten samozřejmě děkujeme a věříme, že i vrby jsou se svým novým sestřihem spokojeny. (md)

ELIXÍR

zdraví a spokojenosti...

Svěží vzduch z přírody
do vašeho bytu či domu



Přínosy ionizace

- » zlepšení dýchání
- » odstranění prachu
- » zlepšení koncentrace
- » zlepšení pracovní výkonnosti
- » kvalitnější spánek
- » zmírnění časté únavy
- » podpora růstu rostlin

stříbrná, černá, bílá
cena 3.690 Kč/ks
dekor dřeva
cena 3.990 Kč/ks



Filtr není třeba nikdy vyměňovat!
Stačí ho jen jednoduše vyjmout a odfilt.

Ionic-CARE® Triton X6 – čistička a ionizátor v jednom

Kombinace výkonné čističky vzduchu a ionizátoru. Čištění vzduchu s účinností až 96 % probíhá naprosto nehlukně. Cirkulaci vzduchu v přístroji zajišťuje soustava elektrod, které pohybují vzduchem pomocí tzv. elektronového větru. Tato technologie nahrazuje hlučné a energeticky náročné ventilátory. Nečistoty se zachytávají na omyvatelném elektrostatickém filtru. Na jeho ploše spolehlivě ulpí poléťavý prach, chemikálie, cigaretový kouř, pyl, viry, bakterie, plísňe a jiné alergen. Přístroj má tři výkonové stupně a jeho spotřeba je max. 8 W.



Nejprodávanejší značka čističek v ČR!
99 % skutečných uživatelů je s přístrojem spokojeno

V květnu 2024 byla provedena anketa, které se zúčastnilo 2808 uživatelů čističky Ionic-CARE. Ti nejčastěji chválí snížení prašnosti a zmírnění dýchacích potíží. Dále oceňují čističku jako významnou prevenci před viry. Spokojeni jsou též s jejím tichým chodem.

Víte, proč se na horách, v lese či u moře cítíte tak dobře? Je to proto, že na těchto místech je podstatně vyšší koncentrace zdraví prospěšných aniontů kyslíku (záporně nabitých kyslíkových částic) než ve městech, bytech a kancelářích. A víte, že v našem bytě nebo kanceláři nás obklopuje několikrát škodlivější vzduch než venku?

V bytech a kancelářích dýcháme škodlivý vzduch, který dokáže zkrátit život i o několik let a cítíme se v něm unavení a nervózní. Prachové mikročástice, smog, chemické vý-

V interiérech dýcháme vzduch, který zkrátí život o několik let

pary z umělých hmot a nábytku, bakterie, viry, spory plísní – všechny tyto nečistoty se v uzavřených prostorách koncentrují a my je dýcháme. Škodlivé látky působí na náš organismus prakticky celé dny a mohou nám způsobit nemalé zdravotní potíže. Nejčastěji to jsou bolesti hlavy, nespavost, snížená koncentrace, alergie, astma, akutní i chronická onemocnění plic, v krajním případě deprese a rakovina. **Ionizace vzduchu:** Ovzduší, ve kterém trvale pobýváme, by mělo podle doporučení Státního zdravotního ústavu obsahovat minimálně 1.250 záporných iontů (aniontů) na cm³. A zatímco v přírodě dýcháme vzduch s koncentracemi až 10.000 vzdušných aniontů v cm³, v interiérech, kde žijeme a pracujeme, jsou hodnoty většinou blízké nule. Právě díky vysoké koncentraci pro-

Získejte zdarma osvěžovač a čistič Ionic-CARE FF-210 v hodnotě 450 Kč.

Tento přístroj neutralizuje pachy a pročišťuje vzduch v lednici, koupelně, šatně a kdekoli jinde. Navíc zabraňuje růstu plísní, omezuje výskyt bakterií a v lednici uchovává potraviny déle čerstvě.



Pro získání dárku stačí při objednávce zadat kód:

**kód
32U**

volejte zdarma 800 112 111 | www.ionic-care.cz

Úřad práce chystá změny. Nezaměstnané rozdělí do kategorií

■ Úřad práce chystá ještě letos zavést zásadní změny v přístupu k nezaměstnaným. Plánuje je rozdělit do dvou skupin. Úřad si od novinek slibuje větší efektivitu a rychlejší hledání práce pro nezaměstnané.

ČR – Neriziková a riziková nezaměstnaní – takové budou dvě skupiny, do kterých úřad práce plánuje uchazeče o zaměstnání rozdělovat. Zatímco první skupinu nechce úřad zatěžovat zbytečnou administrativou, na druhou skupinu nezaměstnaných se zaměří víc. „Rozdělení uchazečů do rizikové a nerizikové skupiny vychází z prognostického modelu, který bere v úvahu různé okolnosti ovlivňující šance najít zaměstnání. Uchazeči v nerizikové skupině mají po dobu prvních pěti měsíců nezaměstnanosti více volnosti a mohou si hledat práci sami, bez nutnosti intenzivnější podpory úřadu. Naopak u rizikových uchazečů je od začátku potřeba větší péče, takže se jim nabízí častější poradenství, rekvalifikace nebo vyšší počet pohovorů. Cílem je zajistit každému uchazeči co největší podporu podle jeho konkrétní situace. Tento přístup má za cíl efektivnější využití kapacit úřadu a lepší podporu uchazečů při hledání zaměstnání,“ popsala Olga Hyklová, majitelka a výkonná ředitelka personální agentury Advantage Consulting.



ZTRATIT zaměstnání může být pro některé Pražany velice frustrující. Hlavní město si však nadále udržuje postavení kraje s nejnižší nezaměstnaností v Česku. Ilustrace: Pixabay

Riziková jsou lidé 50+. A kdo další?

