

Jediny
čtrnáctideník
v Praze 6



NAŠE PRAHA 6

Dejvice • Břevnov • Bubeneč • Střešovice • Vokovice • Veleslavín

20. 3. 2026

SUPER STŘEDY

Každá poslední středa
v měsíci je výherní.



Stovky dávků
za 500 000 Kč.

NÁKUPNÍ PASÁŽ

Více informací na www.borislavka.cz

B

Bořislavka

SC-50-009/01

Provedeme vás regulačním peklem



CHRENEK
TOMAN
KOTRBA



Slepá
spravedlnost

Najdete nás na



Jedlíný
čtrnáctidenník
v Praze 6



NAŠE PRAHA

6

Dejvice • Břevnov • Bubeneč • Střešovice • Vokovice • Veleslavín

20. 3. 2026

**Pražské panelákové
rekordy:
kde stojí Titanik
a dvojčata?**



Více na straně 6

**Prahu brázdí speciální
„Duševní tramvaj“.
Pomůže vám.**



Více na straně 7

27
let jsme
s Vámi

**Zpěvačka
Vikavikoos:
Můj smích mě
prozrazuje!**

Rozhovor na stranách 8 a 9



nasepraha.cz

Zdroj: Daria Dorofejeva

**Vyhraďte rodinné
vstupenky
do Zoo Praha**
str. 10

INZERCE

**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-503927/67



**Byl mužem
i ženou.
Teď před
tranzicí
varuje.**

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-50403/02

TAK SI MYSLÍM...


Šéfredaktor:

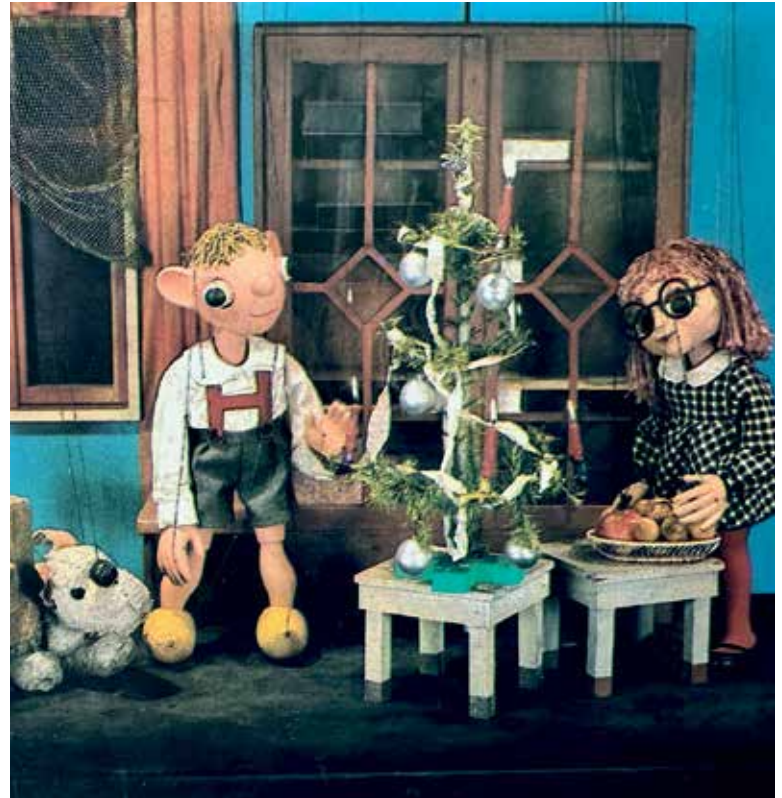
 Martin Dudek
 tel.: 774 820 075
 martin.dudek@-
 ceskydomov.cz

Milióny očí budou ve čtvrtek 26. března sledovat domácí utkání naší fotbalové reprezentace proti Irsku. Ve vršovickém Edenu půjde o hodně – o naději na postup na letošní mistrovství světa. Dál půjde pouze vítěz, který však nebude mít ještě zajištěnou účast mezi fotbalovou smetánkou. Vstupenku mezi ni získá teprve po zdolání dalšího protivníka v baráži – buď Dánska, nebo Severní Makedonie. Ale to předbílám, nejprve musíme udat houževnaté Iry. Spojení „houževnatí Irové“ je z mého pohledu už poněkud profláklé, ale posuďte sami – Irové hrají poslední zápas kvalifikační skupiny v Maďarsku, kterému stačí k postupu do baráže remíza. Domáci vedou v poločase 2:1, takže pohoda. Jenže Irové se nevzdávají, deset minut před koncem vyrovnávají a v předposlední minutě nastavení zápasu střílí vítěznou branku... Naše fotbalisty tedy nečeká lehký duel a osobně tipuji, že se zápas bude rozhodovat v prodloužení či v nervy drásajících penaltách. Ale věřím, že si po zápase všichni užijeme – už rovněž značně profláklé – kdo neskáče, není Čech, takže hop, hop, hop!

Hurvajs, Spejlb a Mánička jsou zpátky doma

Dejvice – 326 dní. Přesně tak dlouho bylo uzavřeno Divadlo Spejbla a Hurvínka z důvodu plánované rekonstrukce a výstavby nové zkušebny. Nyní jsou však již všechny stavební práce ukončeny a divadlo opět vítá své diváky na staré známé adrese v Dejvické ulici. Divácký komfort zlepšila výmalba hlavního sálu, a hlavně kompletní obměna všech 281 sedadel. Foyer se pyšní novou podlahou, výmalbou a na stěnách všechny malé i velké návštěvníky vítají celoplošné tisky známých postav celé loutkové rodinky.

Divadlo už má za sebou první úspěšnou premiéru inscenace Mánička a bubácci pro nejmenší diváky od dvou let. Naplno běží přípravy další novinky, která bude uvedena přímo v den Hurvínkových 100. narozenin v sobotu 2. května – Kabaret Hurvajz v režii Hany Mikoláškové. Do prázdnin divadlo ještě stihne uvést premiéru pohádky Hurvínkův pohádkový expres v režii Jana Suši. (red)



OBLÍBENÉ postavičky se v 70. letech dostaly i na pohlednici. Foto: archiv

Bude 30. březen prohlášen za Den české vlajky?

Dejvice – Zavedení nového významného dne by podle premiéra Andreje Babiše (ANO), který tento návrh předložil Poslanecké sněmovně, mělo posílit hrdost příslušnosti k českému národu. Datum je zvoleno v souvislosti s tím, že 30. března 1920 byla oficiálně uzákoněna československá vlajka. „Andrej Babiš zdůvod-

nil doplnění významných dnů tím, že státní vlajka je základním symbolem Česka a vyjadřuje jeho nezávislost a svrchovanost. Tradičně frustrovaná opozice se ale vymezovala opačně a označila doplnění tohoto dne za pro Česko zbytečné,“ uvedl Petr Soukal (ANO), zastupitel MČ Praha 6, a dodal, že předlohu zákona

nyní dostanou k posouzení senátoři. Bez ohledu na výsledek legislativního procesu si členové a sympatizanti oblastní organizace ANO Praha 6 chtějí připomenout 30. březen 1920 jako Den české vlajky, a to 30. března od 15.00 h. na Vítězném náměstí. Pro děti je připraveno malování a výtěžek z akce podpoří psí útulek. (red)

KOMENTÁŘ

Musíme kvůli sprejerům založit občanské hlídky?

Tak si u nás ve Strašnicích otevřeli nový krámk. Vydržel sotva týden a počmárali jim ho. Já nevím, kdo to dělá. Za rok 2025 chytli strážníci celkem 39 sprejerů. Pět z nich bylo mladších 15 let a v devíti případech se jednalo o cizince, tolik policejní svodky.

