

Jediny
čtrnáctidenník
v Praze 4



NAŠE PRAHA

4
SEVER

Kamýk • Krč • Michle • Nusle • Podolí • Záběhlice

5. 9. 2025

INZERCE

Zahradní Údržba v Praze a okolí

- Pravidelná seč trávníků
- vertikutace a hnojení
- údržba plotů a keřů
- svařování ocelových obrubníků
- ořez stromů
- odvoz bio odpadu

David Maršík
Tel: +420 774 914 039
www.zahradymarsik.cz

SC-503693/01



**Křesťanská
mateřská školka
Elijáš přijímá
nové děti.**

Více informací včetně
kontaktů:

www.elijas.cz

SC-503639/04

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-503757/24

25 let jsme s Vámi

Martin Svozil: Neexistuje zdravý sport!

Rozhovor na stranách 8 a 9

Vyhrajte vstupenky na slavný muzikál!
strana 10

QR code: nasepraha.cz

Foto: MD

INZERCE



**PALLADIUM
SHOPPING
WEEKEND**

12. – 14. 9. 2025

SLEVY A DÁRKY



NÁMĚSTÍ REPUBLIKY 1, PRAHA 1 | WWW.PALLADIUMPRAHA.CZ

SC-503465/02

star casino
Průhonice

Hvězdný zážitek na D1

U Motelu 568, Průhonice

OTEVŘENO NONSTOP

Více než 120 VLT automatů • Rozloha více než 1 000 m²

Live game • Multisystémový jackpot

www.starcasinopruhonice.cz



star casino

Hrajte s námi online

Stovky výherních automatů na jednom místě!

Bonusy • Freespiny • Jackpoty

Hvězdný bonusový program



www.star-casino.cz



TAK SI MYSLÍM...



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

Máme měsíc do voleb a mediální a sociální hnojomety jedou na plné pecky. Nejsem proto určitě sám, kdo si od všemožného strašení a urážek na cti rád odpočine v kruhu přátel a třeba u podvečerní grilovačky probere jiná než politická témata. Nedávno mne pobavila jedna známá, která pracuje na stavbě mezi samými muži, má na starost bezpečnost práce. Jednou přišla obhlédnout staveniště a zaujal ji pán, který v montérkách postával pod lešením bez helmy a se zájmem sledoval stavbaře. „Okamžitě si běžte pro helmu!“ zvolala na něj. Muž se na ni s vytřeštěným výrazem podíval a pak vyhrkl: „Proč bych to dělal? Já tady hned vedle bydlím!“ A odkráčel ke svému nepříliš vzdálenému domovu... Inu, splést se může každý, právě tak jako kamarád, který již v mírně podroušeném stavu vyhrkl: „Přítelkyně jsem koupil ten drahý šanon!“ Po chvíli ticha, kdy jsme se na něj nechápavě dívali a v duchu dumali, zda je pořádek třeba potřen zlatem, se opravil: „No, ten šanel (Chanel).“ A propuklý smích se smísl s vůní grilovaného masa i červánky a nám všem bylo dobře...

U úřadu Prahy 4 bude bezpečněji

■ Před budovou Úřadu městské části Praha 4 se pro řidiče zlepší parkování. Stavební úprava rovněž pomůže hladšímu průjezdu autobusů MHD ve směru od Ryšánky.

Krč – Nynější parkovací místa před lékárnou se přesunou z pravého do levého jízdního pruhu a řidiči budou vystupovat na chodník na ostrůvku, nikoliv do vozovky. Autobusy nově pojedou přímo do zastávky a nebudou muset kličkovat z jednoho pruhu do druhého. Úpravy se dočkají také přechody pro chodce.

„Naším cílem je bezpečnější a plynulejší doprava. Řidiči už nebudou muset vystupovat do vozovky, ale na chodník, a projíždějící automobily je tak neohrozí. Zároveň nebudou při vystupování případně blokovat jejich průjezd. Pro autobusy MHD změna zase znamená, že přímo vjedou do zastávky před poliklinikou a zastaví těsně u hrany, pro lepší výstup a nástup,“ řekl radní Prahy 4 pro dopravu Jaroslav Míth (ODS).

Dělníci již odstranili jedno ze dvou souběžných zábradlí, které zamezovalo na středním dlážděném ostrůvku průchod chodců. Odstraněním této části tak vznikl



ČÁST zábradlí v ulici Antala Staška již byla odstraněna. Foto: MČ Praha 4

nový chodník, po kterém řidiči bezpečně odejdou od svého vozu.

Bezpečnější budou také dva přechody, a sice ten od lékárny směrem k DBK a druhý na rohu ulic Antala Staška a Na Krčské stráni. U obou vzniknou vytažené obruby z tzv. lega s výplní ze zámkové dlažby, přechody tak budou kratší a pro chodce bezpečnější.

„Zkrácení přechodů nebude mít na plynulost dopravy vliv, neboť již nyní jsou například u přechodu mezi poliklinikou a DBK nainstalovány před zastávkou autobusů MHD zeleno-bílé balisety,“ řekl radní Míth. Přesun parkovacích míst a úprava přechodů pro chodce by měly být hotovy na přelomu září a října. **(Praha 4, red)**

Zacvičte si zdarma jógu

Pankrác – Městská část Praha 4 připravila pro obyvatele bezplatné lekce jógy. Probíhají v parku Na Pankráci do 1. října vždy v pondělí, úterý a ve středu. Přesné místo, kde se v parku cvičí, je označeno vlajkou. V pondělí je lekce (10.00–11.00 hod.) určena pro seniory a fyzic-

ky méně zdatné. V úterý (16.00–17.00 hod.) mohou dorazit rodiny s dětmi a středeční cvičení (18.00–19.00 hod.) je otevřeno pro všechny. Zájemci se nemusí nikde registrovat. Stačí si vzít karimatku a přijít. Jógu vedou zkušené lektorky z Peace Yoga Studia. **(red)**

Zábavný Festival Spořilov

Spořilov – Hudba, dětská vystoupení, soutěže, sportovní aktivity a skákací hrad – to vše nabídne Festival Spořilov 13. září od 13.00 hodin u Balounovy restaurace U Brízy. Připraven je bohatý program pro celé rodiny, včetně promítání a vystoupení kapel. **(red)**

KOMENTÁŘ

Chcete si koupit pěkný cestovní kufr?

Zajímavou příležitost nabízí Letiště Praha v Ruzyni. Každoročně nabízí k prodeji zapomenuté kufry. Cena je 73 korun za kus. Díval jsem se na ně a je to podívaná. Kufry jsou samozřejmě už bez obsahu. Ten nevím, kde draží. I když možná nedraží. Cargo na Ruzyni bylo vždy vykrádáním kufrů pověstné. Také v Praze začala jedna z prvních služeb zabalování kufrů do igelitu. Když jsem to viděl poprvé, kroutil jsem hlavou. Když ale kamarád postrádal na dovolené holicí strojek, pochopili jsme to hned.

Hodinky nedorazily...

Vybírání kufrů bylo oblíbenou kratochvílí zaměstnanců Ruzyně. Měl jsem s jedním takovým dokonce osobní zkušenost. Kdysi na vojně jsem si brigádně přivydělával nakládáním kamionů zbožím. No a při rauch-pauze začal jeden z nakladačů vyprávět, co by se se zbožím dalo všechno dělat. Že prý má leta zkušeností z carga na Ruzyni. Chlubil se svými největšími úlovky. Jako byla sada švýcarských hodinek na nějakou soutěž. „Nedorazily,“ smál se tehdy od ucha k uchu. No, my ostatní jsme se už tolik nesmáli, protože

každý měl nějakého příbuzného, kterému něco na Ruzyni uvízlo. Tak snad už se v Ruzyni tolik nekrade a ty kufry jsou opravdu chyba cestujících, a ne záměr personálu letiště.

