

Jediny
čtrnáctidenník
v Praze 9



NAŠE PRAHA 9

Černý Most • Hloubětín • Libeň • Prosek • Střížkov • Vysočany

10. 4. 2026

**Bezdná jáma
má jméno Pražský
inovační institut**



Více na straně 5

**Péče o zeleň.
Dvě města,
miliony korun,
ale výsledek je rozdílný**



Více na stranách 6 a 7

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-503927/08

INZERCE

27
let jsme
s Vámi



nasepraha.cz

**Miss
Anna Marie
Mařáková:
Splnila jsem
si životní sen**

Rozhovor na stranách 8 a 9

Foto: Valeri Lohoyda

**Vyhrajte vstupenky
na hudební
komedii Janka
Ledeckého**
str. 10



**PALLADIUM
SHOPPING
WEEKEND**

NÁMĚSTÍ REPUBLIKY 1, PRAHA 1

**17. – 19. 4. 2026
SLEVY A DÁRKY**



Stahujte ZDARMA aplikaci PALLADIUM Klub,
kde najdete všechny slevové kupóny.

SC-504285/01

Provedeme vás regulačním peklem



 CHRENEK
TOMAN
KOTRBA

 Slepá
spravedln()st

Najdete nás na



TAK SI MYSLÍM...



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

Tuhle mne napadlo – proč je naše republika takovým cenovým otloukánekem starého kontinentu? Jen se zamyslete – před několika roky jsme měli nejdražší telefonování v Evropě. Před pár lety, když levicovní zelení šílenci z EU začali prosazovat nesmyslný Green Deal a přišla válka na Ukrajině, jsme úpěli nad cenami elektřiny a plynu. A nyní, když se Američané a Izraelci rozhodli srovnat účty s Íránem, vystřelily u čerpacích stanic ceny benzínu, a hlavně nafty do kosmických výšin a my opět platíme jako mourovatí. Nemluvě o cenách potravin, které si obchodní řetězce diktuji, jak chtějí, a nikdo s nimi nepohne. A já se ptám – proč ve všech případech náš stát hned nezakročil? Jakou důvěru ve státní instituce asi mají občané, kteří mají malé děti či jen starobní důchod a počítají každou korunu? Jsou snad naši politici ze všech možných politických stran jen figurkami na státní šachovnici a tahy dělají lidé v zákulisí? Proč je někdo neklepne přes prsty? Samé otázky a odpovědi minimum. Ale přesně kvůli tomu by se měly zaplnit Letná a Václavské náměstí...

Čistírna odpadních vod Kbely se výrazně rozšíří

Kbely – Pražská vodohospodářská společnost aktuálně pro hlavní město zajišťuje rekonstrukci a zkapacitnění Pobočné čistírny odpadních vod Kbely, která čistí odpadní vody pro Satalice a převážnou část Kbel. „Čistírna byla na hranici kapacity 7 200 ekvivalentních obyvatel, což omezovalo další připojování v Kbelích i Satalicích. Investice necelých 388 milionů korun proto zvýší kapacitu na 18 670 ekvivalentních obyvatel a umožní další rozvoj této části Prahy,“ uvedl náměstek primátora hl. m. Prahy pro oblast infrastruktury Michal Hroza (TOP 09). (red)



DOKONČENÍ stavby a zahájení zkušebního provozu, který potrvá 12 měsíců, se předpokládá ve druhé polovině roku 2027. Foto: PČOV Kbely

„Zapomenutý“ vysočanský brownfield se změní v městskou čtvrť

Vysočany – Nový developerský projekt Dvory Vysočany má podle vedení města i městské části výraznou šanci stát se hybatelem pozitivní proměny velké části dosud nevyužitého území propojujícího Vysočany s Žižkovem. Stavba probíhá v lo-

kalitě nad libeňským nádražím a promění dva zanedbané areály někdejšího spotřebního družstva Včela a Pražíren v moderní čtvrť. Celkem Dvory Vysočany po dokončení všech etap nabídnou více než 1000 bytů, kanceláře a plnou občanskou vybavenost. (COR, red)

Nová polyfunkční budova

Černý Most – Moderní pobočka Městské knihovny v Praze, kontaktní místo úřadu Prahy 14, a hlavně více než šest desítek bytů po lidi tzv. preferovaných profesí. To vše nabízí Polyfunkční budova Černý Most, která se stala novou dominantou prostoru u stejnojmenné stanice metra. (red)

Zanedbané nároží čeká vysoká proměna

Letňany – Na místě bývalé výměňkové stanice na rohu ulic Rýmařovská a Tupolevova v Letňanech vyroste nový bytový dům. Šestnáctipatrová věž bude jednou z nejvyšších rezidenčních budov v severní části Prahy a nabídne široké výhledy do okolí. První dvě podlaží nabídnou komerční prostory pro obchody a služby,

kteří doplní stávající nabídku. Návrh klade důraz na otevřenost směrem do ulice a na přehledný, dobře přístupný veřejný prostor. Krytá pěší pasáž ochrání chodce před nepříznivým počasím a zároveň umožní, aby se provozovny přirozeně zapojily do života ulice. Projekt, který by měl být hotový za tři roky, zahrnuje 189 bytů od

kompaktních jednotek po rodinné byty, většina s balkony nebo terasami. Parkování je řešeno výhradně v podzemních podlažích, aby byl zachován kvalitní veřejný prostor na povrchu. Kapacita garáží převyšuje standardní požadavky a pomůže zmírnit dlouhodobý nedostatek parkovacích míst v této části Letňan. (red)

KOMENTÁŘ

Proč nám v Praze nevysadí banánovníky?