Když se projdete po Praze 10, v některých částech to vypadá jako někde v Bronxu. Nebývalo tomu tak vždy. Ještě zhruba před 10 lety jsme o sprejerech skoro nevěděli. Škody jsou nyní ročně zhruba 50 milionů korun. To je dost. Dost na to, aby se tímto nešvarem začala hlouběji zabývat policie. Ne pouze řešení

důsledků. Ale i příčin. Rozbít ta centra. Policie to umí, když chce. Tohle je na politicích, aby si dupli.

Anonymní čmáral je pitomec

Řeknu příklad z mého okolí. Pán si udělal v ulici hezku novou stěnu. Celou bílou. Vydržela přesně týden. Počmárali ji. On nelenil a zase si ji natřel. Opět vydržela týden. Sousedí začali hlídkovat. Přemaloval ji potřetí. Teď už to drží. Proboha, kam jsme se to dostali, že musíme držet občanské hlídky? Abychom uchránili svůj majetek čistý? Nebo rezignovat a nechat domy počmárané? A kdo je

vůbec ten, kdo tohle dělá? Jaký je jeho morální profil, když jde a zničí práci někoho jiného. Svého souseda. Co se mu v tu chvíli honí hlavou? Může takový člověk běhat po svobodě a ničít? Neměl by se léčit? Jak může společnost takovým lidem pomoci z jejich závislosti ubližovat jiným?

Úhrada škody je minimum, vězení asi maximum. Předně bychom ale ve školách měli vysvětlit našim dětem, že kdo anonymně čmárá na domy svých sousedů, je srab a pitomec! A s takovými se nebavíme.

Jan Čížek, pražský patriot
jan@czekjan.cz



Oprava dráhy na letišti opět odkloní letadla

■ V pondělí 30. března bude zahájena druhá etapa uzavírky hlavní dráhy 06/24, která potrvá 4,5 měsíce. Stejně jako v loňském roce dojde v okolí hlavní dráhy k nutným stavebním a technologickým pracím, které mají za cíl udržet dráhu ve standardech požadovaných předpisy a zvýšit provozní bezpečnost a spolehlivost.

Praha – Veškerý provoz letadel bude po dobu uzavírky hlavní dráhy převeden na vedlejší dráhu 12/30, která svými příletovými a odletovými směry vede letadla nad hustě osídlenými částmi Prahy a Středočeského kraje, Letiště Praha do výstavby paralelní dráhy však nemá jinou možnost. Uzavírku využije také společnost Pražská plynárenská, Ředitelství silnic a dálnic a Řízení letového provozu ČR.

Uzavírka hlavní dráhy se dotkne i části letní sezony. „Po dobu nezbytně nutnou budeme pro veškerý letecký provoz využívat vedlejší dráhu. I v letošním roce se koná uzavírka během jarních a letních měsíců, protože

vedlejší dráha není vybavena pro vzlety a přistání za snížené viditelnosti. Právě z toho důvodu provádíme opravy v měsících, kdy je na základě dlouhodobých statistik výskyt mlh nejnižší. Omlouváme se občanům, kterých se tato situace dotkne, ale dokud nebude v provozu paralelní dráha, nemáme jinou možnost než převést veškerý provoz na vedlejší dráhu,“ říká Eva Krejčí, ředitelka Komunikace a marketingu Letiště Praha, a dodává: „Se zástupci okolních lokalit, kterých se uzavírka hlavní dráhy dotkne, jsme v úzkém kontaktu, a i v letošním roce poskytneme těmto obcím finanční dar.“ (LET, red)



V PRŮBĚHU uzavírky hlavní dráhy budou přílety plánovány převážně směrem na Prahu, vzlety pak směrem na Kladno. Ilustrační foto: Letiště Praha

OČIMA POLITIKA

■ **Petr Soukal: Jak motivovat lidi, aby si v Praze 6 zřídili trvalý pobyt?**



Aktuální politická reprezentace Praha 6 ví, že oficiální počet obyvatel neodpovídá realitě. Přesto se problém trvalých pobytů řeší spíše rétoricky než skutečně. Městská část zajišťuje služby pro tisíce a možná desetitisíce lidí, kteří zde nemají trvalý pobyt, a přichází tak o významné prostředky z nastaveného systému.

Místo jasné strategie převažuje opatrnost. Obava z nepopulárních kroků je silnější než snaha problém řešit. Nejsou tady výzvy k dobrovolné změně trvalého pobytu a jiná opatření mají velmi omezený dopad. Bez systematického přístupu zůstávají

spíše symbolickým gestem než reálným nástrojem změny.

Úřad městské části Praha 6 tak spravuje městskou část v podmínkách, které neodpovídají skutečnosti. Nedostatečný počet oficiálně registrovaných obyvatel komplikuje jakékoliv rozhodování. Městská část plánuje kapacity podle oficiálních dat, která neodpovídají realitě.

Politická debata se vede, ale odpovědnost se odkládá. Každý rok bez řešení znamená méně prostředků, větší tlak na služby a prohlubující se rozdíl mezi realitou a ochotou ji řešit.

**Petr Soukal (ANO),
zastupitel MČ Praha 6**

Nenápadný mladík nechutně slovně obtěžoval

Bubeneč – S ošklivým zážitkem se na sociální síti svěřila jedna z obyvatelk Roosveltovy ulice. „Chtěla bych se s vámi podělit o velmi nepříjemnou zkušenost a zároveň upozornit na muže, který se kolem půl dvanácté večer pohyboval v Roosveltově ulici. Dotyčný mě obtěžoval a přibližoval se ke mně velmi blízko. Poté co jsem otvírala vchodové dveře, za mnou vyletěl zpoza rohu a běžel za mnou, opět se přiblížil velmi blízko a nechutně slovně obtěžoval. Jakmile jsem otevřela dveře, v momentě se do nich narval a snažil se dostat dovnitř. Naštěstí se mi podařilo dveře zabouchnout a on ještě dál na dveře třískal a křičel, ať otevřu. Muž měl podle mého odhadu kolem 30-40 let a od pohledu nevypadal nebezpečně.“ Takže především dámy a dívky, dávejte si v nočních hodinách při návratu domů pozor... (red)

Trh na kulaťáku se probudil ze zimního spánku

Dejvice – Již 17. sezona Trhů na kulaťáku odstartovala a návštěvníci se na čerstvé suroviny a řemeslné výrobky mohou těšit každou sobotu až do 19. prosince. Nabídka zahrnuje široký sortiment sezonních produktů nejen od českých farmářů a prvovýrobců, a to včetně čerstvé zeleniny, ovoce, pečiva, masa či mléčných výrobků. Kromě nákupu potravin s transparentním původem si lidé mohou užít rozmanité pokrmy z celého světa, dobrou kávu a příjemnou atmosféru s živou hudbou. Při-

praveny jsou i velké doprovodné akce, které doplňují běžný provoz. V sobotu 6. června proběhne unikátní mezinárodní street food festival Festival ambasad Food & Culture, kde jednotlivé země prezentují své tradiční pokrmy a kulturu prostřednictvím svých diplomatických zastoupení. Na podzim, konkrétně 12. září, se pak uskuteční Festival malých pivovarů, který představí desítky minipivovarů z celé České republiky a nabídne širokou škálu pivních speciálů. (red)

Pražské panelákové rekordy: kde stojí Titanik a dvojčata?

■ Když se řekne Praha, každý si představí především historické centrum a památky. Patří k ní ale neodmyslitelně i sídliště s panelovými domy, v nichž jen v Praze žije až 40 % obyvatel a v ČR je to více než tři miliony obyvatel.

Mirja Červenková

Bydlet na adrese Zelenohorská 496-513 není jen tak, tento 12podlažní panelák z roku 1975 s 18 vchody a více než 600 byty má délku úctyhodných 340 metrů a žije v něm nejméně 1500 lidí. Už jen projít se třeba desetkrát po celé délce megadomu sem a tam znamená, že máte zdravotníky doporučený denní limit chůze splněný. Délka objektu je ale náročná pro rozvody vody a topení, bylo proto při výstavbě potřeba pohlídat, aby voda do všech míst dotekla.