Jan Čížek, pražský patriot
jan@cizekjan.cz



KRÁTCE Z PRAHY 4

Beseda o očkování

Podolí – Ústav sociálních služeb Prahy 4 zve všechny seniory a seniorky na přednášku a diskuzi o očkování – zejména proti chřipce – s prof. Romanem Prymulou. Akce se uskuteční ve čtvrtek 18. září od 10.00 hod. v Centru aktivního stáří, Podolská 208/31. Pro účast je nutná rezervace na telefonech 777 478 046 nebo 606 354 133. (red)

U lázní si dejte pozor na dopravní úpravu

Podolí – Obnova vodovodního řadu pod cyklostezkou A2 omezuje dopravu ve směru z centra mezi vjezdem do Žlutých lázní a tramvajovou smyčkou mezi zastávkami Dvorce a Přístaviště. Cyklisté a chodci využívají namísto cyklostezky pro ně vyhrazený pravý jízdní pruh a řidiči jezdí pouze levým. Omezení potrvá do pondělí 22. září. Na podzim pak bude následovat oprava cyklostezky A2 kolem Žlutých lázní a dokončení křižovatky na Dvorecký most ve směru do Modřanské. (red)

Autobus Uličník pomáhá mladistvým

Praha 4 – Po prázdninové pauze se do ulic městské části Praha 4 vrátil autobus Uličník. V něm děti a mládež nacházejí nejen podporu a porozumění, ale i pomoc nebo možnost smysluplného trávení volného času. „Výhodou autobusu Uličník je, že ho můžeme dětem postavit přímo před školu. Navíc nenabízí jen pomoc nebo radu, ale děti si v něm můžou i udelat domácí úkoly,“ uvedla předsedkyně Výboru pro bezpečnost Zastupitelstva MČ Praha 4 Lucie Michková (ODS).

Uličník bude přistaven v pondělí 13.00–18.00 hodin v sudém týdnu u ZŠ Ohradní a v lichém týdnu na Roztylské náměstí.



VSTUP do autobusu Uličník je pro mladé lidi od 13 do 21 let zdarma. Foto: archiv

A ve středu ve stejném časovém rozmezí v sudém týdnu před ZŠ

Poláčkova a v lichém týdnu před ZŠ Jílovská. (Praha 4, red)

Vše, co jste chtěli vědět o zubech

Krč – MČ Praha 4 společně se Stomatologií Budějovická a dalšími partnery pořádá 10. září (9.30–16.00 hod.) preventivní bezplatnou akci s názvem Úsměv, který vydrží – Den ústního zdraví, která se koná pod záštitou místostarosty MČ Praha 4 Jana Hušbauera s podporou radního Prahy 4 Radka Lacka (oba ANO). Akce proběhne ve vestibulu budovy Úřadu MČ Praha 4 (ul. Antala Staška). Od 10.00 hodin je připraven workshop na téma Jak skenery a 3D tisk mění tvář stomatologie. Dále je přichystán program pro školy a rodiče s dětmi s organizací Dětský úsměv a každou hodinu se točí Kolem štěstí o dárkové balíčky. (red)

Tenisový turnaj seniorů

Krč – V areálu Tenisového klubu Konstruktiva se ve čtvrtek 18. září od 9.30 hod. koná každoroční Pohár seniorů Prahy 4 v tenise. Turnaj čtyřher je určen seniorům nad 60 let – samostatně i ve dvojicích. Účast je zdarma, přihlášky lze zaslat e-mailem – saic@tkk.cz nebo odevzdat na místě v den konání. (red)

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)



OHLÉDNUTÍ za letošní letní dovolenou nám poslal Jiří Ch. z Nuslí. „S manželkou jezdíme rádi na kolech, takže jsme se vydali na kratší dovolenou do Řevnic, což je městy asi 40 kilometrů za Prahou. Při projížďkách jsme narazili na tyto železniční závory, které byly zkrášleny nejen přilepenou mávajícím kočíčkem, ale i výstižným nápisem – ty závory jsou totiž dole snad každých 15 minut,“ napsal nám o zážitku z Řevnic náš čtenář. (md)

Festival Podolí představí i nový park

Podolí – V sobotu 7. září se od 13.00 hodin na Nedvědově náměstí uskuteční Festival Podolí s bohatým programem pro veřejnost. Návštěvníci se mohou těšit na taneční a hudební vystoupení, parkurové a breakdance workshop, výstavu o vodárenství i prezentaci koncepční studie Centrum Podolí. Určitě si také nenechají ujít prohlídku nově upraveného prostoru před místní základní školou.

Program: 13.00 h. zahájení a otevření parku Nedvědovo náměstí, 13.15 h. Attitudeball, 13.30 h. slavnostní zahájení výstavy Skrytá místa pražského vodárenství před ZŠ, 14.00 h. Divohlasy, 15.15 h. parkour Street 4 Kids, následný workshop, 15.30 h. představení koncepční studie Centrum Podolí, 16.00 h. Meadow Avenue, 17.30 h. olympijský breakdance, následný workshop, 18.00 h. Sambal, 20.00 h. ukončení. (red)



VSTUP do místní školy díky investici městské části Praha 4 prokoukl. Foto: MD

Rok 2026: zdražení jízdenek MHD i jízdy na letiště

■ Vedení Prahy schválilo úpravy Tarifu Pražské integrované dopravy (PID) s platností od 1. ledna 2026. Ceny běžných jednorázových papírových jízdenek v Praze se zvýší cca o 25–30 %, jízdenky přes mobilní aplikaci PID Lítačka budou dražší cca o 15–20 %. SMS jízdenky budou dražší cca o 30–35 %.

Praha – Hlavní změnou je zvýšení cen jednorázových jízdenek, které budou nově cenově zvýhodněny při nákupu přes mobilní aplikaci PID Lítačka. Základní jízdenka na 30 minut za 30 korun bude nově stát 39 korun jako klasická jízdenka v papírové podobě, 36 korun v mobilní aplikaci a 42 korun jako SMS jízdenka. Dnešní jízdenka na 90 minut, která stojí 40 korun, bude nově stát 50 korun v papírové podobě, 46 korun přes PID Lítačku a 55 korun formou SMS jízdenky. Mírně se zdraží také turistické jízdenky na 24 a 72 hodin. I u těchto jízdenek bude výhodnější si je koupit přes PID Lítačku.

Hlavní změny od 1. ledna 2026:

- Zvýšení cen jízdného v Praze i ve Středočeském kraji: + 30 % u papírových jízdenek, + 20 % u elektronických přes PID Lítačku (ceny předplatných kuponů v Praze se nemění)
- Zdražení pro dojezd do Prahy



OD NOVÉHO roku si v hromadné dopravě připlatíme za jízdenky, vyšší pokuty budou vymáhat i revizoři. Ilustrační foto: archiv

- Zvýšení ceny za přepravu zavazadla nebo psa v PID (papírová jízdenka z 20 na 25 Kč, elektronická na 23 Kč), s tím, že v Praze zůstává přeprava zavazadla a psa bez dalšího doplatku pro jízdní doklady s platností od 24 hodin a delší a pro cestující, kteří mají dle

Tarifu PID nárok na bezplatnou přepravu.