Máte-li rádi hezkou městskou zeleň, mám pro vás horký tip. Zajedte si do Strakonice. Vyrazili jsme s redakcí Naše Praha na exkurzi mezi místní městské zahradníky a řeknu vám, tady to dělají opravdu dobře.

Hned na úvod nás ohromily banánovníky, které si tam ve sklenicích chystají na letní výsadbu do města. Nebrání se palmám, exotickým dřevinám. Každý rok chystají jinou výsadbu, aby se lidem neokoukala. Neexistuje kruhový objezd, záhon podél pěší zóny nebo na exponovaných místech, který by nebyl využit. Jednou se vysazuje savana, podruhé středomořské

kultury, jindy česká louka nebo německé letničkové kombinace. Prostě tady se zahradníci každý rok vyřádí. Cílem je vzbudit zájem veřejnosti, aby se lidé cítili jako v botanické zahradě.

Něco podobného jsme v létě zažili ve španělském Cadizu. Tam mají centrální park kombinovaný s botanickou zahradou a zábavním parkem. Vše komunální, tedy volně přístupné. Že to jde i u nás jsme se přesvědčili právě ve Strakonici. A kde je tedy jádro pudla? Proč tam to jde a v Praze tak trochu cítíme, že to není ono?

Zprv politiká stabilita a podpora pro odbor životního prostředí. Pan vedoucí

zde sedí od roku 1995. Sám si kreslí projekty, sám si vybírá na výstavách kytky a rostliny, sám si kontroluje ve sklenicích kvalitu výsadby. Všichni ho ve městě znají. Má pravomoc, ale i zodpovědnost. Jak říká – mé zadání od politiků je jediné: aby to vypadalo hezky. A dodržet rozpočet. Když jsme porovnali náklady tam a v Praze, protočily se nám panenky. Vše velmi ekonomicky výhodné pro občany a město. Asi nejen já bych si přál, aby nám to takhle hezky jednou fungovalo i v Praze. Aby politici nemluvili odborníkům do práce. Třeba kolikrát mohou sekat trávu. Mimochodem,



komunální trávník se má podle strakonických pravidel sekat alespoň 8x ročně, květinová louka 2x ročně a anglický trávník jednou týdně. Tak snad se letos voliči umoudří a ty různé rozumbrady, co nám tu zeleň zničili, už k veslu nepustí.

Jan Čížek, pražský patriot
jan@czizekjan.cz

KRÁTCE

Peníze přislíbeny

Hrdlořezy – Pražští radní podpořili žádost MČ Praha 9 o dotaci na novostavbu Základní a mateřské školy Zelené město s kapacitou 120 žáků, která reaguje na očekávaný nárůst obyvatel. (red)

Nová lávka i parkovací místa

Běchovice – Rada hl. m. Prahy schválila záměr opravy komunikace v ulici K Jalovce a další práce, které mají za cíl zlepšit technickou vybavenost pro obyvatele této ulice. Kromě nového povrchu silnice a chodníku bude vybudována i lávka pro pěší přes Rokytku a v okolí rybníka vzniknou nová parkovací stání a veřejné osvětlení. Celková částka vzejde z výběrového řízení, práce by následně měly zabrat přibližně rok a půl. (red)

Rekonstrukce mostu

Hostavice – Na rekonstrukci mostu přes železniční trať v ulici Českokobrodská hlavní město uvolnilo 18 milionů korun. Celkové náklady na tuto akci činí 30,5 milionu korun. (red)

Oprava Kbelské získala konkrétní obrysy

■ Druhého července odstartuje rekonstrukce jedné z nejvytíženějších pražských dopravních tepen, ulice Kbelské. Diagnostika potvrdila havarijní stav vozovky i podloží, který po zimním období 2025/2026 vyžaduje bezodkladný zásah.

Praha 9 – Kbelská je klíčovou dopravní tepnou, její zatížení se pohybuje od 37 do 46 tisíc vozidel denně v jednom směru. Zhoršující se stav komunikace a potřeba častých provizorních oprav jednoznačně ukazují, že s opravou této komunikace město nemůže dál čekat a je zcela nevyhnutelná. „Jakékoliv další kroky v rámci budoucího zkapacitňování Průmyslového polookruhu se začnou fyzicky realizovat až za několik let poté, co se dostaví chybějící část Pražského okruhu v úseku 520. Letošní rozsáhlá oprava je jedinou cestou, jak v současné době udržet komunikaci provozuschopnou a bezpečnou pro všechny řidiče a řidičky. Na stavbě budou probíhat práce 24/7 a budou trvat 45 dní pouze v průběhu letních prázdnin tak, abychom minimalizovali negativní dopady na obyvatele sousedních městských částí i ostatních Pražanů,“ uvedl Jaromír Beránek (Piráti), náměstek primátora hl. m. Prahy pro oblast dopravy.

Pracovat se bude pořád

Stavební práce budou probíhat v režimu 24/7 u činností splňujících hlukové limity, aby se maxi-



STAV VOZOVKY se dramaticky zhoršil po letošní zimní sezoně a vykazuje vysoký stupeň opotřebení s výskytem hlubokých vyjetých kolejí a výtluků. Foto: TSK Praha

málně zkrátila doba dopravního omezení. Hlavní etapy (I. a II.) budou dokončeny do 15. srpna v období letních prázdnin při nižších variacích intenzit individuální a nákladní dopravy. Doprava bude vedena vždy v režimu 1+1 jízdní pruh za uzavírky všech přípojení na Kbelskou mezi MÚK Cínovecká a MÚK Novopacká, a to za účelem zachování maximální možné kapacity Pražského okruhu.