Pro své rozměry je dům místními nazýván Titanik, ale určitě nehrozí, že by se někdy potopil, už proto, že sídliště Bohnice, kde se nachází, se rozkládá moudře na kopci. Dům je stavěný v jedné linii bez přerušení. Projekt arch. Václava Havránka pochází ze 70. let a byl původně určen pro státní zaměstnance. Po rekonstrukci mu zateplený barevný „kabát“ sluší.

Nejvyšší v Praze i v Česku

Tak jako Hradčanům vévodí Hrad, Jižnímu Městu dominuje od roku 1980 Ubytovna Kupa u stanice metra Háje. Říká se jí také „pražská dvojčata“, díky originálnímu architektonickému pojetí, kdy jsou dvě věže spojeny unikátním průchozím můstkem. Vyšší věž vybavená velkými hodinami sahá do 23. a nižší do 19. patra. Je



PRAŽSKÁ DVOJČATA určitě nepřehlédnete.



BOHNICKÝ PANELÁK je místními přezdíván Titanik. Foto: 3x Mirja Červenková

to nejvyšší panelová stavba v ČR, a pokud navštívíte restauraci v proskleném 22. patře, nabídně vám z výšky 81 metrů skutečně parádní výhled. Mimochodem, název Kupa vznikl díky původní představě kolektivu architektů postavit objekt kupovitého tvaru, ale nakonec z finančně nákladného projektu sešlo.

A kdo v Kupě bydlel? Do roku 1990 sloužila podnikovi Stavby silnic a železnic jako ubytovna pro stavitele Jižního Města, pak přešla pod ministerstvo financí, chvíli v ní měl sídlo Ústřední automotoklub, byl tu i hotel,

dnes je vlastním ministerstvo vnitra poskytující ubytování především policistům a hasičům.

Nejstarší pražský experimentální

V Dáblicích, v ulici U Prefsy 25, stojí nejstarší pražský experimentální bytový panelový dům z roku 1953, kam se obyvatelé 12 bytů 3+1 nastěhovali o dva roky později. Arch. Miloslav Wimmer, autor projektu založeného na použití skeletopanelů stavebnicovým způsobem, v něm pak také bydlel a mohl si tak kvalitu osobně vyzkoušet.

Stavba pokusného domu měla ovšem namále, statici pokládali odolnost konstrukce za labilní, vzápětí ale odborný posudek obavy vyvrátil. Úplně ideální bydlení to prý ale nebylo, jak píše Petr Ryska v Praha neznámá III, zejména do okrajových bytů

zatekalo, zato voda z kohoutku byla vzácná. Kvůli nízkému tlaku se občas nedostala až nahoru do 3. patra, takže sprchování v suterénu bylo „sázkou na jistotu“, pralo se v noci a do zásoby se plnila vana... Také slyšitelnost od sousedů činila problémy, ale to je bolest i paneláků ze 70. let.

Na tom dáblickém je zajímavá sedlová střecha, ozdobná římsa i barevná omítka, která na některých syrově pojatých pozdějších šedivých panelácích dodnes chybí (stále existují domy bez zateplení s viditelnými čtverci stavebního modulu). V bytech byly podlahy z parket a kazetové stropy, fasáda měla tehdy ale budovatelský háv, dnes je laděná do teplých barev a dům vypadá po rekonstrukci pěkně. Zbylé panely ze stavby byly tehdy použity při stavbě dáblické hvězdárny.



NEJSTARŠÍ PRAŽSKÝ experimentální bytový panelový dům najdete v Dáblicích.

Prahu brázdí speciální „Duševní tramvaj“. Pomůže vám

■ Hlavní město poslalo do provozu takzvanou „Duševní tramvaj“, která je součástí pokračující kampaně nazvané Pomoc je na dosah. Jejím cílem je podpora duševního zdraví a snaha povzbudit obyvatele metropole, aby se nebáli říct si o pomoc.

Praha – „Každý z nás, kdo nastoupí do tramvaje, si s sebou nese svůj vlastní příběh. Někdo jede vyčerpaný z práce, jiný se stará o dítě, které prochází náročným obdobím, někdo může prožívat poporodní depresi, panické ataky nebo vyhoření. A třeba vedle nás sedí senior, který se po ztrátě partnera cítí osamělý a neví, na koho se obrátit. Bolavé duše většinou nejsou na první pohled vidět, ale zaslouží si stejnou péči jako naše fyzické zdraví,“ uvedla náměstkyně primátora hl. m. Prahy pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví Alexandra Udženija (ODS) a dodala: „Právě proto jsme chtěli, aby tato tramvaj lidem ukázala, že v Praze existuje skutečná a dostupná síť pomoci – pro děti, rodiče, seniory a každého, kdo se ocitl v těžké životní situaci nebo prochází obdobím, kdy už toho nese víc, než dokáže sám zvládnout. Prostě pokud cítíte, že toho na vás je příliš, řekněte si o pomoc. Podívejte se na uvedené kontakty, zavolejte,



TRAMVAJ jezdí jako linka 17 ze zastávky Výstaviště směrem do centra, dále na Sídliště Modřany a zpět. Foto: MHMP

napište. Pomoc je na dosah a je v pořádku si o ni říct.“ „Duševní tramvaj“ je laděná do bílé barvy s červeným nápisem „Duše-v-ní“ a doplňují ji citáty, které připomínají, jak důležité je nebýt na obtížě sám a nebát se vyhledat odbornou pomoc, například „mám číslo, kam můžu kdykoliv zavolat“ nebo „je dobré

nebýt na to sám“. Cestující v ní v následujících týdnech najdou vizuální kampaně, informace k tématu i městským organizacím Zahradka pro duši a Centrum sociálních služeb Praha – a také přehled ověřených kontaktů, kde mohou jednoduše, bezpečně a bez obav získat podporu v oblasti duševního zdraví. (MHMP, red)

Na Ukrajině jezdí i pražské vozy MHD

Praha/Ukrajina – Česká města ve spolupráci se svými dopravními podniky, které jsou členy Sdružení dopravních podniků ČR (SDP ČR), včetně Bratislavy, od roku 2022 aktivně pomáhají ukrajinským partnerům darováním vyřazených, ale plně provozuschopných vozidel městské hromadné dopravy. Od začátku ruské agrese proti Ukrajině tak z českých měst a Bratislavy odjelo celkem 216 vozidel MHD – autobusů, trolejbusů i tramvají. Vozidla poskytují jednotlivá města jako jejich vlastníci, zatímco dopravní podniky zajišťují jejich technickou přípravu, administrativu i samotné předání. Největší objem pomoci poskytla Praha (Dopravní podnik hl. m. Prahy), která od roku 2022 darovala ukrajinským městům celkem 76 vozidel. Jen letos bylo městu Černivci předáno 15 autobusů SOR NB 12, dalších pět autobusů stejného typu převzal dopravní podnik ve městě Sumy. Praha v předchozích letech darovala také tramvaje, kloubové i standardní autobusy či trolejové vozy městům jako Charkov, Mykolajiv, Buča, Chmelnyckyj nebo Bilohorodka. (red, SDP)

Pražští lvi znají svoje soupeře

Praha – Prague Lions, jediný český zástupce v European Football Alliance, evropské lize amerického fotbalu, zná soupeře i rozpis zápasů. Letošní sezona se odehraje ve formátu 10 zápasů pro každý tým, přičemž všechny kluby se utkají systémem dvoukolové každý s každým. Poté následuje play-off. Základní část začíná v polovině května a pražský zástupce se představí 16. 5. na hřišti dánského Nordic Storm. Další zápasy českých lvů (přesné datum bude určeno později), domácí zápasy se odehrají na stadionu Viktorie Žižkov: Paris Musketeers vs. Prague Lions (23.–24. května), Prague Lions vs. Nordic Storm (6.–7. června), Munich Ravens vs. Prague Lions (13.–14. června),