- Rozšíření bezplatné přepravy ve vlacích po Praze pro držitele průkazů ZTP/ZTP-P a pro doprovod dítěte do 3 let
- Sjednocení pravidel ve vlacích s ostatní dopravou PID při prokazování věku pro slevové kategorie
- Zvýšení jízdného na lince Airport Express (AE) z 100 na 200 Kč

- Zvýšení pokut za jízdu bez platného jízdního dokladu na území Prahy:
- 1 200 Kč (na místě) – původně 1 000 korun
- 1 500 Kč (do 15 dnů) – původně 1 000 korun
- 2 000 Kč (ostatní případy) – původně 1 500 korun
- poplatek za zpětné doložení zapomenutého předplatného kuponu zůstává ve výši 50 korun

Další chystané úpravy (od data vyhlášení):

- Zjednodušení prokazování studentských slev (sjednocení platnosti průkazů ISIC vždy do konce kalendářního roku, výhledově odstranění nutnosti dvojího prokazování nároku na slevu a akceptace elektronicky ověřených potvrzení o studiu).
- Umožnění prokazování nároku na slevu průkazem ISIC i dětem a juniorům mezi 6. a 18. rokem, možnost prokazování data narození pomocí bankovní identity. **Zdroj: MHMP**

INZERCE

Podzimní výprava FlixBusem



Do Würzburgu, kde si budete připadat jako doma v Praze

Město, které povstalo jako fénix z popela po katastrofě spojených náletů na sklonku druhé světové války. Rozsah obnovy franské metropole je nevídaný. Bývalé sídlo knížete-biskupa se dokonce dostalo až do seznamu světových památek UNESCO. V působivé barokní rezidenci jako zázrakem nálet přezila největší stropní freska na světě. Dílo představující čtyři svědadily vytvořil na ploše 677 m² benátský malíř Giovanni Battista Tiepolo. Za procházku stojí i navazující palácová zahrada, která dosahuje až k hranicím historického města.

Díky poloze na obou březích Mohanu spojených mostem s barokními sochami Würzburg výrazně připomíná i pražské panoráma – pevnost Marienberg a Kapucínský klášter zde zastupují Hrad a Malou Stranu, zatímco na kostely bohatý pravý břeh a centrum města hrají roli stověžatého Starého Města pražského. Most posetý barokními sochami jen utvrzuje téměř pražský genius loci.

Zajímavá je Mariánská kaple, červenobílý kostel, který obklo-



puje sestava malých obchůdků. V rajske zahradě Dómu svatého Kiliána je k vidění výstava o obnově města po válce a také místní církevní poklad.

Jak se do Würzburgu dostat?

FlixBus nabízí několik linek směřujících do vinařského metropole Franků. Jízdenky pořídíte na www.flixbus.cz

Do Würzburgu vyražte kdykoli – mimořádně krásný je ovšem v době vinobraní a pověstné jsou i zdejší vánoční trhy. Odvézt si

můžete mimo jiné skvělé víno v unikátní baňaté lahvi zvané Beutel. Nákupní třídy Juliuspromenade a Kaiserstrasse vás okouzlí. V centru města fungují turistické informační kanceláře, kde vás vybaví podrobnějšími informacemi.

Zařadíte-li Würzburg do svého cestovatelského seznamu, určitě nebudete litovat. A pokud máte v hledáčku jinou destinaci, koukněte na stránky FlixBusu – mezi tisícovkami možných cílů určitě najdete i ten svůj!

„Nedostatek bytů vyřeší družstevní výstavba,“ říká politik Milan Urban

■ Jako architekt a urbanista se Milan Urban (SPD) Praze věnuje desítky let a ví, že město nelze rozvíjet jen na papíře. Zvláště když mladé rodiny nemají šanci na vlastní bydlení a městské projekty stagnují či se neúměrně protahují.



Stavbu metra D neustále provází nějaké komplikace. Jak se na celou stavbu díváte? Šlo něco udělat již od začátku lépe?

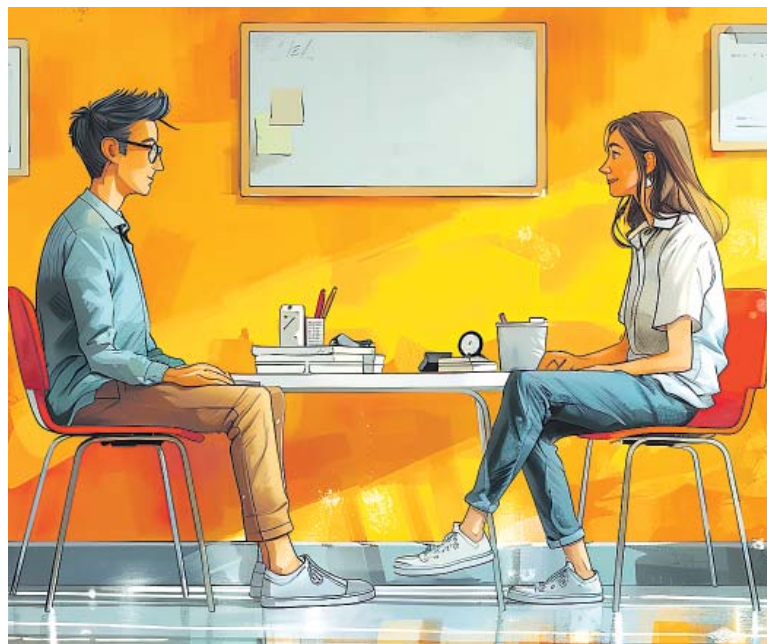
Stavba metra D je důležitá a potřebná, ale její příprava byla bohužel značně předražená. Město nevybralo nejlevnější nabídku, tedy není stále vysoutěženo. Cena 30 miliard je vysoká. Podle mého názoru je velkou zlodějnou také plánovaný automatizovaný provoz bez řidičů metra. Ten má stát 86 miliard. Podle zkušeností z Dubaje je ale taková cena až 10x navýšena oproti zvyklostem. Je třeba to celé znova nastavit. Už se nesmí krást takto ve velkém jako teď.

Mohou stavbu nějak ovlivnit blížící se volby?

V to plně doufám. Lidé by se měli začít zajímat, proč je vše násobně předražené a proč se jim třeba pravidelně zvyšuje jízdné. Naopak, můj plán a SPD je jízdné snižovat. Dopravní podnik má peněz dost, je v něm ale ohromná šedá zóna. Podle zpráv insiderů to může být až 20 % celkového rozpočtu. To jsou ty známé Dozimetry. Když se tyto peníze ušetří, bude i na nové vagony, na vyšší platy řidičů i na nižší jízdné. Hlavně Piráti ale musí jít od válu.

Mnozí si stěžují na pražskou dopravu, podle jiných ale při pohledu do ostatních evropských metropolí jsme na tom ještě dobře. Jaký je váš pohled?

Ano, pražská MHD je díky péči zaměstnanců dopravního podniku opravdu ve velmi dobrém stavu. To jsou srdcaři. Vlivem amatérismu pražského náměstka primátora Hřiba a spol. se ale situace rychle zhoršuje. Zastarává



PŘEDEVŠÍM mladí lidé řeší, kde a za kolik budou bydlet. Ilustrace: Pixabay

dopravní park. Nakoupily se sice nové trolejbusy, ale ani jeden nevyjel, jsou totiž nepojízdné. Nakoupily se vodíkové autobusy, ale opět ani jeden nevyjel. Jsou nepojízdné. Nakoupilo se 14 elektrobusů a zase stejný příběh. Ani jeden nejede. Je to absolutní amatérismus. Prahu to zatím stálo 10 miliard a ty peníze

zjednoduším, zájemce přijde na úřad, v katalogu si vybere byt v družstevním bytovém domě, zaplatí zálohu, a když nebude mít peníze, uzavře úvěr. Do dvou let bude bydlet ve vlastním! Cenu metru bytové plochy zvládneme za 50 000 korun, nesmí se ale krást. Domy a byty stavím jako architekt urbanista



Metr bytové plochy zvládneme postavit za 50 000 korun, nesmí se ale krást

jsou fuč. Chceme provést zásadní reformu. Žádné experimenty, ale osvědčená řešení. Žádné riskování s penězi Pražanů, ale jistota fungování MHD. Viníky necháme potrestat, peníze Praze vrátí i s úroky.

Dalším problémem je stavba nových bytových domů, kvůli stále stoupající ceně bytů na ně většina mladých lidí vůbec nedosáhne. Existuje nějaké řešení, jak problém vyřešit?