Kdo bude do jaké skupiny patřit určí úřad práce podle několika kritérií. Rozhodovat bude napří-

klad délka nezaměstnanosti, ale i region. Podle dostupných informací by mezi rizikové měli patřit ti, kdo mají dlouhodobě problém najít práci – například lidé po padesátce, s nízkou kvalitací

nebo třeba osoby, které nemohou nastoupit na plný úvazek. Neriziková by měli být ti, kdo mají dobrou praxi, vzdělání a nejsou ohroženi dlouhodobou nezaměstnaností. V Ústeckém kraji nebo Moravskoslezském regionu, kde je problém s nezaměstnaností nejsilnější, zřejmě bude výrazně více rizikových uchazečů.

Změny by měly začít platit ve druhé polovině letošního roku, rozdělování do skupin není ale jedinou novinkou, kterou úřad práce chystá. „Také se mluví o větší důslednosti v kontrole a o přehodnocení takzvaných neobsaditelných pozic – tedy zastaralých pozic, které už vlastně neexistují a v systému zůstaly ‚viset‘. To může mít vliv i na celkovou statistiku nezaměstnanosti, která v posledních měsících mírně vzrostla. Jedním z důvodů růstu je právě pročišťování databáze, se kterým úřad už začal, a přestala se tak uměle snižovat čísla nezaměstnanosti. Jde o dobrý krok směrem k větší transparentnosti, ale zároveň to přináší nepříjemný dopad na napříkladovou statistiku,“ dodala Olga Hyklová. (red)

Na srny si dejte pozor za Slivencem

Praha – Podle tzv. srna indexu, který sleduje počty střetů vozidel se zvěří a odhadovanou výši škod po těchto nehodách, došlo v Praze od října 2024 do března 2025 k 15 srážkám se zvěří. To znamená, že na silnicích v Praze došlo ke střetu se zvěří po každých 13,3 kilometru. Škoda na majetku, zdraví a životě na jeden kilometr silnic činí v hlavním městě 3 344 Kč. Nejhorší úsek je za Slivencem u sjezdu z pražského okruhu. Na 224 metrech silnice tam ve sledovaném období došlo k pěti střetům. Zdroj: GČP

Metropole připravuje vysokorychlostní trať do Brna

Praha – Rada hl. m. Prahy projednala a doporučila Zastupitelstvu hl. m. Prahy schválení několik důležitých změn územního plánu, které umožní zrychlení přípravy dopravních staveb na území metropole. Změny územního plánu se týkají například Městského okruhu. Změna zanáší do dokumentace kompletní soubor staveb severovýchodní části Městského okruhu a Libeňské spojky. Jedná se konkrétně o stavbu označenou jako č. 0081 MO Pelc/Tyrolka – U Kříže,

stavba č. 0094 MO Balabenka – Rybníčky a stavba č. 8313 Libeňská spojka.

„K Městskému okruhu přistupujeme jako k naprosté prioritě. Touto změnou naplňujeme slib daný letos v lednu, kdy jsme rozhodli, že zvolíme časově i finančně nejvhodnější variantu spočívající v přepracování projektových dokumentací staveb Městského okruhu a Libeňské spojky tak, aby mohly být povoleny dle nového stavebního zákona. Všechny kroky směřujeme k začátku roku 2027,

kdy bychom získali povolení záměru,“ říká Petr Hlaváček (STAN), náměstek primátora hl. m. Prahy pro oblast územního rozvoje.

Aktualizace také zanesla do územně plánovací dokumentace koridor vysokorychlostní tratě Praha–Běchovice–Brno. Jedná se o společné úsilí vedení hlavního města Prahy a vlády České republiky o realizaci rychlého spojení Prahy a Brna. Změny územního plánu musí ještě projednat Zastupitelstvo hl. m. Prahy. Zdroj: MHMP

Podpora výuky tělesné výchovy

Praha – Hlavní město poskytne účelovou neinvestiční dotaci 31 městským částem na podporu zkvalitnění výuky tělesné výchovy na prvním stupni základních škol. Celkem věnuje jednotlivým městským částem téměř 20 milionů korun. Hlavním cílem podpory je aktivní zapojení kvalifikovaných trenérů a pedagogů do hodin tělesné výchovy, stejně jako vzdělávání učitelů na akreditovaných

institucích Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Podpora má také posílit emoční vazbu dětí ke sportu a zvýšit atraktivitu hodin tělesné výchovy při zachování obsahu rámcových a školních vzdělávacích plánů. Pro zajištění efektivního využití prostředků byla stanovena maximální výše podpory na jednoho žáka 1. stupně základní školy na 700 korun. (red)

Kde udeří růžový fantom?

Uhřetěves – V posledních dnech byl po Uhřetěvsi a okolí zaznamenán pohyb podezřelé osoby v převleku a s nevhodným obtěžujícím chováním namířeným zejména proti dětem a teenagerům. Podle sdělení městské části je situace řešena Policií ČR.

Jelikož se podezřelá osoba (může mít na sobě paruku) v růžové bundě pohybuje na kole, teoreticky je možný její výskyt

kdekoli v hlavním městě. V takovém případě neberte odpovědnost na sebe, podezřelou osobu nekontaktujte a ani nekonfrontujte, ale zavolejte na policii, která má k dispozici detaily případu.

Také si preventivně promluvte s dětmi o zásadách bezpečného chování na veřejnosti, zejména o tom, jak se zachovat při kontaktu s cizí osobou. (red)

Veřejná sbírka. Mácha na Petříně září novotou

Petrín – Jedna z nejznámějších soch pražského veřejného prostoru – pomník Karla Hynka Máchy od sochaře Josefa Václava Myslbeka z roku 1912 – se dočkala zrestaurování za 250 000 Kč. Ide o první sochu, jež byla opravena díky veřejné sbírce Adoptuj sochu (www.ghmp.cz/adoptuj-sochu), kterou uspořádala Galerie hlavního města Prahy (GHMP). GHMP se tak snaží rozšířit povědomí veřejnosti o osudech vybraných pražských soch, kterých má ve správě více než 250, a umožnit jí přímo se na těchto osudech podílet. Aktuálně lze přispět na opravu sochy Hokejista, umístěné při vstupu do zimní sportovní haly na Výstavišti. Souběžně s projektem Adoptuj sochu, jež