Míč pro americký fotbal váží necelý půlkilogram. Foto: PL

Frankfurt Galaxy vs. Prague Lions (20.–21. června), Raiders Tirol vs. Prague Lions (27.–28. června), Prague Lions vs. Paris Musketeers (11.–12. července), Prague Lions vs. Munich Ravens (18.–19. července), Prague Lions vs. Raiders Tirol (1.–2. srpna), Prague Lions vs. Frankfurt Galaxy (8.–9. srpna). (red)

Podpořte během městskou část

Čimice – V neděli 29. března v 10.00 hodin bude odstartován u altánku v lesoparku Čimický háj závod běžeckého seriálu Běh METROPOLE – MČ Praha 8 (XIV. ročník). V běžeckém seriálu nejde pouze o výsledky jednotlivců v daném závodě, ať již v absolutním, či věkovém pořadí, ale účastníci zde sbírají body i do celkového seriálového hodnocení pro svoji městskou část, kde žijí. Každý závodník svým startem přináší svoji městské části bod. Na bězce a běžkyně v devíti věkových kategoriích čeká 6 km dlouhá trasa na přírodním povrchu lesoparku. Pro nejlepší jsou připraveny hodnotné ceny, pro všechny tombola. Více informací na <https://behmetro-pole.cz/kalendar-zavodu>. (P8, red)

Vydejte se do podzemí prozkoumat protipovodňovou ochranu

Praha – Pražské vodovody a kanalizace (PVK) se opět připojí k oslavám Světového dne vody, který připadá na 22. března. Tentokrát připravily přednášku historika Kryštofa Drnka o vodohospodářských projektech, které byly smělými plány, ale nikdy se neuskutečnily, a zpřístupní unikátní prostor protipovodňové ochrany Karlína. Počet míst na obě akce je však omezený, a tak je nutná registrace na www.pvk.cz. Nejprve proběhne přednáška Praha žíznivá, ve které PhDr. Kryštof Drnek, PhD., promluví o pražských vodohospodářských projektech,

kteřé se nikdy nerealizovaly. Akce je naplánována na sobotu 21. března od 10.00 h. ve Vršovické vodárně v Braníku, Vltavanů 229. Délka cca 90 min., kapacita 40 míst. V neděli 22. března a v pondělí 23. března (vždy od 8.00 do 17.00 h.) se uskuteční komentované prohlídky protipovodňové ochrany v Karlíně. Vstup do objektu bude z ulice Breitfeldova – místo bude označeno vlajkami PVK. Délka prohlídky cca 60 min., kapacita 20 míst na každou z 10 prohlídek. Nejnižší věk účastníků je 15 let (při vstupu se bude kontrolovat občanský průkaz). (PVK, red)

Zpěvačka Vikavikoos: Můj smích mě

■ Narodila se v Kazachstánu, ale už deset let žije v naší zemi. Má umělecké jméno Vikavikoos, tvoří v češtině, míchá pop se soulem a r&b a na konci března se tuzemským posluchačům představí debutovým albem.

Martin Dudek

V 15 letech jste přiletěla do Prahy bez znalosti češtiny i angličtiny. Kdybyste se mohla vrátit v čase a dát té mladé dívce, co právě vystoupila z letadla z naší metropole, jednu jedinou radu, co by to bylo? Neboj se snít. Vše, co sis kdy vysnila, a ještě víc, se ti v životě splní.

Hudba se často označuje za univerzální jazyk. Pomohla vám právě ona v prvních měsících překonat jazykovou bariéru a najít si v Česku přátele?

Odpovědí možná někoho zklamou, ale nejsem taková ta umělkyň, co všechno romantizuje. Když jsem zvládla přijímačky na konzervatoř, tak se mi teprve formoval hudební vkus, a většímu muzikantů, kteří v té době mezi děckama ve škole frčeli, jsem neznala. Myslím si, že cestu k lidem a oni ke mně jsme našli díky tomu, jak moc otevřená jsem tomu byla. Chtěla jsem být hlavně vidět a slyšet (smích). Můj smích, to bylo moje rozpoznávací znamení. Všichni ve škole věděli, kdo je Viki Mišenko.

V čem se nejmíc lišila vaše původní představa o životě v Evropě od reality, kterou jste v Praze našla?

Upřímně? Já jsem si to tenkrát nijak nepředstavovala. Jediné, na co jsem se v té době těšila, bylo, že se osamostatním a budu hrozně dospělá a hustá oproti mým kamarádům. Realita byla ale taková, že už po prvním týdnu v Praze jsem volala s brekem mámě, aby mi koupila letenku zpátky do Kazachstánu. Dospělý život se ukázal mnohem těžší, než jsem si myslela.

Co vám z domova chybí nejvíce – kromě rodiny? Je to nějaké konkrétní jídlo, vůně nebo třeba specifický druh kazašské pohostinnosti?

Těžká otázka, už tam nežiji téměř 10 let a čtyři roky jsem Kazachstán nenavštívila. Chybí mi naše západy slunce. Jsou tam nejhezčí!

Dnes jste neodmyslitelnou součástí Letné. Co vás na této čtvrti tak fascinuje, že jste si ji vybrala za svůj domov?

Letná pro mě dlouho znamenala něco jako „až budu velká, chci bydlet na Letné“. Připadalo mi to jako něco víc,



JEJÍ NOVÁ deska zahrnuje nejen taneční písně. Foto: Daria Dorofeeva

než třeba bydlet na Palmovce. Po prvním rozchodu se mi úplně náhodou poštěstila

mě nejčastěji potkáte v Matildě nebo Moe, večer je to rozhodně Večernice!

Na mojí nové desce je zlomené srdce v plné kráse a s řádky, které jsem nazpívala s brekem

možnost bydlení v Korunovačce za super peníze. Už tam jsem šestým rokem.

Máte na Letné nějaké „tajné“ místo nebo oblíbený podnik, kde vás lidé mohou potkat, jak třeba skládáte nové texty?

Tajná místa asi úplně nemám, ale když nejsem zrovna v práci, tak

Jak moc se atmosféra pražských ulic a komunitní život na Sedmičce promítají do vaší tvorby?

Řekla bych, že to je jedna z nejhlavnějších linek mojí tvorby! Třeba singl „Negroni“ je přímou inspirací mojí práce v baru Cobra – dva lidé se potkali v oblíbeném podniku a seznamují se.

Cítíte se dnes už více jako „holka z Letné“, nebo je ve vás pořád kus té kazašské nátury, která se v krizových situacích dere na povrch? Cítím se jako holka, která k Letné neuvěřitelně patří. Žila jsem v několika částech Prahy, ale Sedmička je prostě jako teplá peřinka, ve které chcete být pořád. Ale samozřejmě velká část mého já stále patří Kazachstánu a místům, kde jsem vyrůstala. Vzpomínám na to s tou nejhezčí nostalgií a vděkem, že se právě tam odehrálo moje dětství.

Na konci března vydáváte nové album. Jaký je jeho hlavní příběh nebo emoce, kterou chcete posluchačům předat?

Hlavní myšlenkou mojí tvorby je, že bych chtěla, aby mojí hudbě i textům rozuměl každý. Neznámá to nutně, že ji každý musí mít rád, to vůbec. Ale aby když to člověk uslyší, tak si řekl: „Aha, tak tohle fakt chápu.“ Takže album Zpověď je o tom, aby lidé rozuměli mým prožitkům a třeba se v nich – byť maličko – také našli. Deska je různorodá, zkoušela jsem zcela nové směry a zvuk, než na co jsem doposud u vlastní hudby byla zvyklá. Vlastně hned několik lidí, kterým jsem desku pouštěla, mi nezávazně na sobě řeklo, že by je vůbec nenapadlo, že se vydám touto cestou. Takže si ji poslechněte, je tam všechno.