Máme okamžité řešení – družstevní výstavbu bytů. Když to

za výhodných podmínek nebo zdarma. Náš cíl je, aby opravdu každý rodilý Čech, který potřebuje bydlet, byt získal. A stát či město to nebude stát ani korunou. A také pomůže ukončení války na Ukrajině, Ukrajinci se vrátí domů a jejich byty se uvolní pro naše obyvatele.

Víte, jak jsme na tom s dostupností vlastního bydlení v rámci celé Evropy?

Patříme mezi nejhůře dostupné země. Podle dat Eurostatu musí česká domácnost vynaložit násobně více ročních příjmů na pořízení bytu než například v Rakousku nebo Německu. To je alarmující. A přitom máme nižší mzdy, horší dostupnost městských bytů a slabou podporu výstavby.

Je dostupné bydlení, jak Praha často slibuje, vůbec reálné?

Reálné je, pokud se změní přístup. Nestačí o dostupném bydlení mluvit – je třeba ho začít stavět. Město má pozemky, má možnosti, ale chybí odvaha. Pokud se nezmění model spolupráce s developery, nezjednoduší se povolená procesy a nezačne se stavět pro lidi, ne pro investory, zůstane to jen v rovině slibů. My víme, jak to změnit.

Funguje podle vás správně systém přidělování městských bytů?

Systém je neprůhledný a často neefektivní. SPD navrhuje obecní byty přidělovat prioritně pro lidi, které potřebuje. Tedy policisty, sestřičky, lékaře, učitele nebo řidiče tramvají. V další fázi by měly být primárně přidělovány potřebným, ale slušným obyvatelům Prahy, kteří platí nájem a chovají se bezproblémově. Nikoliv přistěhovalcům. Pražan musí být na 1. místě. Bohužel, v Praze tomu bylo vinou Pirátů naopak. Zvýhodnění byli drogově závislí, nepřizpůsobiví Romové z celé ČR a jiní problematičtí lidé. Náplavy, jak říkáme v Praze. Výsledek jsou neobyvatelné byty, škody za stovky milionů a počmárané fasády. Vždyť to všichni vidíme, jak se Praha zhoršila. Ale my máme sílu věci změnit! (red)

Markéta Šichtařová: Proč politici nezařídili dostupné bydlení

■ V minulosti jsem se několikrát dozvěděla, že údajně „jen kritizuju, ale nenabízím řešení“. To je hluboký omyl. Když pojmenuju, proč se věci dějí špatně, automaticky z toho plyne, že pro spravení věcí je nutné přestat dělat to, co problém způsobuje.



Pokud tedy například řeknu, že kvůli státní regulaci vznikl problém ten a ten, automaticky tím říkám i řešení: tu kterou regulaci zrušit. Ale chápu, že lidé už jsou natolik zvyklí na nejrůznější typy regulací, že je pro ně řešení „zrušit škodlivou regulaci“ mnohdy těžko pochopitelné. Takže si to ukážeme na konkrétním příkladu.

Jedním z nejcitovanějších problémů posledních let je, že zejména pro mladé lidi je vlastní bydlení nedosažitelnou metou. Politici se předhánějí v proklamacích, jak „to zařídí“ nějakým jednoduchým řešením. Jenomže

je důležité chápat, že toto téma má obrovskou komplexitu. Jakmile se někdo bude dopouštět výroků typu „zajistím rychle bydlení“ – hned víte, že je buď hloupý, nebo populistický.

Tři příčiny

Problém je nutno řešit systémově a začít identifikací toho, jak vzniká: totiž nedostupnost bydlení má tři základní příčiny (a řadu menších).

První příčinou je extrémně složité a zdoluhavé stavební řízení. Druhou příčinou je dlouhodobý tisk nekrytých peněz, který vede k nafukování cenových bublin u různých investičních aktiv, tedy i u bytů. Třetí příčinou jsou rostoucí ESG požadavky na majitele nemovitostí, které jim zvyšují náklady a nutí je zvyšovat nájem. Pro dostupnost bydlení je třeba vyřešit tyto tři hlavní příčiny.

Relativně nejjednodušší je usnadnit stavební řízení. Tady navíc uškodila i poslední Bartošova digitalizace stavebního řízení. Pro řešení postačí

dramaticky zjednodušit stavební zákon a zmenšit možnosti těch, kteří nejsou přímými účastníky řízení, do něj zasahovat.

Složitější, ale stále řešitelné je zamezení tisku nekrytých peněz. Peníze se do oběhu dostávají skrze centrální banku, která ale u nás funguje celkem dobře, a prostřednictvím vlády, která je

další. Tady je nezbytné postavit se ideologickým principům. Prostě odmítnout ohromně složité požadavky Green Dealu na budovy.

Tyto tři okruhy řešení by dramaticky už během půl roku zlepšily dostupnost bydlení. Že můžeme mluvit o půl roce, lze doložit na příkladu zemí, které touto cestou šly, jako například Argentina.



Je nutné odmítnout složité požadavky Green Dealu na budovy

tam hrne skrze deficit veřejných financí. Dokud se budou tisknout tímto způsobem peníze, budou se uměle nafukovat ceny aktiv a bydlení bude dál nedostupné bez ohledu na to, kolik sociálních bytů politici slíbí.

Technicky nejsložitější je zamezit rostoucím požadavkům na majitele nemovitostí, ať už jde o požadavky na vytápění, zateplení, energetické štítky, dané z nemovitostí a jakékoliv

Takto řečeno to zní jednoduše. Také je celkem jednoduché problémy identifikovat a pojmenovat (ale přitom dokonce už i v tom vláda selhává). Ale jak donutíte vládu, aby se přestala zadlužovat? Jak donutíte vládu, aby vypověděla poslušnost požadavkům Green Dealu na bezemisnost budov? Asi jedině tak, že vládu vyměníte.

Ing. Markéta Šichtařová (Svobodní), ekonomka a ředitelka poradenské a investiční společnosti

Petr Lachnit: Fialovo heslo je tak laciné, jako leták v supermarketu

■ Také jste si toho všimli? Premiér Petr Fiala se po skoro čtyřech letech probral a začal myslet na nás. Vždyť najednou „teď jde o Česko“. O co a o koho šlo předtím, si každý z nás může doplnit dle libovůle. Předpokládám, že ve vašich odpovědích se objeví následující: prosazování zájmů vlády spřízněných korporací, cizích vlád, nejrůznějších zelených lobbistů v Bruselu. A co občan?



Dojemná starost šéfa členů vládní garnitury o naše životy se jeví absurdní především poté, co jejich nekompetenci (a bohužel v některých případech i záměrem) se domácnostem i firmám bezprecedentně zdražily energie, olbřímí inflace znehodnotila úspory všech zhruba o třetinu,

reálné průměrné mzdy klesly za čtyři roky o osm procent (o tolik si můžete koupit méně), bydlení se stalo luxusní komoditou pro horních deset tisíc, zadlužení státu vzrostlo o bilion korun (takzvaná pravice). Takřka „zločinné“ osekání valorizací důchodů netřeba připomínat. Vždyť přece svoboda a prosperita.

Fialova parta je tak v rétorice dnešních dní laciná jako akční leták v supermarketu. Sice jsme vám všechno zdražili, ale věřte nám, nyní je to skutečně doopravdy výhodné. Klamou nás od rána do noci s nevyřčeným falešným sloganem: teď si nás vyberte znovu a sleva vás nemine. Jenže ta minulá fakt nebyla zadarmo. Pokud jste si někdy v akci koupili výrobek, který se i přes nízkou cenu ukázal jako

nepoužitelný, proč byste ho kupovali opět?

Platy jako v Německu...