MÁCHA na Petříně je již opraven, nyní se pořádá sbírka na opravu hokejové sochy. Foto: Jiří Thýn

se věnuje sochám poničeným časem i přírodními živly, mohou lidé přispět na sbírku Antivandal,



která se – jak z názvu vyplývá – soustředí na plastiky poničené vandaly. (red)

Stát poskytl na pražské opravy miliony korun

Praha – Radní hl. m. Prahy schválili návrh smlouvy o poskytnutí finančních prostředků z rozpočtu Státního fondu dopravní infrastruktury (SFDI) na letošní rok. Díky této smlouvě získá hlavní město celkem 325 milionů korun, které budou použity na zásadní modernizaci a opravy dopravní infrastruktury. Z financí od SFDI budou pokryty investiční akce minulé i budoucí, jako je například rekonstrukce Barrandovského mostu, opravy na Jižní spojnici, modernizace Severojižní magistrály, rekonstrukce mostu v ulici Průmyslová, instalace protihlukových opatření a také modernizace dopravního značení. (red)

Příští rok Praha uspořádá olympiádu dětí a mládeže

Praha – Celkem 23 sportů nabídne a téměř 4 500 účastníků přivítá příští rok olympiáda dětí a mládeže v Praze (ODM). Hlavní město bude soutěž krajských výprav v olympijském duchu – včetně slavnostního zahájení a zapálení ohně – hostit od 21. do 26. června 2026. V programu ODM budou atletika, badminton, basketbal, baseball a softball, cyklistika, florbal, fotbal, golf, házená, judo, kanoistika, karate, lukostřelba, plavání a paraplanování, sportovní gymnastika, stolní tenis, šerm, tenis, veslování, volejbal a plážový volejbal. Slav-

nostní zahájení proběhne v Edenu na fotbalovém stadionu Slavie. „Poprvé v historii se ho budou moci vzhledem ke kapacitě zúčastnit všichni sportovci, čím se Praha přiblíží olympijským hrám,“ uvedl Filip Šuman, místopředseda Českého olympijského výboru. Řadu soutěží bude hostit Výstaviště, kde se otevře také Olympijský dům jako místo setkávání sportovců, rodičů i fanoušků. A na Vltavě s historickou kulisou cílové věže na Císařské louce se pojedou závody v rychlostní kanoistice a veslování. (red)

INZERCE

Unavení? Sáhněte po síle, která přichází z pralesa!

■ Každý z nás asi zná ten pocit, kdy se probudíme do těžkého rána, odpoledne už téměř neudržíme víčka a večer? Ani nemluvit. A přitom musíme být ve střehu, mít nápady, být soustředění. V práci, ve škole, s rodinou. Svět na nás tlačí, ale tělo říká: „Už nemůžu.“

Neexistuje proto přírodní způsob, jak znovu nastartovat motor a nejet jen na kávu nebo cukr? Něco, co organismus nezatíží, ale povzbudí? Co neukradne energii do zásoby, ale uvolní tu, kterou v sobě dávno máme? Odpověď zní jedno-duše – guarana. Jihoamerická

rostlina s přirozeným obsahem guaraninu, kofeinu a dalších energetických látek.

A právě Guaranaplus.cz přináší sílu přírody ve své nečistší formě. Bez syntetiky, bez kompromisů. Jen přírodní prášek z bobulí, které po staletí používali indiáni z Amazonie.

Ne pro zábavu, ale pro přežití, soustředění a výdrž.

Guarana vašemu tělu dodá víc než jen kofein. Uvolňuje se pomalu, takže vás nevyšle do nebe jen proto, aby vás o hodinu později zanechala ve volném pádu. Naopak – podporuje dlouhodobou koncentraci, lepší fyzický výkon i pozitivní náladu. A když k tomu přidáte třeba ženšen nebo kotvičník, jako v některých produktech Guaranaplus.cz, najednou zjistíte, že tělo má mnohem větší potenciál, než jste si dosud myslel/a. Je to alternativa k energetickým nápojům, ale bez obalu plného cukru a chemie. Je to přírodní řešení, když potřebujete být v kondici – ať už jako sportovec, student, nebo rodič.

Vyzkoušejte třeba 100% čistý guaranový prášek nebo tablety s guaranou a ženšenem. A pozorujte, co se stane. Energie nepřijde s výkřikem, ale s jistotou. A vydrží. Protože někdy v životě nepotřebujete křídla, ale kořeny. A ty správné najdete jedině v amazonském pralesu... (red)



Moderátorka Kateřina Pechová: Z vody

■ Na sobotu 14. června je v Yacht clubu CERE v Podolí připravena plavecká charitativní akce Prague City Swim, jejíž účastníci chtějí přispět na boj s ALS (amyotrofická laterální skleróza) a zároveň upozornit na toto onemocnění. Průvodkyní celého dne bude moderátorka Kateřina Pechová (38).



S MODERÁTORSKÝMI kolegy z Hitrádia. Foto: archiv KP

Martin Dudek

Pamatujete si ten okamžik, kdy jste si poprvé řekla: „Chci být moderátorka“?

To muselo být někdy v předškolních letech, kdy jsem si na rodinných oslavách neustále stoupala před kameru a měla tendenci je uvádět (smích). Také jsem si doma na kazeťák nahrávala písničky a komentovala je.

Co vás na moderování stále baví, i když máte za sebou už stovky hodin za mikrofonem?

Baví mě v moderování zejména práce ve dvojici. Asi jak jsem zvyklá z divadla na interakci s kolegy a diváky. Ráda improvizuji a nechávám se vést momentální energií. Pokaždé je to jiné, nikdy nedělám nic stejné.

Která byla vaše největší moderátorská výzva a co jste si z ní odnesla?

Určitě živé televizní vysílání ve Snídani s Novou, kde jsem s kolegou Dominikem Vršan-

ským. Musíte být stále ve střehu a dobře připravení.

Stává se vám někdy, že ještě máte trému? Jak s ní pracujete?