Pro zajištění plynulosti budou na obou stranách rekonstruo-

vaného úseku připraveny čtyři odtahové vozy (dva pro osobní a dva pro nákladní dopravu) pro okamžité odstranění nepojízdných nebo havarovaných vozidel. Dojde také k úpravě signálních plánů na desítkách křižovatek v okolí, například v ulicích Vysočanská, Prosecká či Freyova, a počítá se s preferenčními opatřeními pro IŽS a MHD. Plánovaný termín III. etapy rekonstrukce Kbelské je říjen až prosinec (60 dní). (MHMP, red)

Obchvat propojí Letňany s Černým Mostem

Kyje – Rada hl. m. Prahy odsouhlasila záměr realizace veřejné zakázky na stavební práce nové silniční komunikace Lipnická – Ocelkova. Plánovaná stavba se po dokončení stane součástí komunikačního tahu propojujícího oblast Letňan s lokalitou Černý Most a zároveň bude obchvatem nově budované obytné zástavby v lokalitě Kyje – Hutě. Na tento projekt v budoucnu naváže další nová komunikace mezi ulicemi Mladoboleslavská – Budovatelská, která se následně stane obchvatem Satalic a Kbel. (MHMP, red)

Oprava vodovodů a kanalizace

Letňany – Rada hl. m. Prahy schválila záměr k vyhlášení veřejné zakázky na rekonstrukci vodovodů a kanalizace v ulicích Křivoklátská, Vamberská, Tvrdého, Dudkova a Rychnovská. Předpokladem je, že by práce po vyhlášení vítěze zakázky měly trvat přibližně dva roky. Celková cena vzejde z veřejné zakázky, nicméně předpokládané náklady této investice jsou přibližně 48 milionů korun bez DPH. (red)

V areálu Skloněná vzniknou byty pro dostupné bydlení

Vysočany – Rada hl. m. Prahy vybrala zhotovitele projektové dokumentace pro rekonstrukci areálu Skloněná – adaptace na bytové domy. Celkem šest objektů v ulicích U Kloubových domů a Pod Balkánem bude přestavěno na domy se 152 byty o dispozici 1+kk až 3+kk, které budou sloužit jako dostupné bydlení pro pracovníky vybraných profesí, seniory, rodiny s dětmi a zdravotně hendikepované. V jednom domě bude centrální recepce, jídelna, komunitní centrum a služebna městské policie. V rámci rekonstrukce bude upraveno také

blízké okolí včetně vybudování bezbariérových ramp, vstupních podestí, přístupových chodníků apod. Vzniknou i nová parkovací stání. (MHMP, red)



AREÁL Skloněná. Foto:MHMP

STANOVIŠTĚ VOK V PRAZE 9

So 11. 4.	8.00–12.00	Hrdlořežská 43	15.00–19.00	Prouzova
	9.00–13.00	Stoupající – parkoviště u hřbitova	So 25. 4.	8.00–12.00
				Jablonecká x Šluknovská
Po 13. 4.	15.00–19.00	Teplická x Lito-měřická		9.00–13.00
				Kopečná x Nad Šestíkopy
Út 14. 4.	14.00–18.00	Granitova x Saارينenova	Po 27. 4.	15.00–19.00
	15.00–19.00	Čiháková 42 – u parku		Pod Strojírnami
			Út 28. 4.	13.00–17.00
So 18. 4.	8.00–12.00	Celniční x Pokorného		Vysočanská 113
	9.00–13.00	Makedonská 1		14.00–18.00
Po 20. 4.	15.00–19.00	Pod Krocínkou proti č. 55		Svatošových x Smržových
				15.00–19.00
Út 21. 4.	14.00–18.00	Ctěnická x Měšická		Jetřichovická



Bezedná jáma má jméno Pražský inovační institut

■ Pražští radní schválili dalších 12 milionů korun na provoz Pražského inovačního institutu (PII). Organizace, která má podporovat inovace a vzdělávání ve městě, však dlouhodobě vzbuzuje otázky ohledně své role, přínosu i transparentnosti.

Norbert Odvárka

PII vznikl v roce 2020 jako zapsaný ústav, který měl být odborným zázemím pro projekty v oblasti moderních technologií, vzdělávání a podnikání. Podobné instituce fungují v řadě evropských metropolí a pomáhají městům čerpat evropské dotace nebo zavádět inovace do škol. V Praze však institut od počátku provázely politické spory, zejména kvůli tomu, že byl personálně i gesčně úzce spojen s Pirátskou stranou.

Audity a zásah policistů

Kontrola hospodaření institutu v minulých letech odhalila řadu závažných nedostatků. Auditní zprávy zveřejněné Pedagogickou komorou upozornily na neúplnou dokumentaci, neprůkazné účetní operace a smlouvy, které nebyly zveřejněny v registru smluv a tím se staly neplatnými. Auditři také uvedli, že kvůli nedodaným podkladům nebylo možné ověřit, zda institut po-



JEDNÍM z programů PII je tzv. Pražský herní akcelerátor zaměřený na podporu pražských studentských týmů v oblasti vývoje digitálních her. Otázkou je, zda právě toto je oblast, do které mají téci peníze z našich daní... Ilustrace: AI

stupoval v souladu s legislativou. Závažnost zjištění byla natolik vysoká, že se činností tehdejšího vedení začala zabývat Národní centrála proti organizovanému zločinu. Vyšetřované období skončilo v září 2022, kdy institut vedl tehdejší ředitel Bohumil Kartous.