Uskupení Spolu před několika dny představilo „program“, jehož obsahem je pelmel nejrůznějších nekonkrétních floskulí. Nedivím se. Příkladem budiž téma daní, které kdysi bývalo hlavním tahákem především ODS. Po zkušnostech ve stylu slibem nezarmoutíš se v nabídce voličům objevila pouze tato jednoznačně kategorická větička: „zásadní změny daní maximálně jednou za volební období“. Vzpomínám si, že když se za socialismu zdražovalo, soudruzi přišli s prohlášením, že došlo k úpravě cen. Problém ale byl, že vždy směrem vzhůru. Chytrá horákyňe i teď bledne závistí. Příslib,

že „ochráníme domácnosti a podnikatele před růstem cen energií“, netřeba komentovat.

Při zkoumání „programu“ Spolu jsem překvapivě nenašel žádnou zmínku o fialovém slibu, že za další čtyři roky budeme mít platy jako v Německu. V podstatě jde o přiznání velkohubého plácnutí do vody, které se jaksí nesmí připomínat. My to ale dělejme. Musíte totiž věřit jim, ne vlastní penězence či vlastním očím. A také jejich mediálním slouhům, kteří vás o tom přesvědčují každým dnem s leitmotivem – co si stěžujete, vždyť se máte dobře! Často se setkávám s názorem, že Česko snese všechno. Pojďme přispět k tomu, aby to neplatilo. Tato země a její občané si to zaslouží.

JUDr. Petr Lachnit (ANO), 1. místopředseda MČ Praha 5

Martin Svozil: Neexistuje zdravý sport!

■ Za více než 50 let svého života prožil Martin Svozil pestrý život a vystřídal mnoho povolání. Byl umělecký kovářem, výkupčím ve sběrných surovinách nebo kamnářem, aby nakonec skončil na 22 let ve speciálních silách, z toho 15 let v Útvaru rychlého nasazení (URNA). Všechny svoje životní zkušenosti nakonec transformoval do práce trenéra fitness, výživového poradce a učitele jógy.

Martin Dudek

Říkáte si metodik komplexního rozvoje. Co se pod tímto pojmem skrývá?

Za více než 20 let služby v armádě i policii jsem se naučil mnoho o těle, myslí, vytrvalosti, odolnosti, ovládání strachu a dalších důležitých oblastech našich životů, jako je plánování, motivace a cílevědomost. Mým cílem proto není být specialistou v nějakém oboru, ale poskytovat klientům komplexní služby, které povedou k jedinému cíli – k rovnováze jejich těla, a to po fyzické i mentální stránce.

Byl to vždy váš sen pomáhat druhým najít rovnováhu?

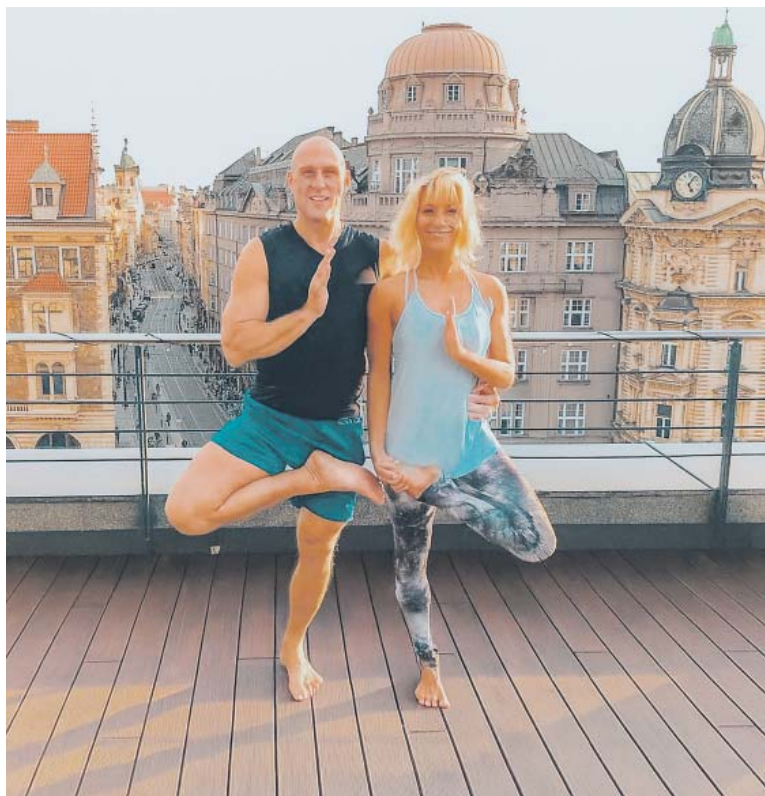
Ten základní impuls, který mi změnil od základu život, bylo setkání s mou budoucí manželkou Petrou Daňhelovou, majitelkou Studia Hotyoga42. Ta mě v podstatě nasměrovala tímto směrem, sám bych se asi neodhodlal. Když jsem ještě sloužil u útvaru, jóga byla v podstatě sprosté slovo, takže proč bych se jí měl věnovat? Ale pak jsem poznal její sílu. Hot jóga je totiž pro tvrdé lidi, kteří si chtějí zvýšit odolnost a pracovat s ní dál. Přijďte si ji k nám vyzkoušet, informace najdete na www.hotyoga42.cz.

Pro mnohé je ale hot jóga pouhé cvičení pro éterické bytosti...

Ať k nám přijdou ti, kteří to tvrdí. Vysvětlím jim, že ego musí nechat venku, protože cvičíme v teple, a rychle dostanou do těla. Hot jóga je ideální pro lidi, kteří dlouho sedí, stojí nebo se věnují jednostrannému sportu. Například golfisté a tenisté si jejím prostřednictvím mohou prodloužit kariéru či dlouhověkost. Naše existence totiž není o tom, zda budeme žít dlouho, to už dnes chemie umí zařídit, ale jak kvalitně. Osobně mne děsí představa být třeba 15 let v zombii stavu.

Co proti tomu udělat?

Stačí třeba přijmout myšlenku, že tělo není zařízení na zpracování stravy. Když začnete studovat dech, zjistíte, že 90 % energie si tělo vyrábí z kyslíku a jen zbyteček z toho, co sníte. Jídlo je důležité pro rekonstrukci



MARTIN SVOZIL se svou manželkou Petrou nedají dopustit na jógu. Foto: archiv MS

těla, ale ne tolik, jakou důležitost jsme mu dali. Dech je věc, která je zadarmo, nadechnete se denně více než 20 000× a řešíte 3–4× denně jídlo? Když se věnujete průmyslově zpracovaným

Tráví desítky hodin týdně se zavřenými chodidly ve škatulích, kterým říkáme brusle. Odráží se od železa a chodidlo skoro nepracuje. Jenže tělo se staví podle toho, jak se postaví chodidlo. Do-



Přijde mi, že právě prožíváme konec civilizace...

potravinám, vrátíte si kousek zdraví. A pokud se zabýváte i tím, co pijete, protože tělo je složeno z 80 % z vody, tak si také prodloužíte život.

Zmínili jste golfisty a tenisty, kteří se věnují jednostrannému sportu. Existuje vůbec nějaký zdraví prospěšný sport?

Neexistuje, pokud se přehání intenzita! Fotbal – to je ohromný průšvih, levá kyčel – pravé koleno, na jejich bolesti trpí téměř všichni. Většina fotbalistů se totiž opírá o levou nohu a pravou pracuje. Volejbalisté mají v háji ramena a hokejisté? Škoda slov.

kud jsou hokejisté „nařachaní“ a cvičí, následky necítí. Jenže později přijdou bolesti zad, kyčlí a kolen. Důvod? Chodidla mají tak zdevastovaná, že se na ně nemohou pořádně postavit, a tělo jim to dá „sežrat“.

A co třeba dnes protěžovaná cyklistika?