Singl „Padám“ naznačuje tanečnější směr. Je to cesta, kterou se bude ubírat celá deska, nebo se dočkáme i melancholických poloh?

Jak už jsem naznačila v předchozí odpovědi, deska je všechno. Je v ní zlomené srdce v plné kráse a s řádky, které jsem nazpívala s brekem, protože to jinak nešlo. Také se tam objevuje vztek, ale zároveň vášeň i pohyb. Je to moje linie života bez přikrášení, nahoru – dolů, jak zpívám v jedné písni.

Píšete si texty v češtině? Pokud ano, co je pro vás nejtěžší v ní vyjádřit oproti vaší rodné řeči?

Píšu jenom v češtině! Dříve jsem zkoušela tvořit i v angličtině, ale zdaleka mě nepouštěla tak daleko jako čeština. Myslím si, že mám celkem dobrou slovní zásobu, protože ráda čtu, zároveň používám jednoduchou češtinu, ať to každý chápe. Jelikož se celý

prozrazuje!



„JELIKOŽ se můj život už deset let točí kolem Česka, je pro mě dnes mnohem náročnější vyjádřit svoje pocity v rodném jazyce...“ přiznala Vikavikoos. Foto: Daria Dorofejeva

můj život už deset let točí kolem Česka a českého jazyka, je pro mě dnes mnohem náročnější vyjádřit svoje pocity v rodném jazyce... Ruština je nádherný jazyk, který nabízí nekonečně možností vyjádřit se, ale už ji téměř nepoužívám. Takže moje vyjadřování v ní je dost ama-

térské a často se mi kamarádi z domova smějí.

Když zrovna nestojíte za mikrofonem nebo neskládáte, jak vypadá váš ideální den, kdy chcete úplně vypnout a nebýt „zpěvačkou Vikavikoos“?

Tohle je těžká otázka. Když jsem zpěvačka, nejčastěji mne potkáte v Cobře, protože to je moje full-time práce. Ale když mám volno jak od Cobry, tak i od zpívání, nejraději trávím čas doma. Mám ráda pomalá rána, kdy vím, že nikam nemusím, můžu si v klidu poležet a nic neřešit. Miluju vaření, u toho si vždycky hodně odpočinu. Moc ráda zvu kamarády na návštěvu. Už odmala byl domov místem, kde jsme se scházely s kamarádkami a drbaly po škole. Snažím se toho držet i dnes. Na druhou stranu přiznávám, že jsem paradoxně také hodně ráda sama. Obě moje práce jsou hlavně o komunikaci s lidmi a to je hodně vyčerpávající. Takže pokud mám možnost zavřít se a být sama, vždy toho využiji.



KDYŽ není na pódiu, najdete ji v letenském baru. Foto: archiv Viky

INZERCE

DARUJTE SOBĚ NEBO SVÝM BLÍZKÝM TO NEJCENNĚJŠÍ – LÁZNĚ VELICHOVKY


LÁZNĚ VELICHOVKY 1897

Náš kvalifikovaný personál vás během pobytu naučí, jak účinně zpomalit postup onemocnění, zmírnit obtíže a dlouhodobě zlepšit kvalitu života.

Tematické pobytové balíčky – jsou sestaveny ve spolupráci s odbornými organizacemi a na základě dlouholetých zkušeností s léčebnou rehabilitací v našich lázních.

Pobyty jsou vedeny zkušeným zdravotnickým týmem a jejich součástí je individuální přístup, odborné konzultace i pečlivě sestavený plán procedur. Díky tomu může každý klient využít léčebný program, který nejlépe odpovídá jeho zdravotnímu stavu a aktuálním potřebám. Náš kvalifikovaný personál vás během pobytu naučí, jak účinně zpomalit postup onemocnění, zmírnit obtíže a dlouhodobě zlepšit kvalitu života. Pokud vám některá z procedur nevyhovuje, ve spolupráci s naším lékařem ji upravíme tak, aby byla pro vás co nejpříhodnější.

Velkou výhodou těchto pobytů je také jejich flexibilita. Jednotlivé programy jsou navrženy tak, aby klientům umožnily skloubit péči o zdraví s pracovním i osobním životem. Lázeňská léčba se tak stává dostupnou a efektivní cestou, jak se aktivně starat o své zdraví.

Darujte sobě nebo svým blízkým to nejcennější – péči o zdraví, regeneraci a nový impuls pro lepší životní pohodu. Odborně zaměřený lázeňský pobyt může být dárkem, který má skutečnou a dlouhodobou přínos.

Tematické pobytové balíčky

- BECHTĚREVOVA NEMOC – REKONDICE
- PARKINSONOVA NEMOC – REKONDICE
- OSTEOPORÓZA – PREVENCE
- REVMATOLOGICKÉ OBTÍŽE – PREVENCE
- DĚTSKÁ MOZKOVÁ OBRNA (DOSPĚLÍ) – REKONDICE



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

 Lázně Velichovky  [lazne_velichovky_1897](https://www.instagram.com/lazne_velichovky_1897)

Vyhraďte rodinné vstupenky do Zoo Praha

■ Slavnostní zahájení 95. sezony, jarní komentovaná krmení a nové zajímavé druhy. V Zoo Praha se stále něco děje. V pavilonu Rezervace Dja dovádí už šest mláďat tří druhů primátů a novinky hlásí i Pavilon šelem a plazů. Návštěvníci se nemusí obávat ani jarních rozmarů počasí, vydat se mohou do více než deseti pavilonů, kde uvidí přes 250 druhů zvířat.

Nikola Dostálková

Líhnou se, rodí, nebo dokonce vykukují z vaku – zkrátka přicházejí na svět. Zoo Praha vítá mláďata. Některá z nich se narodila ještě během mrazivých měsíců a v těchto dnech poprvé vycházejí do venkovních výběhů. V Darwinově kráteru se už vydává na krátké procházky teprve druhé mládě vombata v Česku, roztomilého vačnatce příbuzného koalům. Mládě chlupatého takina indického objevuje svět v horní části zahrady, v expozičním celku Pláně. Pokud navíc vše půjde dobře,



GORILY patří k nevyhledávanějším zvířatům v pražské zoologické zahradě. Foto: Zoo Praha

nebude posledním přírůstkem ve stáde těchto vysokohorských kopytníků.

A pořádně živo je v největším pavilonu Rezervace Dja. Tam teprve dvouleté gorilí sestry Mobi a Gaia dovádějí i s dvěma mláďaty jejich spolubydlících, černobílých opic gueréz pláštíkových. Jejich nekonečné divoké hry často musí zastavit až rodiče, kterým občas doslova skáčou po hlavě. Nejnovějšími přírůstky v pavilonu jsou talapoini severní, nejmenší starosvětské opice. Ti

v Africe obývají vodu zaplavené oblasti. Nejenže nečekaně dobře plavou, ale dokonce se za potravou i potápějí.

Přijďte na slavnostní zahájení

Za neokoukaným druhem se mohou lidé vypravit do venkovní expozice Pavilonu šelem a plazů. Právě tam se zabydlují karakalové. Mrštné, silné a neobyčejně obratné kočkovité šelmy prosluly především svými charakteristickými štětičkami na uších. Nový pár, sedmiletý samec a dvou-

letá samice, by mohl navázat na několik úspěšných odchovů v minulosti, zoo se totiž k druhu vrací po sedmi letech.

Zbrusu nový živočišný druh představí Zoo Praha na slavnostním zahájení 95. sezony poslední březnovou sobotu. Součástí programu bude mimo jiné otevření výstavy a pestrý doprovodný program pro malé i velké návštěvníky. Pražská zoo zve návštěvníky také na Velikonoční pondělí, kdy se mohou těšit na speciální komentovaná krmení a setkání u zvířat doplněná o předání jarních enrichmentových prvků.