Podle dostupných informací však většina problémů byla postupně řešena a institut mezitím prošel změnou vedení.

Financování, které se vrací na stůl každý rok

Institut funguje především díky evropským projektům, které však pokrývají jen konkrétní aktivity, nikoli běžný provoz. Na mzdy, administrativu a chod organizace tak PII každoročně žádá magistrát o dotaci. Letos jde o 12 milionů korun. Podle úředníků se opakuje situace, kdy institut v době rozhodování nemá zveřejněnu výroční zprávu ani kompletní vyúčtování předchozího roku, což komplikuje kontrolu hospodaření. A financování budí velké rozpaky i u komunálních politiků: „Pražský inovační institut dlouhodobě kritizujeme. Rada nyní opět schválila téměř 12 milionů korun na provoz pro rok 2026. Z toho jde asi 5,3 milionu na platy zhruba čtyř zaměstnanců, 3,7 milionu na nájem a 3 miliony na externí služby.

Praha tak každý rok platí chod této organizace z veřejných peněz. Osobně jsem byl i u výběru ředitele a dodnes jsem přesvědčen, že šlo hlavně o politickou trafikou pro Tomáše Lapáčka spojeného s Piráty. Po šesti letech existence ale stále chybí jasné výsledky, které by odpovídaly desítkám milionů korun, které do institutu z městského rozpočtu proudí,“ míní Vítězslav Novák (SPD), člen finančního výboru pro Prahu. A rozpačitý je i starosta Prahy 11 a pražský zastupitel Martin Sedek (ODS): „Poskytování dotací PII může s ohledem na otázniky, které fungování této organizace v minulosti vyvolávalo, a to zejména pokud jde o efektivnost nakládání s finančními prostředky, vzbuzovat i nyní pochybnosti o tom, zda takovou dotaci poskytnout.“

Navzdory kontroverzím institut stále realizuje řadu projektů, zejména v oblasti školství. Problémem však je, že velká část veřejnosti o těchto aktivitách vůbec neví...

INZERCE

Platí sousedi méně za energie?

Přijďte si k nám pro lepší nabídku s bonusem až 4 000 Kč

- ✓ **Naplánujte si návštěvu pobočky.** Můžete se objednat i předem na konkrétní čas.
- ✓ **Přineste fakturu za elektřinu i plyn od vašeho dodavatele.** Stačí ji mít v mobilu.
- ✓ **Zdarma vám připravíme nezávaznou nabídku na energie od nás.** K ní vám přidáme malý dárek.

Máte dotaz před návštěvou? Zavolejte nám, rádi vám poradíme.

☎ 705 837 944 📺 eon.cz/praha



Pobočka E.ON Rustonka

Sokolovská 115, Praha 8 – naproti stanici metra Invalidovna
pondělí a středa: 9–12, 13–17, pátek: 9–12



**Bonus
až
4 000 Kč**

e-on

Strakonice versus Praha

Dvě města se starají o zeleň, ale výsledek je rozdílný

■ Jihočeské Strakonice ukazují, že kvalitní péče o veřejnou zeleň nemusí stát stovky milionů. Praha má přitom v mnoha čtvrtích podobnou rozlohu zeleně, ale výsledky jsou nesrovnatelné.

Norbert Odvárka

Zatímco Strakonice si dlouhodobě drží pověst jednoho z nejlépe udržovaných měst v republice, v Praze se kvalita zeleně výrazně liší čtvrti od čtvrti. Některé městské části podle obyvatel i odborníků narážejí na roztržitěnou správu a výsledky, které neodpovídají vynaloženým prostředkům. Přitom například Praha 10 spravuje téměř stejnou plochu veřejné zeleně jako Strakonice – rozdíl je však v systému, kontinuitě i přístupu a je patrný také v číslech. Strakonice hospodaří s ročním rozpočtem 21,3 milionu korun (plus 4 miliony na nové akce), Praha 10 má na stejnou oblast 70 milionů korun. Přesto je kvalita zeleně podle mnoha obyvatel nesrovnatelná.

Strakonice: 35 let zkušenosti a jasný rukopis

Strakonice spravují 130 hektarů zeleně a k tomu 8 300 m² květinových záhonů. Celý odbor životního prostředí tvoří 14 lidí, z čehož pouze dva se starají o zeleň. Klíčovou osobností je Ing. Jaroslav Brůžek, který na odboru pracuje už 35 let a jehož přístup je založený na osobní odpovědnosti a dlouhodobé vizi. „Údržba zeleně nemůže fungovat bez osobní odpovědnosti a dlouhodobé koncepce. My



UKÁZKA veřejné zeleně v Praze 10. Městská část spravuje rozsáhlé plochy v hustě zastavěném prostředí, kde se péče o zeleň potýká s náročnějšími podmínkami velkého města. Foto: NO

ve Strakonících máme výhodu v tom, že s technickými službami pracujeme jako jeden tým. Známe se roky, máme mezi sebou osobní vazby a díky tomu dokážeme reagovat rychle a bez zbytečné byrokracie,“ říká Brůžek.