Já mám trému docela často a osobně si myslím, že je vlastně velmi zdravá. Podněcuje mě



V životě je velmi důležité plnit si sny

k větší soustředěnosti a výkonu. Navíc to znamená, že vám na dané věci opravdu záleží, když stále cítíte lehké šimrání v podbřišku.

Je nějaké téma, které vám při moderování dělá radost, a naopak téma, do kterého se vám nechce? Určitě se necítím moc jistá v tématech politických, ale moc ráda moderuji akce, které se týkají módy, životního stylu, motivace, dětí apod.

Zažila jste někdy situaci, kdy vás host svou odpovědí úplně zaskočil? Letos v lednu mě zaskočil Pavel Nový svými ostrými odpověďmi na Festivalu chutí (smích). Je svůj a občas více svérázný, ale myslím, že jsme z toho diplomaticky vybruslili.

A co vás nejvíc rozesmálo během živého vysílání?

Nejvíce se nechám vyhodit asi svými přetřepky, na které jsem opravdu expert, a pak se směju sama sobě. Nedávno jsem přejmenovala ve Snídani s Novou jednoho pana lékaře ze Štěrbu na Štěrbinu apod.

V polovině června budete spolu moderovat charitativní plaveckou akci Prague City Swim, kterou pořádá nezisková orga-

nizace Alsa. Prozradte nám váš vztah k vodě – je to příjemný živel, nebo před ním máte respekt? Z vody mám rozhodně velký respekt, ale jako dítě mě z ní nedokázali dostat. Milovala jsem to. Asi až v dospělosti si člověk uvědomuje více věcí a získává zábrany a obezřetnost. Naprosto obdivuji všechny závodníky, kteří se vrhnou do Vltavy. Jak oni, tak samotní pacienti s ALS jsou mi ohromnou inspirací.

V Podolí do vody skočí stovky plavců a plavkyň. Pokud byste mohla, nehupla byste přece jen za nimi?

Asi maximálně na pár tempíček, opravdu mám k vodě velký respekt. Možná bych si to spíše dokázala představit na paddleboardu.

Ptám se proto, že jste spoluautorkou knihy Kudrnatá příručka, která se věnuje péči vlasů u žen s kudrnatými vlasy. A přiznám se, že nevím, co všechno voda dokáže s kudrnatými vlasy udělat...

mám velký respekt!

Voda kudrlinám nijak neškodí. Naopak, většinou se nám vlasy u vody ještě více zkroutí. Kudrnám mnohem více škodí sucho, slunce a mráz. Vlastně veškeré extrémy a výkyvy.

Pocházíte z východočeských Pardubic, ale pokud bydlíte v Praze, v jaké její části a co se vám v ní (ne)líbí?

Miluju Letnou, to je moje srdcovka, protože právě tady jsme s mým manželem prvních sedm let bydleli. Jsou tu krásné parky a kavárny. Ale také miluju Staré Město a pak procházky po vinohradských hřbitovech nebo na Vyšehrad.

Protože se pohybujete v šoubyznysu nejen jako moderátorka, ale také jako herečka a zpěvačka, zajímal by mne váš vztah k sociálním sítím – berete je jako součást práce, nutné zlo, nebo jako prostor pro sebevyjádření?

Já všude říkám, že mám sociální sítě ráda. Mě to baví. Odjakživa ráda fotím a Instagram je především o fotkách. Také mám radost, když mohu někoho in-

spirovat, dávat tipy na zajímavá místa a také nechám nahlédnout do pracovního prostředí. Myslím si, že je to o tom, jak to celé člověk uchopí. Podle mě je to zlo, když se tím člověk nechá pohltit a nemá odstup. Je to pořád jen virtuální prostor, a ne realita, na to bychom neměli zapomínat. O tomto tématu bych mohla mluvit dlouho.

Víte o tom, že máte letos kulaté výročí? V roce 2005 jste byla finalistkou soutěže Česká Miss. S odstupem dvou desítek let – šla byste tehdy do toho znovu?

Ano, vím, a dokonce máme mít s misskami setkání, moc se na něj těším. Rozhodně bych šla do Miss znovu, nic bych neměnila. Velice mě to formovalo na mé cestě tam, kde právě jsem, a hlavně jsem si splnila dívčí sen. A to je, myslím, v životě velmi důležité – plnit si sny.

Kdybyste nemoderovala – čemu byste se věnovala?

Určitě bych nějakým způsobem pracovala s hlasem, možná jako nějaký kouč nebo pedagog. Také



V PODOLÍ bude zpovídat účastníky charitativní akce, kteří si vyzkoušeli teplotu Vltavy. Foto: ALSA

mě baví psát. Párkrát jsem měla sen o vlastním obchůdku s přírodní kosmetikou a bylinkami, tak uvidíme, zda v pozdějším věku nepůjdu některé z těchto aktivit naproti.

Před šesti lety jste se vdala za slovenského herce a zpěváka Petera Pechu. Svědčí vám česko-slovenské manželství?

Rozhodně ano. Je to obohacující nejen kvůli česko-slovenským kořenům (smích). Můj muž je

velká osobnost, velice inspirativní. Vlastně jsme vedle sebe vyrostli. Jsme spolu 15 let, a to už je pěkně dlouhá doba. Prožili jsme spolu opravdu spoustu jak krásných, tak těžkých situací, a to si člověk vždy uvědomí, že nejdůležitější je mít vedle sebe především parťáka, na kterého se můžete spolehnout a který vždy stojí při vás. Také je pro mě stěžejní humor. Můj muž mě musí umět rozesmát, ve vztahu potřebuju veselí a spontánnost.

INZERCE



LÉTO V LÁZNÍCH VE VELICHOVKÁCH

nemoci nervové / nemoci pohybové

U nás naleznete:

Unikátní přírodní léčivý zdroj
Lázeňské procedury
Příjemné ubytování
Odborně proškolený přátelský kolektiv
Udržovaný lázeňský park

Lázeňská kavárna
Restaurace Dům pod Kaštany
Lázeňské kino
Druhé největší bludiště v ČR
Bohatý doprovodný lázeňský program

www.velichovky.cz | obchod@lazne1897.cz | +420 491 889 888



Lázně Velichovky



lazne_velichovky_1897

Máte v ruce cit? Staňte se králem Vikingů!