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 30. března 2026 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz. Třicet výherců získá po rodinné vstupence do Zoo Praha, která platí do konce roku.

soutěžní otázka

Kolikátou sezonu letos slavnostně zahajuje Zoo Praha?

90. sezonu
95. sezonu
100. sezonu

INZERCE

WWW.CESKYDOMOV.CZ

NASE PRAHA

SKVĚLÉ MÍSTO PRO VAŠI REKLAMU ČI INZERÁT

DEJTE O SOBĚ VĚDĚT

ZARUČENÁ VYSOKÁ ČTENOST

HLEDÁME OSTRŽILENÉ OBCHODNÍKY!

Nabízíme:

- nadstandardní finance – možnost výdělku více než 80 000 Kč
- školení obchodních dovedností
- teambuildingové akce
 - práce na ŽL
- práce v regionu Praha

Požadujeme:

- zkušenosti s obchodem
- SŠ vzdělání s maturitou
- smysl pro zodpovědnost

Český Domov
Media House s.r.o.

Pokud vás nabídka zaujala, pošlete životopis na: kancelar@ceskydomov.cz

FIRST ACCOUNTING COMPANY

ÚČETNICTVÍ, MZDY, DANĚ

VÍCE NEŽ 30 LET ZKUŠENOSTÍ

www.firstaccountingcompany.cz

i.smrcka@seznam.cz

+420 608 216 507

Pavrovského 2502/12, Praha 13 - Stodůlky

PŘENECHTEJTE NÁM VAŠE ČÍSLA. VY SE VĚNUJTE TOMU, CO DĚLÁTE NEJLÉPE!

SC-003910/04

Byl mužem i ženou. Teď před tranzicí varuje

■ Když se rozhodoval pro tranzici, věřil, že našel jediné možné řešení. Když se rozhodoval pro detranzici, věděl už, že hledá pravdu, ne identitu. Daniel Black dnes otevřeně mluví o tom, co se v debatě o mladých lidech ztrácí: psychika, tlak, trauma, a především odvaha říct „zastavme se“.

Norbert Odvárka



DANIEL Black prošel cestou, kterou větší na společnosti idealizuje, ale i tou, o níž se mlčí. Foto: archiv Daniela Blacka

Transgender problematika dnes není jen osobní téma — je to celé prostředí, které kolem mladých lidí vyrostlo. Desítky neziskových organizací, poradenských aparátů, školních programů a aktivistických iniciativ vytvářejí rámec, ve kterém se z pochybností stává identita a z identity rychlé řešení. Místo aby děti dostávaly čas, bezpečí a odbornou práci s psychikou, často slyší jednoduché věty a jednoznačné návody. A to je nebezpečné. Sociální sítě ten tlak násobí. Algoritmy vyhledávají zranitelnost, posilují nejistoty a nabízejí hotové příběhy, které

se tváří jako odpověď na všechno. Pro děti a mladé lidi, kteří teprve hledají sami sebe, je to prostředí, které může být až destruktivní. Rychlé nálepky, rychlé komunity, rychlé sliby — a žádný prostor pro skutečné porozumění tomu, co se v nich děje.

Právě proto má smysl slyšet hlas člověka, který tím vším prošel. Daniel Black zná tranzici i detranzici zevnitř. Ví, jaké to je věřit, že existuje jediné řešení. A ví i to, jaké to je zjistit, že realita je mnohem složitější. Jeho zkušenost není ideologie. Je to varování i výzva k tomu, aby se o těchto tématech mluvilo pravdivě, bez zkratk a bez tlaku.

Když se ohlédnete zpět: co byl ten úplně první moment, kdy jste začal pochybovat o tom, že tranzice byla správná cesta?

První pochybnost přišla ve chvíli, kdy jsem si uvědomil, že se kolem mě sice mění okolnosti, ale uvnitř se nic zásadního nezlepšuje. Čekal jsem úlevu, klid, nějaké vnitřní srovnání. Místo toho jsem pořád narážel na stejné stresy, stejné nejistoty, stejné napětí. Došlo mi, že tranzice byla velké rozhodnutí, ale ne skutečné řešení toho, co mě trápilo.

Řada lidí říká, že tranzice je „nezvratné rozhodnutí“. Vy jste prošel detranzicí. Jaké je to žít s vědomím, že jste si prošel oběma směry?

Je to zvláštní zkušenost, protože už nemluví z teorie, ale z vlastní praxe. Člověk pak pře-

stane věřit jednoduchým větám a rychlým slibům. Některé věci jsou opravdu nezvratné a musím s nimi žít. Zároveň mi to ale přineslo jedno zásadní poznání: samotné zásahy do těla často neřeší to, proč se člověk cítí špatně.

Co byste dnes řekl svému šestnáctiletému já, které vstupovalo do tranzice s přesvědčením, že je to jediné řešení?

Řekl bych mu hlavně jedno: zpomal. Neber to jako jediné možné řešení jen proto, že máš pocit, že už nemáš kam uhnout. Nejdřív pochop, co tě skutečně tlačí, čeho se bojíš, co tě bolí a co ti chybí. A dej si čas. Puberta i psychika umí být brutální a člověk pak sahá po rychlých a definitivních řešeních. Jenže definitivní řešení může být definitivní i v tom špatném smyslu.

Mluvíte o tlaku na mladé lidi v otázkách identity. Kde podle vás ten tlak vzniká — v rodinách, ve školách nebo na sociálních sítích?

Ten tlak vzniká kombinací různých vlivů. Sociální sítě ho zesilují nejvíce, protože tam fungují jednoduché příběhy a jednoduché odpovědi. Škola to někdy podpoří tím, že se o tématu mluví jednostranně a opatrnost se bere jako problém. A rodina do toho může přidat chaos nebo neschopnost mluvit o emocích. Výsledek je, že mladý člověk je zmatený a okolí mu často nabízí rychlou nálepku místo práce s hlubšími příčinami.

Jaké konkrétní zkušenosti máte s tím, jak se o těchto tématech mluví ve školách? A co by se podle vás mělo změnit?

Moje zkušenost je, že ve školách často chybí rovnováha. O iden-

titě se mluví hodně, ale mnohem méně o psychice, úzkostech, traumatu, šikaně, poruchách příjmu potravy nebo autismu — tedy o věcech, které u části mladých hrají zásadní roli. Podle mě by se mělo změnit hlavně to, že škola nemá děti vést k předem daným závěrům. Má vytvořit bezpečné prostředí, řešit šikanu, podporovat duševní zdraví a dát prostor pro otázky. Bez tlaku a bez nálepkování.

Ve veřejném prostoru často zaznívá, že odborníci postupují příliš rychle. Vy sám jste s odborníky prošel dlouhou cestu. Co vám v tom procesu nejvíce chybělo? Nejvíce mi chyběl někdo, kdo by proces opravdu zastavil a šel po příčinách. Někdo, kdo by se nebál ptát do hloubky a říct, že je potřeba zpomalit a věci opravdu prozkoumat. Místo rychlého potvrzení jsem potřeboval dlouhodobou práci s psychikou. Potřeboval jsem, aby se řešilo proč, nejen co.

Kdybyste měl popsat jeden moment, který vás definitivně přesvědčil, že potřebujete detranzici — jaký to byl?

Nebyl to jeden dramatický okamžik. Spíš chvíle, kdy se mi poskládalo, že už nežiju svobodně, ale jen se snažím udržet rozhodnutí, které jsem kdysi udělal. Pořád jsem něco obhajoval, něco vysvětloval, něco držel — a uvnitř se přitom nic nezlepšovalo. V tu chvíli jsem si řekl, že takto dál nechci. Že potřebuju vrátit pravdivost do vlastního života, i když to bude bolet.

Celý rozhovor najdete na www.nasepraha.cz.