Město navíc získalo od technických služeb vlastní městské zahradnictví, které slouží komerčně a zároveň pro potřeby veřejné zeleně. Díky tomu mohou Strakonice pěstovat vlastní rostliny a obměňovat výzdo-

bu. „Každý rok se snažíme, aby město vypadalo trochu jinak. Výzdobu pravidelně obměňujeme a spolupracujeme s odborníky i univerzitami. Zároveň jsme v neustálém kontaktu s radnicí, takže všechny změny koordinujeme přímo z úřadu. Díky tomu má naše zeleň jednotný styl a jasný rukopis,“ dodává Brůžek.

Výsledek je vidět na první pohled: Strakonice působí upraveně, barevně a koncepčně. A to vše s rozpočtem, který je ve srovnání s Prahou téměř symbolický. V přepočtu jsou totiž roční náklady na údržbu jednoho strakonického hektaru zeleně 194 000 Kč, zatímco například uvedená Praha 10 vydává 518 000 Kč.

Praha: vysoké rozpočty, složité podmínky a rozdílné výsledky

Hlavní město jako celek investuje do veřejné zeleně výrazně více než menší města. Rozpočty jednotlivých městských částí se pohybují v desítkách až stovkách milionů korun ročně. Přesto se kvalita zeleně mezi čtvrtěmi výrazně liší a často neodpovídá tomu, kolik peněz se do ní vkládá. Zmíněná Praha 10 spravuje 135 hektarů veřejné zeleně, tedy prakticky stejnou plochu jako



VE STRAKONICÍCH si připadáte jako v rozkvetlé botanické zahradě. Zdroj: hradstrakonice.cz



JAROSLAV BRŮŽEK, Jan Čížek a zastupitel Prahy 10 Petr Kopecký při návštěvě městského skleníku ve Strakonici. Setkání bylo zaměřeno na ukázkou místního systému péče o veřejnou zeleň a fungování městského zahradnictví. Foto: NO

Strakonice. Zeleň je rozdělena do čtyř oblastí – Vršovice, Malešice, Strašnice a Záběhlice – a je v ní podle údajů z městské části přibližně 18 000 stromů, 2 000 laviček, 980 odpadkových košů a 115 dětských hřišť a sportovišť. Úklid se provádí jednou až třikrát týdně, seč čtyřikrát až osmkrát ročně a listí se hrabe dvakrát ročně. Každou oblast má na starosti jeden referent, ale přesto se městská část dlouhodobě potýká s kritikou obyvatel – od zanedbaných trávníků přes neudržované keře až po chybějící jednotnou koncepci. „Praha 10

má jiné podmínky než menší města. Zeleň je rozptýlená, zatížená provozem a často v komplikovaných lokalitách. Přesto se snažíme o systematickou péči a postupně zavádíme změny, které mají přinést lepší výsledky. Inspirace z jiných měst je pro nás vždy přínosná,“ uvedl Martin Pecánek, vedoucí Odboru životního prostředí MČ Praha 10.

Volby míchají kartami i koncepcí

Zastupitel Prahy 10 Petr Kopecký (SPD) se rozhodl situaci provéřit osobně přímo ve Strako-

nicích. „Na Desítku žiju dlouho. Všímám si, že naše městská část má v péči o zeleň velké rezervy. Ve čtvrti je spousta zanedbaných míst, která by mohla vypadat úplně jinak. Proto jsem se rozhodl jet do Strakonice a setkat se s panem Brůžkem, abych pochopil, jak to tam dělají. Strakonice vypadají jako arboretum nebo botanická zahrada – člověk má pocit, že je v úplně jiném světě.“

Kopecký zároveň upozorňuje na zásadní rozdíl mezi stabilitou malého města a politickou realitou Prahy. „Vím, že je pan Brůžek ve své funkci už dlouho. Úzce spolupracuje s radnicí i s technickými službami a ve Strakonici je všechno postavené na osobních vazbách. Je to malé město, všichni se znají a díky tomu mohou dlouhodobě plánovat. V Praze je to jiné. Každé čtyři roky vyhraje jiná strana, vymění se lidé a s nimi i celý koncept péče o zeleň. A právě to podle mě Prahu 10 svazuje nejmíc.“

Banánovníky v pražských ulicích?

K rozdílům mezi oběma městy se vyjadřuje také pražský patriot a dlouholetý obyvatel Prahy 10 Jan Čížek. Podle něj je hlavní rozdíl v tom, jak spolupracují úředníci a politici: „Strakonice jsou příkladem symbiózy úředníků/managerů a politiků. Politici do toho životnímu prostředí nemluví. Zadání je jediné: ať je to hezké a ať se to lidem líbí. Ředitelé se nemění. Tady máš rozpočet a ať jsou výsledky. U nás v Praze peníze jsou, ale zeleň se stala předmětem politikaření. Zahradníci pak nemohou dělat svoji práci dobře, když jim Piráti rozkazují, kolikrát můžou sekat. Schopný manažer jako ve Strakonici se ,vyřadí‘ a pak to ve městě vypadá jak v botanické zahradě. Ve Strakonici mne šokovalo, že vysazují i banánovníky do veřejného prostoru. Přes zimu si je připravují ve vlastních sklenicích. Takto by to jednou mělo vypadat i v Praze 10, občané by si to zasloužili.“



ING. JAROSLAV BRŮŽEK při práci ve městském zahradnictví ve Strakonici. Dlouholetý odborník na veřejnou zeleň stojí za koncepcí, která dává městu jednotný styl a vysokou úroveň péče. Foto: NO

INZERCE

Podzim života má být barevný. Ne šedý.