■ Letní grilovací sezona je tady, ale nemusíte ji strávit pouze posedáváním u stolu, po jídání opečených buřtů a krkoviček a popíjením oroseného piva. V mezičase, než vám opět vytráví, si trochu protáhněte svaly a zahrajte si venkovní týmovou hru Kubb Original, u které se zaručeně pobavíte.

Martin Dudek

Hra je ideální jak pro týmy, které nemusí mít ani stejný počet hráčů, tak třeba i pro milenecký pár a zvládnou se do ní zapojit děti a senioři. Pravidla Kubbu nejsou příliš náročná, jde především o to mít pevnou ruku a cit pro házení. Takže jak se hraje? Dva hráči (týmy) stojí proti sobě ve vymezeném hracím poli a každý má k dispozici šest házecích kolíků. Snahou je nejdříve srazit protihráčovy Kubby (stojící kolíky) na jeho čáře na zem, a to pouze spodním hodem. Zakázány jsou takzvané vrtule či hody stranou. Poté soupeř nahází sražené Kubby na protihráčovu

polovinu a může začít házet on. Na závěr (po sražení všech Kubbů) je třeba shodit středového krále s červenou hlavou, který je vítěz. Pokud však srazí tým krále před sražením všech Kubbů, znamená to ovšem automatickou prohru.

Základem je trénink

Na první přečtení se tedy pravidla nezdají být nikterak složitá,

ale nenechte se zmást. Herní prvky z kvalitního tvrdého dřeva (kaučukovník) sice mají v trávě, které je pro hru nejvhodnějším povrchem, dobrou stabilitu, ale různé odskoky hozených kolíků mohou výrazně ovlivnit průběh hry, a to například i nechtěným shozením krále. Správné házení je proto potřeba natrénovat. Nedílnou součástí hry je rovněž taktika,

například na který kolík zacílíte jako první atd. Zkrátka se hrou Kubb Original se opravdu dobře pobavíte a určitě se stane pevnou součástí vašich venkovních rodinných sešlostí či kamarádkských mejdanů.

V herním balení Kubbu Original, který prodává eshop.zahradnizabava.cz, najdete samozřejmě pravidla v češtině a v dalších jazycích. Výhodou herního balení je rovněž praktická přepravní taška na přenos a uskladnění všech herních komponentů. To všechno, ale především hodiny dobré zábavy, můžete získat díky naší soutěži.

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 30. června 2025 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz a připište i svoji poštovní adresu. Dvanáct výherců získá po herní sadě hry Kubb Original, o výhře budou vyrozuměni e-mailem.

soutěžní otázka

Jak se hraje přezdíva?

a) Švédské šachy b) Finské Člověče, nezlob se c) Norská vybijená



KUBB Original je stará, údajně vikingská venkovní společenská hra, do které se mohou zapojit i děti. Foto: eshop.zahradnizabava.cz

INZERCE

B•A•R•D•

Rozlučte se s plísni na nohou a nehtech!

Sbohem plísni, sbohem zápachu, sbohem nepříjemnému svědění!

Patentovaná česká biotechnologie
Biodeur - sbohem plísním bez bolesti!
K dostání v každé dobré lékárně a na internetu.

Biodeur

SC-503487/04

VSTUPENKY NA ZÁŘÍ JIŽ V PRODEJI

LIBRETO
EDDIE PERFECT
SCOTT BROWN
ANTHONY KING

BEETLEJUICE
MUZIKÁLOVÁ KOMEDIE

WWW.HDK.CZ

**HUDEBNÍ DIVADLO
KARLÍN**

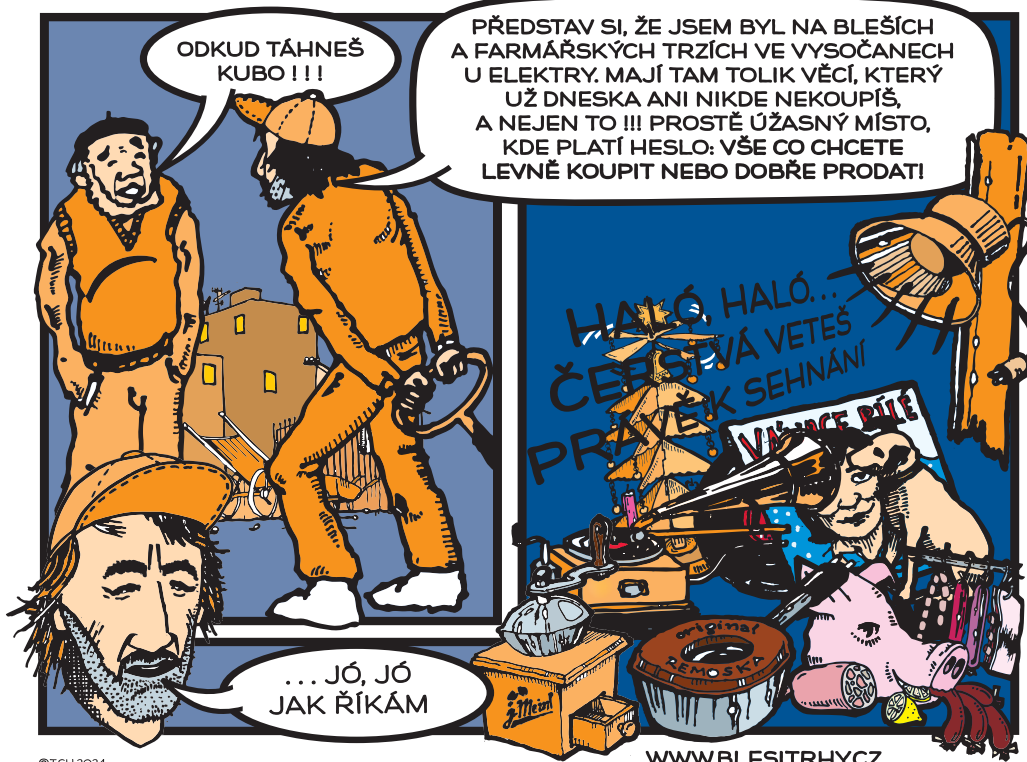
PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