Když někdo řekne, že stráví dvě hodiny na kole, tak je prostě blázen. Možná mu to přináší dobré emoce, ale dlouhodobě zdraví ne. Důvod? Když jedete několik hodin na kole a neslezete a neprotáhnete si svaly, které celou dobu stagnovaly, tak jste

si právě vybudoval problém, protože jste si zesílil jen jednu linii svalů. Ale tělo, jak neustále opakuji, pracuje v harmonii, ne s největšími svaly. Stereotypní pohyb je jedna z největších metel tohoto století. My si práci osedíme nebo odstojíme a pak si zvolíme sporty, které vyžadují jednostranný pohyb.

Takže skutečně neexistuje zdravý sport? Ani chůze?

Pohyb je potřeba kombinovat. Dělejte si sporty, které vás baví, ale přidejte i něco, jako je jóga a pilates. Chůze vůbec není špatná, motivuji k ní i svoji matku, ale také ji motivuji k plavání a k návštěvě Sokola, kde se hýbou komplexněji. Mám totiž teorii, že staří lidé jsou zvyklí opírat nohy jen do určitého úhlu. Jejich pády ve vyšším věku pak nezpůsobuje sama chůze, ale když třeba zakopnou o koberec, noha se ohne více, než je dotýčný zvyklý, nepodří ho a následuje pád.

Jakou radu máte pro obězní osoby?

Nikdy se nemůže říci, že nadváha je zdravá, ale když ji kompenzuji tím, že se dostatečně pohybuji a moje tělo je v rovnováze, tak v podstatě mírná nadváha nevadí. Četl jsem studie, kdy zátěž na kardiovaskulární systém, mozek či kapiláry v prstech je minimální u člověka s pravidelným pohybem, zatímco u štíhlých lidí, kteří se nehýbou, je zátěž obrovská. Takže pohyb, pohyb!

A co stravování?

Osobně bych doporučoval nejíst vícekrát než 3× denně. Já mám většinou jen dvě jídla – oběd a večeři. Já už to tak ani nenazývám, protože se neřídím podle toho, zda mám hlad, ale podle režimu těla, kterému se přizpůsobuji. Pokud jsem spal správně, moje energie bude narůstat později než třeba těch 30 minut po probuzení, kdy většina lidí už do sebe něco strká. Energie pak jde zbytečně dolů, protože organismus musí jídlo zpracovat. A nezapomínejme také, že jeden z pilířů dlouhověkosti je střídmost. Někdo drží režim 16 hodin bez jídla či jednou za čas půst, což není špatná metoda. Je zajímavé, že když tělo naučíte,

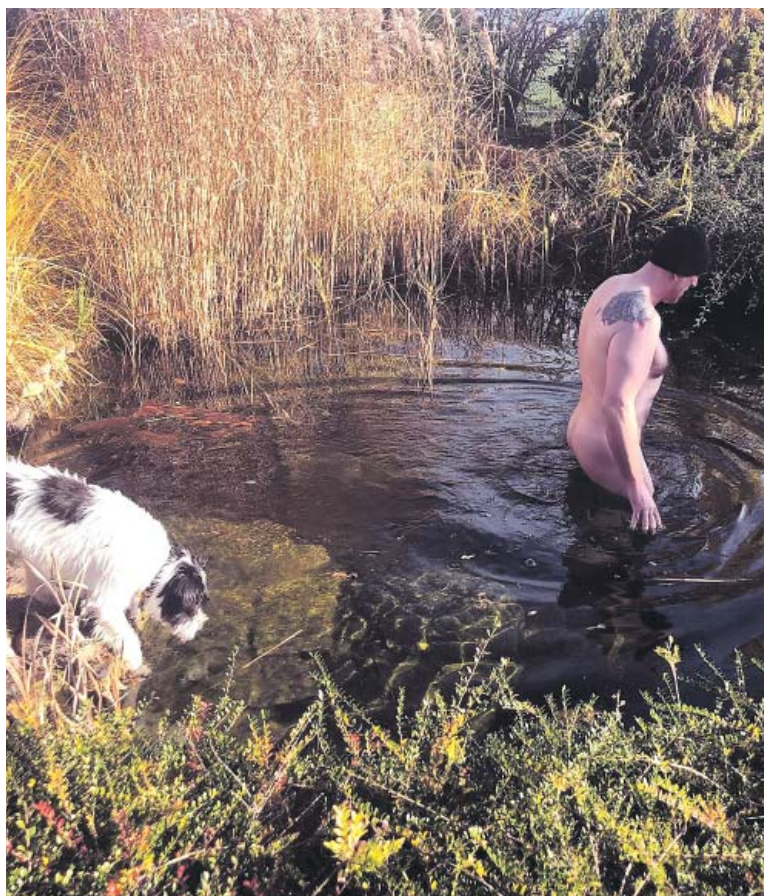
že nejde o setrvalý stav, tak neobtěžuje hormonálními bouřemi a energii si v pohodě udržíte.

Hodně lidí si stěžuje na nekvalitní spánek. Někde jsem četl, že to pak má vliv i na hmotnost a samozřejmě na psychiku...

Důležité je nejíst těsně před spaním, protože je to pro mozek ekonomický průšvih. On musí vyřešit zpracování jídla v žaludku, játra jsou také zoufalá, protože bez toho, že máte večer větší výdej energie, zbytek stravy uloží jako tuk, to jste mohl přes den sportovat jako das... A alkohol udělá to samé, co jídlo před spaním – rozboří spánek. Pokud v něm nedojdete do poslední spánkové fáze, mozek se nevyčistí. Probudíte se pak utahaný, což je přece nelogické. A s tím potom samozřejmě souvisí negativní psychické stavy.

Pokud tedy chci, aby moje životní energie rostla, musím dobře spát, dýchat, nepřejídat se a pohybovat se. Pak bude moje tělo v rovnováze. Přesto – neexistují v tomto ohledu nějaké rozdíly mezi mužem a ženou?

Ženy jsou úžasná stvoření, která jako jediná dokážou stvořit život. Dávat rovnítko mezi ženy a muži je nefér, protože muži



I OTUŽOVÁNÍ patří ke zdravému způsobu života metodika komplexního rozvoje. Foto: archiv MS

dítě neporodí, ale zato jsou vybaveni hormony, které jim umožní vybudovat svalovou sílu a mají ženy ochraňovat. Někde jsem četl, že konec civilizace nastává s druhem dekadence, který je odpojen od toho, co přináší tradiční hodnoty, tradiční rodina. Pijde mi, že to právě nyní prožíváme. Přestáváme tvrdit, že rodina je základ státu a existence a že rodina je muž a žena. Poslední olympiáda byla zvrhlost a velkou popularitu má MMA, kde jeden druhého mlátí do hlavy, i když bezmocně leží na zemi. A to nemluví o tom, jaké genetické dopady na stovky generací po nás bude mít umělé oplodnění. Vůbec nevíme, co jsme otevřeli za Pandorinu skříňku. Některé studie totiž tvrdí, že buňka má svoje vědomí, že evoluce nebyla náhodná. Buňka tušila, že k prosperitě potřebuje toho či onoho partnera. My jsme tento proces ovlivnili tím, že jsme ženám dali antikoncepci, tudíž si nevybírají přesně podle chemie, kterou před antikoncepcí používaly, ale podle chemické receptury, kterou jsme jejich rozhodování změnili. Pak jsme začali dělat děti i přesto, že příroda řekla – tato je mít nebude. A příroda přece není idiot...