Stáří nemusí být o počítání každé koruny. Může být o radosti, cestách, setkáních a klidu.

Renta z nemovitosti Vám dá finanční prostor žít.


Doma. Bez splátek. Podle Vašich pravidel.

Je to dobou prověřený, solidní produkt, který Vás nezatíží, ale naopak Vám pomůže k lepšímu životu.

Čas nečeká, tak si ho pojdte ještě užít.
Váš Václav Vydra

NECHTE SI SPOČÍTAT VÝŠI VAŠÍ RENTY:

 rentaznemovitosti.cz

 233 321 850

Renta z nemovitosti
od **FINEMO.CZ**

10 LET
jsme tu
s Vámi



SC-504179/01

Miss Anna Marie Mařáková: Splnila jsem

■ Anna Marie Mařáková (21) získala v loňském ročníku soutěže Miss Czech Republic titul Miss Intercontinental Czech Republic 2025. Brněnská milovnice italské kuchyně tak může naplno rozvíjet svou budoucnost v modelingu, na sociálních sítích i ve svém oblíbeném marketingu.

Martin Dudek

O sobě tvrdíte, že máte talent na balet. Byla jste tedy tou malou dívkou, která stále tančila po celém domě, až vás rodiče nakonec na ten balet přihlásili?

Vlastně jsem byla vždy hodně neposedné dítě a pohyb mě velice naplňoval. Balet byl jeden ze sportů, kterým jsem se začala jako malá věnovat. Když rodiče viděli, jak moc mě baví a jaké mám výsledky, rozhodli se mě podpořit a přihlásit mě na konzervatoř.

Kdy jste se rozhodla, že se nestanete profesionální baletkou?

Asi ve chvíli, kdy přišly zdravotní problémy. Tehdy jsem byla zhruba půl roku úplně vyřazená a uvědomila si, jak křehká a náročná tato cesta je. Bylo to velmi

nedosáhne. Strašně mi na tom záleželo a jsem vděčná, že se mi to podařilo.

Soutěže krásy se dnes snaží ukazovat víc než jen tvář. Kdybychom vám vzali vizážisty, krásné šaty a šperky, co je ta nejdůležitější věc, kterou byste chtěla, aby si o vás lidé zapamatovali po pěti minutách rozhovoru?

Určitě energii a autenticitu. To, jak se člověk cítí s vámi, je mnohem silnější než to, jak vypadáte. Není to o šatech, špercích, botách ani make-upu.

Standards krásy se mění. Co pro vás osobně znamená být „krásná“? Je to o symetrii obličeje či postavy, nebo o tom, jakou energii dokáže člověk vnést do místnosti?

„Mým nejoblíbenějším koníčkem je práce v marketingu

těžké období, ale zpětně jsem za něj vděčná. Díky tomu dnes mohu být tam, kde jsem, a je to přesně místo, které na mě čekalo.

Co nebo kdo vás přivedl k myšlence zúčastnit se Miss Czech Republic?

Už od malička jsem Miss sledovala a chtěla být jako ty krásné ženy v televizi. Byl to pro mě životní sen, který jsem si chtěla splnit. Jsem typ člověka, který když po něčem opravdu touží, nedokáže se vzdát, dokud toho

Sice miluji estetiku, krásné tvary a proporce, ale pro mě je krása hlavně o energii. Vzhled hraje roli, ale mnohem důležitější je, jak člověk působí, jak se chová a jakou atmosféru kolem sebe vytváří.

Loni jste se veřejně pochlubila „přifouknutím“ rtů. Je tomu už více než půl roku – byla to dobrá volba?

Ano, byla. Upřímně, nejsem proti estetickým úpravám, pokud jsou provedené s citem a člověk se díky nim cítí lépe. Bylo to moje vědomé rozhodnutí a cítím se díky tomu dobře. Myslím si, že pokud člověk něco dělá pro sebe a s rozumem, je to naprosto v pořádku.

Všichni o vás díky Miss Czech Republic ví, že jste pohledná i sportovně nadaná. Máte ale nějaký „skrytý talent“ nebo bizarní koníček, o kterém nikdo neví a který by nás mohl překvapit? Můj skrytý talent je asi moje urputnost – když si něco umanu, jdu si za tím. Bizarní koníček úplně nemám, maximálně občasné vyjídání šuplíku s čokoládou (úsměv). Ale můj nejoblíbenější „koníček“ je práce – podnikám v marketingu a to je věc, která mě naplňuje.



ANNA září na přehlídkových molech. Foto: Miss Czech Republic

„MÝM SMYSLEM života je se neustále posouvat, být šťastná, úspěšná, učit se být tou nejlepší verzí sama sebe a díky tomu i lidem kolem sebe inspirovat a pomáhat tam, kde je to potřeba,“ prozradila o sobě. Foto: Valeri Lohoyda

si životní sen

O vás se ví, že po soutěži jste nezažila tzv. „missí“ nemoc, tedy že jste nevyměnila partnera.

Priznejte se – dostala jste nějaké nabídky, které by vás mohly svést na scestí?

Toto je pro mě no-go. S partnerem jsme spolu čtyři roky a máme silné pouto. Navzájem se podporujeme ve všem, co děláme, a já si opravdu moc vážím toho, co máme. Nemůžu si přát nic lepšího než to, co mám.