SC-503473/04

NEJNAPÍNAVĚJŠÍ PŘÍBĚH O NAKUPOVÁNÍ A PRODÁVÁNÍ

BLEŠÍ A FARMÁŘSKÉ TRHY U ELEKTRY

BLEŠÍ A FARMÁŘSKÉ TRHY PRAHA, U ELEKTRY 7, 109 00 VYSOČANY - PRAHA 9



©TCH.2024

WWW.BLESITRHY.CZ

**KAŽDOU
SO-NE
6:00 - 14:00**

BLEŠÍ TRHY PRAHA
WWW.BLESITRHY.CZ

NENECHTE SI UJÍT
JIŽ TENTO VÍKEND

ZBOŽÍČKO NEJLEPČÍ!

TAK ZASE PŘÍŠTÍ WEEKEND

SC-503071/22

PPF GENERÁLNÍ PARTNER UVÁDÍ

LETNÍ SHAKESPEAROVSKÉ SLAVNOSTI 25. 6. – 6. 9. 2025

shakespeare.cz

**Premiéra
OTHELLO**

generální partner: PPF

hlavní partneři: HOME CREDIT, CETIN

partneři: HOFFMANN / BÍŽAK, LAUNDYLAND

hlavní mediální partneři: PRÁVO, Frekvence 1, nova

mediální partneři: Novinky.cz, iKlas, vlastas, scena.cz

sponzor události: Správa Pražského hradu

předprodej: ticketmaster

partneři: PPF

režie: Pavel Mára
SC-503388/04

Lentiamo

**50% SLEVA
NA SLUNEČNÍ DIOPTRICKÁ SKLA**

Akce platí v optice Lentiamo a je časově omezená. Sleva se vztahuje na brýlové čočky Essilor při nákupu kompletních brýlí.

Optika Lentiamo
Křemencova 176/6,
110 00 Praha 1

Po - Pá: 10 - 18
+420 608 302 409
kremencova@lentiamo.cz

SC-503436/03

Sochař Václav Fiala: Socha a její okolí patří vždy k sobě!

■ Pod Nuselským mostem se tak trochu před světem ukrývá Umělecká zahrada. Podlouhlý pozemek plný zeleně a různých sochařských artefaktů získal v dubnu novou dominantu – několikametrový Totem, který vytvořil sochař Václav Fiala.

Martin Dudek

Váš barevný Totem je skutečně nepřehlédnutelný. Jak je vysoký, kolik hodin práce jste na něm strávil a z jakého je materiálu? Tyto otázky dostávám pokaždé a domnívám se, že jsou zbytečně zavádějící. V jakém poměru je samotné dílo k času, který mu autor věnuje? Někdo vytvoří úžasný obraz několikařím máchnutím štětce, jiný na dokončení potřebuje měsíce či roky. Nevidím v délce tvoření žádnou záruku, že se dílo podaří. Podobné to je s velikostí. Ono nejde ani tak o to, jak je dílo samo o sobě velké, ale spíš o to, zda je správně velké. Socha ve veřejném prostoru je konfrontována s mnoha faktory: velikostí prostoru, poměrem k okolí, vzdáleností od pozorovatele, horizontem, zelení, tvarem terénu, významnými akcenty, bezpečností atd. Pokud má socha správnou velikost, vnímáme ji jako samozřejmé doplnění prostoru. Socha a její okolí patří vždy k sobě. Pro úzkou Uměleckou zahradu jsem zvolil dva akcenty. Na začátku zahrady uvidíte kašnu, která je osazena mou růžovou kapkou. Na samém konci zahrady, kde se terén zdvíhá, pak stojí socha, kterou jsem nazval Totem. Ta prodlužuje hlavní osu zahrady a je zakončena někde v deseti metrech podobným geometrickým tvarem jako kapka na kašně – slzou.

Totem má většina lidí spojený s indiány. Váš ale na původní obyvatelé Ameriky neodkazuje, nebo snad ano?

On ten název není moc důležitý. Je to pět obecných symbolů, které jsem si vybral a navlékl jako korálky na jakousi špejli. Ernest Thompson Seton, který studoval indiány, někde napsal, že totem se čte odspoda nahoru. To je docela zajímavé, a když někde indiánský totem spatříme, tak nám najednou začne dávat smysl. Můj



INSTALACE u Kongresového centra nazvaná Snímání. Foto: archiv VF

Totem začíná kruhem univerza a končí slzou. Každý si ale může aplikovat vlastní příběh.

Najdeme v Praze ještě jiná vaše sochařská či umělecká díla? Praha mě nějak míjí. Občas tu něco vystavuji, ale žádnou velkou realizaci zde nemám. Momentálně na terasách před Kongresovým centrem, nad Uměleckou zahradou, stojí dvě sochy. Jedna patří do podobné kategorie jako Totem, tedy ocelová a barevná, druhou jsem udělal přímo na místo. Na terasách stojí čtyřmetrový žulový sokl, na kterém stávala socha Radostný den od Jana Hány. Tu po roce devadesát sejmuli a od té doby je sokl prázdný. Opřel jsem o něj tedy mohutný dřevěný žebřík a nazval jsem to Snímání. Většina mých realizací je ale soustředěna do oblasti, kde žiji – do západních Čech. A pak trochu ve vzdáleném zahraničí...

Nejste sice rozený Pražan, ale mají Nusle či jiná pražská část pro vás nějaké kouzlo?