Hrabalova chata je nově kulturní památkou

Kersko – Zajímavý příběh má za sebou chata Bohumila Hrabala, kterou nedávno prohlásilo ministerstvo kultury za kulturní památkou. Hrabalovi ji v Kersku koupili v roce 1965 a jezdili sem z Prahy na víkendy, později po smrti manželky zde spisovatel trávil většinu času. Místní atmosféru přenesl do některých svých povídek, ze kterých pak vznikla kniha a slavný film Slavnosti sněženek. Ten proslavil kerskou hájenku, v níž si stále můžete objednat se „šípkovou“ nebo „ze zelím“.

Chatu pak Hrabal odkázal sousedům, kteří se o něj starali. Středočeský kraj nemovitost odkoupil v roce 2021 za necelých deset milionů korun a po úpra-



NÁVŠTĚVNÍCI chaty si mohou uvnitř prohlédnout spisovatelovy osobní předměty, jeho křeslo či psací stroj. Foto: Středočeský kraj

vách, které objektu navrátily co nejuvěrnější podobu na základě dochovaných fotografií, byla pro veřejnost zpřístupněna v květnu 2024. Návštěvníci ji mohou letos poprvé navštívit v pátek 27. 3., v sobotu (28. 3. – Hrabalovy narozeniny) a v neděli 29. 3. v čase mezi 12.00 až 17.00 hodinou. V režimu pátek až neděle bude chata přístupná po celý duben a v říjnu. Od května do září bude otevřena denně mimo pondělí. Otevírací hodiny jsou po celou sezónu stejné, od 12.00 do 17.00 hodin. Zájemci o prohlídku (skupina maximálně sedmi lidí) mohou využít rezervační systém a zakoupit online vstupenky na webu Polabského muzea. (red)

Do Turecka za zubaři? Pozor na jejich kvalitu!

■ Dentální turistika – fenomén, kterému v posledních letech holduje zejména mladší generace Čechů. Cílovými destinacemi jsou převážně východoevropské a asijské země. Lákavá je zejména cena a rychlost prováděných zákroků – právě před ní ale odborníci důrazně varují.

Rostoucí ceny nehrazených stomatologických výkonů a nerovnoměrná dostupnost zubní péče v Česku vytvářejí prostor pro to, aby lidé hledali řešení i za hranicemi. Podle odhadů se do zahraničí za stomatologickými zákroky každoročně vydávají tisíce lidí z Česka.

„Nejčastěji vyjíždí do Turecka, láká je především nižší cena kompletních rekonstrukcí úsměvu, rychlost zhotovení, doprovodné služby a skvěle zpracovaný marketing zubních klinik. Češi také hojně navštěvují Maďarsko, zejména pak Budapešť, Bulharsko, Albánie a případně i asijské země jako Thajsko nebo Vietnam,“ vyjmenoval země chrupům zaslíbené Jakub Hladík, zubní lékař centra stomatologie The Clinic a člen České stomatologické komory.

Rychlost nevězí

Zatímco pacienti kvitují rychlost, s jakou dosáhnou zářivého úsměvu, odborníci před ní důrazně varují. „Hlavním problémem těchto rekonstrukcí je nekvalitní zhotovení, především pak nadbytečné obroušení vlastních zubů, na které jsou korunky nasazovány. Celkový průběh rekonstrukcí chrupu je velmi rychlý, což bývá největším lákadlem. Má to však značné mínusy – zuby jsou pacientům na místě ihned drasticky obroušeny, což má významný vliv na jejich budoucí přežití a vysokou citlivost. Poté je pacient několik dnů ponechán s nabroušenými zuby bez překrytí korunkami s extrémní citlivostí.

Definitivní keramická práce je poté urychleně zhotovena a nasazena na zuby. Častokrát ale na zuby nedosedá přesně,



ČEŠTI lékaři nezřídka řeší komplikace způsobené zahraničními kolegy. Ilustrace: AI

je převislá a spojená po několika zubech dohromady. To v budoucnu způsobuje velmi obtížnou čistitelnost zubů, silný zánět dásní a kazy v místě přechodu korunky a zuby,“ upozornil Jakub Hladík.

Pokud problém nastane, je ideální, aby jej opravil zubař,

který ho způsobil. Tady ale marketing a „boj“ o klienta zahraničních klinik končí. Pokud chce pacient zuby opravit na zahraniční klinice, musí si vedle samotného zákroku zaplatit cestu, pobyt i stravu. Pacienti tak s problémy zpravidla míří do českých ordinací. (CS, red)

INZERCE

Zastavte čas bez skalpelu!

Přípravkem s kmenovými buňkami a zlatem

Mezoterapie je jednou z nejúčinnějších nechirurgických metod, díky které dosáhnete maximálního omlazení pleti.

Mezoterapii aplikujeme pomocí mikro Jehličkyvého pera Dermapen.

Díky tomu dochází k regeneraci pokožky, zvýšení hydratace, odstranění vrásek, odstranění pigmentací a celkové zpevnění pokožky.

Ošetření Dermapenem vyvolává obnovení pokožky. Startuje vlastní obranný mechanismus vyplavuje růstové faktory, které stimulují aktivitu pleťových buněk. V průběhu ošetření se do pleti vpravuje účinné sérum (koktejl kyseliny hyaluronové, elastin, vitamíny, peptidy, proteiny, Salmon DNA Gold). Dermapenem lze ošetřit oblast obličeje krku dekoltu a hřbetu rukou ošetření je prakticky bezbolestné a bez nutnosti rekonvalescence. Toto ošetření lze provádět po celý rok bez ohledu na počasí.

Před ošetřením



Po dvou ošetřeních



Akcí cena za ošetření celého obličeje:

~~3500 Kč~~ **999 Kč**



Hrdinové všedního dne

Bez kostýmu. Bez scénáře.

CSG Nadační fond již podpořil přes 200 sborů a jednotek napříč Českem v jejich každodenní odvaze – a pomáhá jim, aby byli připraveni, když se lámou vteřiny i životní příběhy.

Možnost výměny baterie zřejmě prodraží spotřebiče

ČR – Evropská unie už za rok, konkrétně od 18. února 2027, zásadně změní pravidla pro baterie v elektronice. Nařízení zavádí požadavek na snadnou vyměnitelnost baterií koncovým uživatelem nebo nezávislým odborníkem. Cíl je jednoduchý: když přestane fungovat baterie, nemá to znamenat konec celého zařízení. Změna se dotkne nově uváděných spotřebičů a promítne se nejen do jejich konstrukce, ale také do ekonomiky výroby. To může ovlivnit jejich pořizovací cenu. (PRO)

Kdo získá titul nejkrásnější baculky Česka?

ČR – Soutěž Miss Plus Size Modelky ČR je určena pro ženy a dívky ve věku 17 až 30 let s minimální konfekční velikostí 40. Dívky se mohou do soutěže registrovat do 31. května na www.plussizemodelky.cz, následně odborná porota vybere 12 finalistek a od 6. července bude spuštěno hlasování, které skončí 30. listopadu. Vyhlášení vítězky proběhne začátkem prosince. (red)

Zažít město jinak. Přihlaste svou ulici či dvorek

ČR – I letos bude třetí zářijová sobota po celé republice patřit sousedům a sousedkám. Do 21. ročníku slavností Zažít město jinak se teď mohou hlásit dobrovolní organizátoři a organizátorky, kteří chtějí podpořit místní komunitní život a proměnit veřejný prostor ve svém okolí. Přidat se k akci spolku AutoMat a místním se může v průběhu března až do 30. dubna kdokoliv. Termín sousedských slavností pak připadá na 19. září. (red)

Kde probíhá měření úsekové rychlosti?