Proč jste se rozhodla věnovat projektu Nessuno, který se zaměřuje na boj proti závislostem na drogách, alkoholu a psychofarmakách?

Kvůli interním problémům s projektem dnes už spolu nespolupracujeme, takže na tuto otázku nemohu úplně odpovědět.

Ale znáte někoho ze svého blízkého okolí, který těmto démonům propadl?

Tomuto tématu jsem se věnovala hlavně z pohledu dnešního světa. Je to problém, který je čím dál tím častější, hlavně u generace, která právě vyrůstá. To byl důvod, proč jsem chtěla šířit pre-

venci, protože situace je v dnešní době opravdu alarmující.

Pocházíte z Brna, kde i žijete. Předpokládám ale, že často cestujete za prací do Prahy. Jste na DI rychlou řidičkou, nebo raději jezdíte vlakem či autobusem?

Do Prahy jezdím třikrát týdně, mám tam kancelář a klienty, takže je to můj denní chléb. A rozhodně vždycky jenom autem. Je to pro mě taková forma relaxu.


Vidíte svou budoucnost spíše v médiích, modelingu, podnikání nebo v navazujícím studiu?

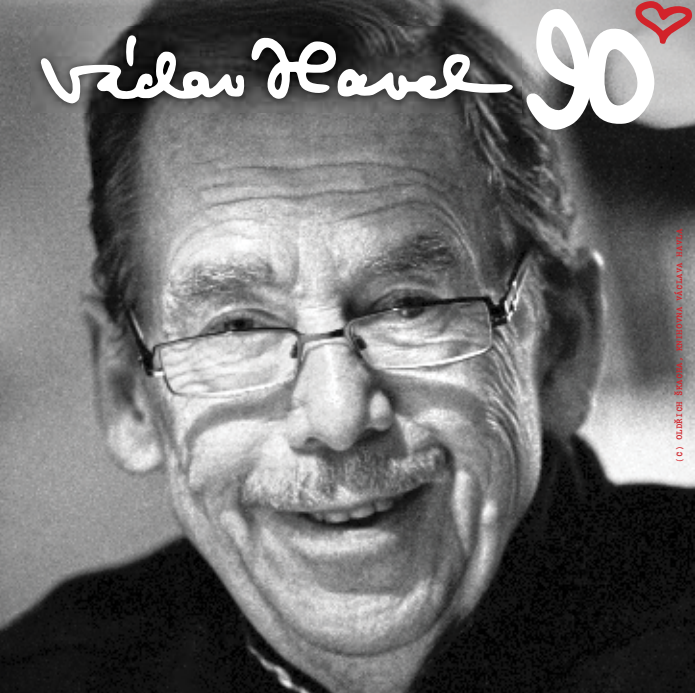
Určitě vidím svou budoucnost v marketingu. Ke svému podnikání jsme si s mou kamarádkou založily ještě vlastní marketingovou agenturu, která se krásně rozjela, a to je směr, kterým chci jít. Navíc studuji marketing a příští rok budu v posledním ročníku.


V 19 LETECH vyhrála v Paříži mezinárodní soutěž krásy Miss Supertalent of the World, o dva roky později zabodovala v Miss Czech Republic. Foto: Valeri Lohoyda







INZERCE






Václav Havel 90 



14.5.2026  16:00-21:00

PLECHÁRNA ČERNÝ MOST, BRYKSOVA 1002/20

Steamboat Stompers  Tematické výstavy
Film Tady Havel, slyšíte mě?  Beseda s pamětníky
DJ Vrtulník Michael V. (J.A.R.)
Retro fotokoutek  Dobová vozidla  Lennonova zed'

   PLECHÁRNA  

VSTUP ZDARMA

 **Byty PŘEZLETICE**



Komfortní byty 1+kk až 3+kk
Na samé hranici Prahy
ZKOLAUDOVÁNO
K nastěhování

 web

www.bytyprezletice.cz
tel.: 770 199 992

OPIDUM reality
Prodejce

SC-504164/03

Vyhraďte vstupenky na hudební komedii Janka Ledeckého

■ Co se vše stane v divadle SVĚT, které náhle změní majitele? Herci připraveni na zkoušení Shakespearova Othella se musí přizpůsobit novým poměrům. Nový majitel divadla potřebuje premiéru, která přitáhne turisty, ale na zkoušení není čas ani peníze, a tak se vezme to nejlepší z již existujících inscenací a velkolepá show může začít!

V divadle Hybernia se bude tancovat fackovací tanec, zpívat, když tma dovolí, dojde i na černé divadlo a rozhodně nebudou chybět ani akrobatická čísla. Hudební komedie Janka Ledeckého Zapomeňte na Shakespeara! je plná skvělých písniček, choreografií a především humoru.

„Hamlet, Galileo, Iago... Chuť na hudební komedii z divadelního prostředí ve mně zrála více než dvacet let. A jsem rád, že jsem si počkal. Dvacet let jsem sbíral všechny zásadní momenty divadelní magie na scéně i v zákulisí, abych vám je teď



OHNĚ, latex, hipohopový rap, obří Beruška i čmelák, hudba Beethovena i Ledeckého, bortící se divadlo a hovniválové žonglující s koulí přímo na scéně, to vše nabízí hudební komedie Zapomeňte na Shakespeara! Foto: Divadlo Hybernia

naservíroval nahuštěné do dvou hodin. Takže – držte si klobouky, pojedeme z kopce!“ říká Janek Ledecký, zpěvák, hudebník, skladatel, a především autor a režisér představení.