Když jsem se v roce 1980 vrátil ze základní vojenské služby, kde jsem během dvou let udělal ohromnou kariéru a jako jediný jsem odešel do civilu v hodnosti vojín, začal jsem pracovat v Praze. Moje tehdejší ubytování bylo víc než nuzné a vztahovalo se k této části Prahy. Zrovna před odhalením Totemu jsem cestou sem rodině vyprávěl, jakou podobu můj tehdejší život měl, a v autě zavládlo hluboké ticho. Popisoval jsem suterénní vlhký kamrlík, kde jsem spal na matraci, a protože tam nebyla

ve veřejném prostoru v malém městě, to opravdu nebylo nic, co bych toužil dělat. Později se můj pohled začal měnit. Začal jsem potkávat sochařství, které mně komunisti utajili. Žasnul jsem, jaké krásné sochy se po světě dělají a nás tady otravují s topornými panáky v kabátech postavených na žulových soklech.

Někdy v roce 1988, když už se trochu mohlo přes hranice, jsem se ocitl v Itálii. Jezdil jsem stopem, spal v příkopech, hladověl a šetřil na vstupy do muzeí a galerií. V Benátkách okolo Canal Grande, na pozadí těch krásných renesančních paláců, stály neuvěřitelné sochy. Byly zhotovené z traverz, měly imponující rozměry a vykreslovaly proti té benátské nádheře geometrické linie. Zapamatoval jsem si jméno autora Mark di Suvero. Tehdy mě ani náhodou nenapadlo, že jednou budu sám sochy dělat a že s Markem di Suverem budu pít kávu v jeho newyorském ateliéru.

V roce 1992, to mně bylo 37 let, jsem se zajel podívat na nějaké sochařské sympozium pořádané v plzeňské Škodovce v době celozávodní dovolené. Bylo tam pár mých známých, tak jsem je jel navštívit a už jsem tam zůstal. Zcela jsem práci propadl. Udělal jsem tam svou první sochu, která je teď v muzeu ve Würzburgu. Byl jsem tak vtažen do nové činnosti, že jsem za pár dní dal v zaměstnání výpověď a odešel na volnou nohu žít se sochařstvím. Chybělo mi sice vzdělání a chyběly mi technické znalosti, ale už jsem v té době věděl, co chci a co nechci dělat. No a pak začala jízda! Musel jsem ten pozdní nástup nějak dohnat a vlastně to doháním pořád.

Co se stalo v roce 1992, že jste – podle vašeho životopisu na webu – náhle „přesedlal“ na sochařinu? Mě dříve sochařství vůbec nezajímalo. Vlastně mi bylo protivné. To, co jsem mohl vidět okolo sebe



SOCHAŘ Václav Fiala u paty svého Totemu, který je dominantou Umělecké zahrady. Foto: archiv VF

Kuřecí křídla: z opomíjeného kousku masa k vrcholu gastronomie

Dříve se křídla z kuřat v gastronomii téměř nepoužívala, nyní jsou favoritem nejednoho jedlíka díky své šťavnatosti a jednoduché přípravě. Z kultovního pokrmu, jaký známe dnes, se stala legenda téměř náhodou. Vše začalo v roce 1964 v rodinném podniku Anchor Bar ve městě Buffalo ve státě New York. Majitelka Teressa Bellissimo hledala rychlou svačinu pro svého syna a jeho kamarády, kteří dorazili nečekaně. Sáhla po nejlevnější části kuřete – po křídlech. Okořenila je, osmažila a přelila pikantní směsí z másla a pálivé omáčky. A zrodil se hit. (red)

RECEPT: PEČENÁ KUŘECÍ KŘÍDLA

Doba přípravy: 30 minut

Doba pečení: 40 minut

Ingredience:

- 1 kg kuřecích křídlek
- 2 stroužky česneku
- kousek zázvoru
- 1 lžice rajčatového protlaku
- olivový olej
- 3 lžice sojové omáčky
- sůl, pepř



PŘÍPRAVA kuřecích křídlek je snadná a nezabere mnoho času, což z nich dělá ideální volbu pro neformální večeri nebo posezení s přáteli. Foto: SPAK

- česneková omáčka k podávání
- hořčicovo-medová omáčka k podávání
- chipotle omáčka k podávání

Na salát:

- 2 mrkve
- ½ hlávky čínské zeli
- 1 kelimek zakysané smetany
- 3 lžice cukru
- trochu citronové šťávy
- 1 lžice olivového oleje

Postup:

Křídélka dejte do misky. Přidejte protlak, prolisované stroužky česneku, najemno nakrájený zázvor, sójovou omáčku, sůl, pepř a trochu oleje. Vše dobře promíchejte. Křídélka nechte hodinku marinovat. Poté je vyskládejte na plech vyložený pečicím papírem, vložte do trouby předehřáté na 180 °C a pečte asi 40 minut dozlatova. Mezitím připravte salát. Čínské zeli nakrájejte najemno a očistěné mrkve nastrojte nahrubo. Dejte vše do misky, přidejte zakysanou smetanu, citronovou šťávu, olej a cukr. Vše důkladně promíchejte a rukou promněte, aby mrkev i zeli zkréhl. Hotová křídélka podávejte se salátem a chlebem, výběr omáček zvolte dle preferencí stolovníků. **Zdroj: SPAK**

INZERCE

CHCETE TELEVIZNÍ REKLAMU?



efektivní



regionalizovanou



cenově dostupnou

MÁME ŘEŠENÍ

REGIO TV 1

UNIKÁTNÍ SÍŤ 11 NEJSILNĚJŠÍCH
KRAJSKÝCH TELEVIZÍ



11
regionálních televizí



100%
pokrytí v ČR



2 487 250+
diváků týdně

www.primetimedmedia.cz

Primetime Media
Unique Connection

SC-503299/08

Přijďte navštívit značkovou prodejnu

RYOR

v CČM v 1. patře
naproti Sportissimu

Zdarma vám
sestavíme celkovou
péči na míru vaší
pleti a poradíme
vám, jak se o pleť
starat. Vše si
u nás můžete
také vyzkoušet.