Praha – Technická správa komunikací (TSK) zveřejnila ve svojí ročence přehled míst, na kterých nezodpovědné řidiče milující nepřiměřenou rychlost změří radary. Takže dejte nohu z plynu, protože pokuty z těchto označených úseků může obdržet jen naprostý ignorant... Zdroj: TSK

- 5. května – směr do centra
- Bělohorská – směr z centra
- Cínovecká – směr Holešovice
- Dobříšská – Barrandovský most
- Dobříšská – směr tunel Mrázovka
- Dobříšská – spojené úseky 5 a 24
- Evropská – Alžírská, směr do centra
- Horoměřická – směr do centra
- Horoměřická – směr Horoměřice
- Jižní spojka 1 – u Vrbovy ulice, směr Krč
- Jižní spojka 2 – 5. května – Chodovská
- Jižní spojka 3 – Průmyslová – lanový most
- Jižní spojka 4 – spojovací úseky 10 a 11
- Jižní spojka 5 – Spořilovská – 5. května
- Patočkova – směr centrum
- Poděbradská – směr do centra
- Poděbradská – směr z centra
- Poděbradská – směr do centra
- Spořilovská – směr do centra
- Strahovský tunel – směr Mrázovka
- Strahovský tunel – směr Břevnov
- Strakonická – směr do centra
- tunel Mrázovka – směr Barrandovský most
- tunel Mrázovka – směr Strahovský tunel
- Ústecká – směr centrum
- V Holešovičkách – do centra (včetně komplexu Blanka)
- U Vršovického hřbitova – směr Vršovice
- Libocká (u Sebestiánské) – směr Vypich
- Libocká (u Sebestiánské) – směr Vypich
- Průmyslová (V Chaloupkách) – směr sever

- Průmyslová (V Chaloupkách) – směr jih
- K Barrandovu (Barrandovská) – směr z centra
- K Barrandovu (Geologická) – směr do centra
- Brusnický tunel – směr Troja
- Brusnický tunel – směr Strahov
- Dejvický tunel – směr Troja
- Dejvický tunel – směr Strahov
- Bubenečský tunel – směr Troja
- Bubenečský tunel – směr Strahov
- Císařský ostrov – směr centrum
- Českobrodská – Jana Karafiáta – směr centrum
- Českobrodská – Dolnopočernická – směr centrum
- Českobrodská – Dolnopočernická – směr Úvaly
- Kbelská – směr Mladá Boleslav
- Komořanská – směr Modřany
- Komořanská – směr Zbraslav
- Modřanská – směr Kobylisy
- Dělnická – směr centrum
- Dělnická – směr Troja
- Chuchelská – Dálešická – směr Říčany
- Chuchelská – Dálešická – směr Praha
- Lysolajská – Cvičebná – směr Horoměřice
- Lysolajská – Cvičebná – směr Podbabá
- Nádražní – Bavorská – směr Jinonice
- Nádražní – Bavorská – směr Zličín
- Prosecká – směr Prosek
- Prosecká – směr Holešovičky
- V Holešovičkách – směr do centra
- Lipská – Na Padesátníku, směr Slaný
- Lipská – Na Padesátníku, směr Praha



Ilustrace: AI

Nachytají studenti umělou inteligenci?

ČR – Druhý ročník soutěže Nachytej AI propojuje výuku školních předmětů s praktickým využitím umělé inteligence. Studentské týmy vytvoří vlastní vzdělávací projekt s AI a zároveň se pokusí odhalit její chyby a limity. Přihlášky jsou otevřené do 30. dubna a vítězové letošního ročníku budou vyhlášeni 9. května na technologickém festivalu Maker Faire Prague. Info na www.nachytejai.cz. (red), ilustrace: AI



INZERCE

řádková inzerce

• **!ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!** Vykličíme sklepy, byty, pozůstatosti, zahrady atd. Naložíme a odvezeme nepotřebné věci za rozumnou cenu. STĚHOVÁNÍ. Volejte 773 484 056

• **ČIŠTĚNÍ KOBERCŮ** a sedaček, úklidové práce. Profi přístup, nízké ceny. Mobil: 605 750 605.

NAŠE PRAHA

VÝŠKOVÉ PRÁCE - hroty, sítě a zábrany proti ptactvu, zastřešování světlíků, prohlídky + opravy + čištění fasád, komínů, střech a okapů, mytí oken a výtahových šachet. Spolehlivost, profesionalita a korektní jednání - zaběhlá firma od r. 1989. Tel.: 606 649 809, www.vyskovepracepraha.cz

SC-503978/04

FLIXBUS

CHORVATSKÉ MOŘE LETOS BEZ KOMPROMISŮ - PŘÍMO Z PRAHY



Tyrkysově moře, čerstvé mořské plody a pohoda, na kterou celý rok čekáte. Letos se k nim dostanete snáz než kdy dřív – FlixBus spouští přímé noční linky z Prahy na Jadran už od začátku dubna. Nastoupíte večer, ráno jste u moře. Žádné parkování, žádný stres.

RIJEKA - BRÁNA K OSTROVŮM, DOSTUPNÁ CELÝ ROK



Kvarnerský záliv s ostrovy Krk, Cres nebo Lošinj láká nejen v létě. Rijeka je ideální základna – a FlixBus sem jezdí z Prahy každý den po celý rok. Jízdenky navíc začínají už na 879 Kč, takže spontánní výlet přes víkend přestává být výmluva.

ROVINJ - PROBUĎTE SE V NEJKRÁSNEJŠÍM MĚSTĚ ISTRIE



Úzké uličky, benátské věžičky, průzračné moře. Rovinj je přesně ten typ místa, kde chcete strávit celý týden a přesto odcházíte s pocitem, že jste nestihli dost. Z Prahy sem odjíždíte večer v 18.20 – a ráno v 8.40 už snídáte v přístavu.

ŠIBENIK A DALMÁCIE - TAM, KDE UNESCO SOUSEDÍ S PLÁŽÍ



Šibenik, Split, Zadar. Dalmácie nabízí historická centra zapsaná na seznamu UNESCO i pláže, které si nezdají s Karibikem. Přímý spoj z Prahy vyjíždí odpoledne a ráno jste na místě – odpočatí a připravení na první koupání.

JAK TO FUNGUJE?

- Noční spoje z Prahy – nastoupíte večer, ráno jste u moře
- Zastávky také v Táboře, Českých Budějovicích a Českém Krumlově
- Jízdenky od 879 Kč (Rijeka/Opatija) a od 999 Kč do ostatních destinací
- Provoz od dubna do října, v hlavní sezoně každý den

JÍZDENKY A TERMÍNY NA FLIXBUS.CZ – A MOŘE ČEKÁ

DACIA MODELOVÁ ŘADA



**Nové skladové vozy se
zvýhodněním až 80 000 Kč**



Uvedené údaje slouží jako ilustrativní příklad pro model Duster. Nabídka platí do odvolání pro vybrané skladové vozy. Výkupní bonus ve výši 15 000 Kč až 30 000 Kč v závislosti na vybrané motorizaci. Dále je v akční ceně modelu Duster zahrnut Bonus Premium 20 000 Kč s financováním od Mobilize Financial Services. Dále je zahrnut dodatečný bonus ve výši 30 000 Kč platný na vybrané skladové vozy. Nabídka platí pro fyzické osoby a není kumulovatelná s velkoobdobatelskými podmínkami. Dacia Duster: spotřeba 4,7–7,6 l/100 km, emise CO₂: 106–140 g/km. Uvedené spotřeby paliva a emise CO₂ jsou změřeny metodikou stanovenou dle platných právních předpisů vyžadovaných pro homologaci vozidla. Tato nabídka je pouze indikativní, není návrhem na uzavření smlouvy a nelze z ní proto dovozovat povinnost společnosti uskutečnit jakékoli transakce. Vyobrazení vozu je pouze ilustrativní.

TUkas

TUKAS STRAŠNICE

Černokostecká 565/114
108 00 Praha 10

dacia.tukas.cz