INZERCE

KODL – TRADICE OD ROKU 1885

PŘIJÍMÁME OBRAZY DO PŘÍŠTÍCH AUKCÍ

VÁCLAV ŠPÁLA: NA OTAVĚ • olej na plátně, 1929, 73 x 100 cm • vývolávací cena: 4 500 000 Kč, dosažená cena: 16 080 000 Kč

SC 50369/001

Národní 7, Praha 1
Tel. +420 602 117 440
www.galeriekodl.cz

Vyhrajte vstupenky na slavný muzikál

■ Cesta muzikálu Divotvorný hrnec na česká jeviště byla dílem náhody a trochy štěstí. Po premiéře původní verze muzikálu Finian's Rainbow v 1947 na Broadwayi pozvali skladatel Burton Lane a textař Edgar Y. Harburg na jednu z repríz své přátele Jiřího Voskovce a Jana Wericha, kteří v té době pobývali v Americe v exilu.

Lidskost a humor příběhu spolu s působivou hudbou je zaujali natolik, že po návratu do osvobozeného Československa ho jako první přenesli do Evropy. Voskovec s Werichem jasně vnímali podobnost inscenace s poetikou jejich prvorepublikového Osvobozeného divadla, a tak jako vůbec první na světě přenesli muzikálový námět z Ameriky na starý kontinent, který před válkou na svých jevištních mapách malovali a vtipně popisovali jako uselou, avšak rozmanitou dárnu Evropu. V jejich podání se z Irů stali Češi se vším všudy



a ze skřítky „čtveráka“ pravý tuzemský vodník, který dostal jméno Čochtan (tuto hlavní postavu si Jan Werich vytvořil sám pro sebe). Tak vznikl Divotvorný hrnec – nový muzikál, který měl premiéru 6. března 1948 a stal se divadelní senzací.

Domov máme jen jeden

Divotvorný hrnec V+W připomíná svou laskavostí a jemným humorem nejen odvěké přání po vítězství dobra nad zlem, ale především podtrhává naléhavý pocit, že domov máme jen jeden. A jak může člověku být, když ho má až tam, „tam za tou duhou“. Na prknech Divadla Hybernia bude mít muzikál premiéru 27. září.

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 20. září 2025 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz. Deset výherců získá po dvou vstupenkách na muzikál, o výhře budou informováni e-mailem.

soutěžní otázka

Kdo hraje roli Josefa Maršálka?

a) P. Rychlý b) I. Trojan c) O. Hes

INZERCE



CRYSTALEX

BOHEMIA CRYSTAL

Půl století příběhů
ukrytých ve skle.

Crystalex Flagship Store
Masaryčka House
Na Florenci 2139/4
Praha 1
+420 720 839 298
shop.prague@crystalex.cz



crystalex.cz

SC-503866/01

Dueta



Kamýk

Život
v rovnováze



trigema

dueta.trigema.cz

Osvěžte se italskou klasikou Těstoviny s pancettou a červeným vínem

Italové tvrdí, že těstoviny nejsou jen jídlo, ale rituál, při kterém se snoubí kvalita surovin, jedno-
duchost a pečlivý postup. První zmínky o italských těstovinách pocházejí už ze 13. století, vznikly už ale pravděpodobně dříve. Dnes existuje několik stovek druhů těstovin. V kombinaci s červeným vínem vzniká neza-
měnitelná chuť – víno zvýrazní sladkost rajčat a dodá omáčce hloubku, kterou ocení každý gurmán. Následující recept pro-
pojuje křupavou pancettu a vý-
raznou vůni čerstvého tymiánu. Pancetta je italská kořeněná slanina, která se vyrábí z bůčku. Je nedílnou součástí tradičních italských receptů, například slavné carbonary, kde tvoří zá-
klad chuti, a je vyhledávaná pro svou všestrannost i ve studené kuchyni – dává se například do sendvičů nebo na antipasti (před-
krmy). Díky dlouhému zrání má pancetta bohatou chuť, ale zachová si jemnou texturu a není tak uzená jako některé jiné slaniny. V pokrmech zvyšuje pancetta jejich tučnost a sytost, a proto se k ní hodí červené víno. Hustý

protlak s vysokým podílem rajčat dodá těstovinám příjemnou vůni a sladkou chuť. **Zdroj: SPAK**

RECEPT: TĚSTOVINY S PANCETTOU A ČERVENÝM VÍNEM

Doba přípravy: 30 minut
Ingredience na 4 porce:
– 500 g penne

- 200 g pancetty
- 2 stroužky česneku
- 1 cibule
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 150 ml červeného vína (ideálně suchého)
- Sůl, pepř
- Čerstvý tymián
- Olivový olej
- Parmazán k podávání



Foto: SPAK

Postup:

Těstoviny uvařte podle návodu. Cibuli nakrájejte najemno a stroužky česneku nakrájejte na plátky. Pancettu nasekejte nadrobno. V pánvi roze-
hřejte trochu oleje a krátce osmažte cibuli. Přidejte pancettu a opečte vše dozlatova. Vmíchejte protlak a ores-
tujte. Vmíchejte bylinky, přidejte česnek a přilejte víno. Směs nechte krátce probublávat. Poté přidejte do pánve těstoviny a vše dobře promíchejte. Podávejte s nastrouhaným parmazánem.

Osvědčené tipy šéfkuchařů pro dokonalé těstoviny:

- Voda na těstoviny musí být opravdu slaná. Italové říkají, že voda na těstoviny má chutnat „jako moře“. Používejte dostatek soli, chuť těstovin bude výraznější.
- Spojte těstoviny s omáčkou přímo v pánvi. Vždy přidejte uvařené těstoviny přímo do pánve s omáčkou a společně krátce prohřejte. Vzájemné propojení chutí je klíčem k autentickému italskému zážitku.

INZERCE

výkup železa,
barevných kovů

CAJDAŠROT.CZ

Tel.: 602 437 598
www.cajdašrot.cz

- železo 4,50–6 Kč
- měď 130–187 Kč
- mosaz 113–130 Kč
- Cu kabely 57–103 Kč
- nerez 22 Kč
- hliník 34–50 Kč
- el. motory od 16–22 Kč/kg
- počítačové základní desky a elektro součástky od 60 do 5 100 Kč
- další počítačové komponenty po domluvě vysoké ceny

ZDE
nás najdete
Po-pá 7-18 hod.,
So-ne 8-17 hod.



**NOVÝ
CENÍK**

VYSOKÉ CENY !!!

PROVOZOVNY:

- ZLATNÍKY - HODKOVICE, ULICE BŘEŽANSKÁ
- V NERATOVIČÍCH, ULICE MLÁDEŽNICKÁ (naproti vlakovému nádraží)

NOVÁ PROVOZOVNA:

- LIBOCHOVICE, ULICE HAVLÍČKOVA
- ZÁBĚHLICE, ULICE CHODOVSKÁ

U Stavoservisu 527/1, Praha 10 - Malešice
výjezd z Průmyslové ul. naproti Fashion Aréně



Kouzelný svět, kde platíte jen jednou a zábava nemá konce!

Zářivé barvy, hudba, smích a světla, kam se podíváte, tak vypadá odpoledne ve světelném parku Wonderland, který letos opět rozzáří pražské Letňany. Otevírá už 26. září a je to nejlepší odměna pro děti za první školní týdny, tip na rodinný výlet nebo jen pohodové odpoledne.

Jedna vstupenka, nekonečná zábava

Všechny atrakce jsou v ceně vstupného. Kolotoče, vláčky, autíčka, virtuální realita, herní stan i světelná show – vše je zdarma už v ceně základní vstupenky. Rodiče si tak mohou oddechnout: peněženku vytahují jen jednou a děti si užijí zábavu bez omezení.

Dobrodružství pro malé i velké

Nejmenší návštěvníky zaujmou světelné sochy, herní stezka s úkoly nebo dětské kolotoče. Teenageři se zabaví na horské dráze, bláznivé lavici, autodromu nebo ve virtuální realitě, která je součástí velkého herního stanu.

Zábava za každého počasí

Park je připraven i na výkyvy počasí. K dispozici jsou temperované stany, kde se návštěvníci schovají před deštěm, zahřejí se a občerství. Ve stanech probíhají tvořivé workshopy, malování na obličej nebo balónkování.