**Ryor – pro vaši
spokojenou pleť.**



SC-503299/02



Spa Hotel poskytuje léčebné a wellness pobyty a zároveň nabízí nové a moderní konferenční centrum. Navštivte světoznámé lázně uprostřed panenské přírody, které jsou zapsané na seznamu UNESCO. Vyberte si některý z našich wellness & léčebných balíčků. Vyzkoušejte náš oblíbený program Senior Vital. Rezervaci pobytu můžete udělat přes naše webové stránky v sekci „Speciální nabídky“, kde si zvolíte vybraný balíček nebo lze objednat telefonicky. **Pobyty jsou s 15% slevou.**

spa
hotel děvín
MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

KLASIK SPA

7 dní / 6 nocí | **od 11.580 Kč / osoba***
7 dní / 6 nocí | **od 15.710 Kč / osoba****

Pobyt obsahuje: ubytování v komfortním pokoji Superior s přípitkem, polopenze formou bufetu (nápoje u večere extra), lékařská konzultace, procedury 2x denně (celkem 12 procedur), 2x 1hodinové vstupné do městského bazénu (150 m od hotelu), čajový a kávový set na pokoji, župan, 1x Wi-Fi internetové připojení na pokoji i ve veřejných prostorách hotelu zdarma.

*ve dvoulůžkovém pokoji (při obsazenosti 2 osob) | **v jednolůžkovém pokoji

DĚVÍN DE LUXE

3 dny / 2 noci | **od 4.820 Kč / osoba***
3 dny / 2 noci | **od 6.790 Kč / osoba****

Dopřejte si komfortu a luxusu v moderních pokojích kategorie De Luxe. Pobyt zahrnuje: ubytování v pokoji De Luxe s přípitkem, láhev vína při příjezdu, polopenzi, klasickou celkovou masáž (50 min.), 1x minerální koupel se solí z Mrtvého moře „Lamur“ (20 min.); čajový a kávový set na pokoji, župan, 1x 2-hodinový vstup do bazénu, parkování zdarma po dobu pobytu.

SENIOR VITAL

5 dní / 4 noci | **od 7.350 Kč / osoba***
5 dní / 4 noci | **od 9.490 Kč / osoba****

Je čas na zasloužený odpočinek! Relaxujte v lázních a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Program obsahuje ubytování v komfortním pokoji Superior s přípitkem, polopenzi, perličkovou koupel, parafinový zábal, klasickou částečnou masáž, plynovou obálku, 2x inhalaci, 2x 1-hodinový vstup do městského bazénu, 1x zapůjčení Nordic Walking holí na 2 hod.

VÍCE INFORMACÍ NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: WWW.SPAHOTELDEVIN.CZ | +420 354 470 400 | +420 354 621 692 | info@spahoteldevin.cz



POHŘEBNÍ SLUŽBA ČAKOVICE ZDENĚK VÍTEK

PROVÁDÍ

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

Tel.: 603 861 635, 734 817 113

KANCELÁŘ

Plajnerova 251/8, Praha 9 – Čakovice

tel.: 603 861 635, 734 817 113

e-mail: pscakovice@seznam.cz

www.pscakovice.cz



S vlastní smuteční síní ve Vinoři.

SC-30371/09

řádková inzerce

• !ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!

Vyklízíme sklepy, byty, pozůstatosti, zahrady atd. Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. Volejte 773 484 056"

• KOUPIM DO SBÍRKY STARÉ PIVNÍ LÁHVE

s nápisy, sbírku i jednotlivé kusy. Tel.: 732 170 454

• POSKYTNEME SÍDLO V PRAZE pro SRO,

OSVČ od 149 Kč/měsíc.
www.sidloprofirmupraha.cz,
Tel.: 728 991 247

• Poskytujeme všechny stěhovací

a vyklízecí služby. www.stehovanikr-bec.cz - 727 943 277

• VÝKUP VOZIDEL, pojiždých, nepojiždých a havarovaných, Tel.: 739 665 455

• VÝKUP BYTŮ, chat, chalup, pozemků. Možnost nemovitost nadále užívat. Tel.: 739 665 455

• STĚHOVÁNÍ, vyklizení domů, bytů, sklepů, likvidace odpadu, pozůstatosti, autodoprava. Tel.: 739 665 455, www.top-vyklizeni.cz

• INSTALATÉR/TOPENÁŘ Tomáš Ježek. Opravy, instalace, rozvody, havárie. Tel.: 605 707 393

www.ceskydomov.cz



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 pomozte 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.

Zprávy · Kultura · Zdraví · Rozhovory · Soutěže · Tipy

www.nasepraha.cz

ADLO®

BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE

ZLODĚJI JSOU NÁM UKRADENÍ!

A VÁM TAKY?

- 35 let ADLO = výroba, inovace a dokonalost
- 35 let ADLO = design, flexibilita a originalita
- 35 let ADLO = odborné poradenství a prodej
- 35 let ADLO = certifikovaná odborná montáž

BRNO, Slovákova 11

T: 541 214 903 E: info@adlo.cz W: www.adloakce.cz

PRAHA | BRNO | OSTRAVA | PLZEŇ | HRADEC KRÁLOVÉ | OLOMOUČ



VSTUPNÍ DVEŘE ADLO 4 v 1
BEZPEČNOSTNÍ
PROTIHLUKOVÉ
PROTIPOŽÁRNÍ
TEPELNĚ - IZOLAČNÍ

JARNÍ SLEVY
až 4.000 Kč bez DPH

SC-503426/06

NOVÉ BYTY PRAHA MICHLE

ROHAKUBOTICE.CZ



EVROPA
REALITNÍ KANCELÁŘ

R3
ROHÁK U BOTICE
PRAHA MICHLE



**PARK
MIROTICE**

Město Mikoláše Alše

PARK-MIROTICE.CZ



**NOVÝ DOMOV
ZA DOSTUPNOU
CENU**

SC-503558/01

**REZIDENCE
ČAKOVICE**

**NOVÉ BYTY
V PRODEJI**

**new
Váš nový domov
home**

SEKYRAGROUP

> www.sekyragroup.cz