Světelné instalace jsou inspirovány známými dětskými filmy

Veselí maskoti baví děti i dospělé

Wonderland je místo, kde si rodiny užívají společný čas. Park o víkendech ožívá průvody pohádkových postav, nechybějí veselí maskoti a hudba. Na každém kroku vznikají krásné společné fotografie a vzpomínky.

- Otevřeno denně od 15 do 21 hodin
- Vstupné od 360 Kč – zahrnuje všechny atrakce, hry i světelné instalace
- www.wonderlandpraha.cz



Pomoc s plísní nohou a nehtů z pohodlí domova

- přírodní řešení na plíseň nohou a nehtů
- patentovaná česká technologie
- jednoduché použití



B·A·R·D

K dostání v každé dobré lékárně a na internetu.

SC-50348708



KUPTÉ SI VSTUPENKY DO HUDEBNÍHO DIVADLA KARLÍN UŽ TEĎ

AŤ SE MÁTE NA CO TĚŠIT

HUDEBNÍ
DIVADLO
KARLÍN

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

SC-50341305

Kde stojí alej roku 2025?

ČR – Zapojit se do aktuálního ročníku soutěže Alej roku je snadné. Nechte se okouzlit krajinou a pořídte jednu až tři fotografie oblíbené aleje. Pak už stačí navštívit stránky www.alejroku.cz, doplnit souřadnice místa a krátký text popisující alej nebo váš osobní příběh, který se k ní váže. První fotografie, kterou do systému nahrajete,

automaticky postupuje také do fotosoutěže. Patronky a patroni ankety následně vyberou tři nejlepší fotografie, jejichž autorky a autory odmění nezisková organizace Arnika. Nominovat alej nebo stromořadí lze až do středy 29. října. Po ukončení nominací bude následovat hlasování veřejnosti, které rozhodne o vítězi pro rok 2025. (red)

INZERCE



Prozkoumejte unikátní technickou památku!

Od září do listopadu nabízíme komentované prohlídky vodárenské věže v Michli.

Rezervace ↓
openhousepraha.cz

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

SC-503697/01

řádková inzerce

- **! ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!** Vyklízíme sklepy, byty, pozůstalosti, zahrady atd. Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. Volejte 773 484 056
- **POSKYTNEME SÍDLO V PRAZE** pro SRO, OSVČ od 149 Kč/měsíc, www.sidloprofimupraha.cz, Tel.: 728 991 247
- **Broušení dřevěných podlah** a parket, renovace, nové dřevěné podlahy, dubová prkna a parkety. Tel.: 604 262 222, www.americkyolej.cz
- **KOUPÍM DO SBÍRKY STARÉ PIVNÍ LÁHVE** s nápisy, sbírku i jednotlivé kusy. Tel.: 732 170 454

HousePro.cz 800 888 802 Volejte zdarma!

Mytí a nátěry fasád Čištění a nátěry střech

NOVINKA !!!
FASÁDNÍ BARVA SHIELD
NA NÁTĚR FASÁD POSKYTUJEME
ZÁRUKU AŽ 15LET PROTI
NOVOTVORBĚ ŘAS A PLÍSNÍ

HousePro SHIELD
ZÁRUKA 15LET*

CENOVÁ KALKULACE ZDARMA
BEZ LEŠENÍ Z PRACOVNÍCH PLOŠIN

SC-503271/11

COBRA DOJANG PRAGUE

PŘIJĎ MEZI NÁS!

**OLYMPIJSKÉ TAEKWONDO
NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ**

Přijďte k nám do oddílu kdykoliv v průběhu září a vyzkoušejte si s námi trénink pod vedením zkušených trenérů.

Začínáme v pondělí 8. září 2025!

**Veškeré informace vám na tel. 604 232 823 podá
Ing. Bohuslav Hybrant, MBA, držitel 6. DANu, trenér I. třídy,
prezident Českého svazu taekwondo
a hlavní trenér SK COBRA DOJANG PRAGUE.**

**Cvičíme v ZŠ PÍSNICKÁ, Písnická 760/11, Praha 4 – Kamýk
Nábor probíhá v průběhu září každé PO, ST 17.30 – 19.00**

**SK COBRA DOJANG PRAGUE
www.cobra-taekwondo.cz**

SC-503512/02

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-503299/12



ZDRAVÝ ÚSMĚV BEZ BOLESTI!

ZÁŘIVÝ BÍLÝ ÚSMĚV

Šetrná metoda bělení PURE WHITENING Vám udrží Vaše zuby zářivě bílé velmi dlouho.

DOKONALÝ 3D RENTGEN

Rentgenologické 3D vyšetření CBCT, které dokonale zhodnotí Váš chrup při nízké dávce záření.

PRVOTŘÍDNÍ IMPLANTÁTY

Nabízíme prvotřídní implantáty Straumann a Oktagon.

ŠETRNÁ ANALGOSEDACE

Ošetření při kterém nebudete vnímat bolest, psychické ani fyzické strádání. Při komplikovaných, náročných zákrocích.

NOVÝ ZUB ZA 3 HODINY

Nové zuby na počkání díky špičkové 3D technologii CEREC

BEZBOLESTNÁ DENTÁLNÍ HYGIENA

Technologie AIR FLOW MASTER navrátí Vaším zubům bělost, čistotu a lesk a zamezí tvorbě bakterií. I pro velmi citlivé zuby!

CELOKERAMICKÉ FAZETY

Tenké keramické plátky na zuby pro přirozený vzhled chrupu.

www.alfadent.cz

+420 774 444 902



POTRAVINY A DROGERIE - KUSOVÝ PRODEJ BEZ REGISTRACE - V NABÍDCE PŘES 15.000 POLOŽEK

RATIO

S.R.O.

CASH & CARRY

NEJLEVNĚJŠÍ OBCHOD ŠIROKO DALEKO!



AREÁL VELKOTRŽNICE, PRAHA 5 - LIPENCE, K RADOTÍNŮ 492
PROVOZNÍ DOBA: PO - PÁ 6.00 - 16.30, SO 6.30 - 13.00
TEL.: 296 828 306-311 - e-mail: INFO@RATIO.CZ



OD 1. 9. DO 30. 9. 2025

NEBO DO VYPRODÁNÍ ZÁSOB
FOTO JE POUZE ILUSTRAČNÍ, ZA CHYBY VZNIKLÉ V TISKU NERUČÍME

OBJEVTE BOHATOU
CHUŤ A VYHRAJTE

Lindt
EXCELLENCE



HLAVNÍ CENA
100 000 Kč
DENNÍ VÝHRA
5x dárková sada čokolády

Kupte jakoukoliv čokoládu Lindt EXCELLENCE,
zaregistrujte svou účtenku na www.lindt.cz/soutez
a zúčastněte se soutěže!
Doba trvání soutěže: 27. 8. – 30. 9. 2025.



29,90
včetně DPH

TOFFIFEE
125g



19,90
včetně DPH

ZMRZLINA HÄAGEN-DAZS
více druhů, 80ml



16,50
včetně DPH

MÁJKA
120g



26,90
včetně DPH

COCA-COLA,
FANTA, SPRITE
1,5l



349,90
včetně DPH

APEROL
1l



24,90
včetně DPH

PILSNER URQUELL
500ml
prodej po obchodním balení



449,00
včetně DPH

ARIEL KAPSLE
mountain, color, 70ks

AREÁL VELKOTRŽNICE, PRAHA 5 - LIPENCE, K RADOTÍNŮ 492 - PO - PÁ 6.00 - 16.30, SO 6.30 - 13.00
e-mail: INFO@RATIO.CZ OBJEDNAVKY@RATIO.CZ rozvoz tel : 296 828 230 UVEDENÉ CENY PLATÍ VČETNĚ DPH

WWW.RATIO.CZ

SC-503131/22