Z písničky rázem hit

Nezapomenutelná melodie refrénu písně „Nedotýkejte se

andělů“ se proplétá celým představením. „Když jsem se pustil do skládání muziky, věděl jsem, že ta ústřední písnička musí být o křehkosti a zranitelnosti umělecké duše. A jako první mě napadl slogan Nedotýkejte se andělů. Zařadil jsem ji do repertoáru svého letního open-air turné, abych ji otestoval. Za

skoro čtyřicet let mé kariéry se mi nestalo, aby písničku, která nezazněla v rádiu, v televizi a nebyla zveřejněná ani na sítích, se mnou od druhého refrénu zpívali všichni,“ zavzpomínal hudebník.

Podaří se premiéru a divadlo SVĚT zachránit? Přijďte to zjistit do divadla Hybernia! Těší se na vás v alternativních rolích Lucie Vondráčková/Ivana Korolová, Václav Kopta/Petr Vondráček, Tomáš Novotný/Jan Révai, Ernesto Čekan/Juraj Bernáth, Ladislav Korbel/Jakub Gabriel Rajnoch, Míša Zemánková/Michaela Nosková a další. (md)

Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 22. dubna 2026 na e-mail: soutez@ceskydomov.cz. Deset výherců získá po dvou vstupenkách na hudební komedii Zapomeňte na Shakespeara!

soutěžní otázka

Jak se jmenuje divadlo, o jehož osud v představení jde?

a) Divadlo SVĚT b) Divadlo HYBERNIA c) Divadlo OSUD

INZERCE

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!

**PRODEJ A PRONÁJEM NEMOVITOSTÍ V PRAZE
BEZPEČNĚ A S MAXIMÁLNÍM VÝNOSEM**

Co pro Vás uděláme:
Odhad tržní ceny zdarma
 Zpracujeme aktuální tržní analýzu, díky níž stanovíme optimální cenu pro rychlý a výhodný prodej.

Profesionální prodej a pronájem nemovitostí
 Postaráme se o vše – od marketingu přes prohlídky až po podpis smlouvy.
 Naší prioritou je spolehlivost, bezpečnost transakce a dosažení nejvyšší možné ceny.

Výkup nemovitostí
 Pokud potřebujete rychle řešit finance nebo právní situaci, zajistíme okamžitý výkup za férových podmínek.

Pronájem s prověřenými zájemci
 Vyhledáme pouze seriózní nájemce a prověříme jejich spolehlivost a bezdloužnost. Minimalizujeme riziko problémů.

Kompletní právní a administrativní servis
 Smlouvy, katastr, předávací protokoly – vše vyřešíme za vás.

Realitní kancelář Donna s.r.o.
Slavíkova 1608/15, 120 00 Praha 2
Info@donnareality.cz, Tel: 737 284 117
www.donnareality.cz

Herec a scenárista Rudolf Kubík: Příští komedii musím napsat bez bazénu!

■ Zahrál si čerta po boku Karla Gotta, ale také napsal komedii *S Oscarem se nerozvedu!*, která plní hlediště Divadla Na Fidlovačce diváky. Herec, textař a scenárista Rudolf Kubík (60) tak jen potvrzuje, že je mužem mnoha dovedností.



RUDOLF Kubík, autor komedie *S Oscarem se nerozvedu!* Foto: DNF

Kdy jste si poprvé uvědomil, že se chcete stát hercem?

Nevím přesně. Bylo mi něco kolem třinácti, když jsem začal navštěvovat v Mladé Boleslavi amatérský divadelní soubor. A tam jsem se do divadla zamíloval. Pamatuji si, že při prvním představení před publikem jsem měl takovou trému, až se mi rozklepaly nohy. Byla to nějaká antická tragédie, název si už nepamatuju. Naštěstí jsem stál za tympanem a nebylo to vidět. Trémou trpím dodnes a s přibývajícím věkem je to čím dál horší (úsměv).

S herectvím jste začal před rokem 1989. Když porovnáte tehdejší a současné podmínky i honoráře pro herce, je to jako poměřovat trabant s mercedesem?

Jasně! Podmínky byly jak v divadle, tak i ve filmu těžší. O nějakém komfortu se nedá vůbec mluvit. Ale zároveň to bylo v něčem hezčí. V divadle jsme byli jako rodina. Po představení se neutíkalo domů. Seděli jsme v divadelním klubu a mleli páté přes deváté dlouho do noci. A ráno hurá na zkoušku. My jsme tím divadlem žili. Honoráře absolutně neporovnatelné. Ale vždycky jsme nějak vyšli. Herci byli pokornější a myslím, že i profesionálnější. Teď mluvím hlavně o mladých lidech. Starší kolegové byli pro nás ti, od kterých jsme

se s vděčností učili. I dnes je kolem mě hodně pracovitých skvělých mladých kolegů, ale bohužel je i spousta těch, které víc zajímá, kolik mají zhlédnutí na instagramu, než třeba umět přesně a dobře daný text. Má první filmová role byla ve filmu *Citlivá místa* po boku Jany Břejchové. Jedné z našich nejzářivějších hvězd. A přitom byla tak normální, obyčejná, citlivá, pracovitá a hodná. Ona si nepotřebovala nic dokazovat! Chovala se ke mně jako máma a kamarádka. Pomáhala mi. Byla báječná.

Bavilo vás být čertem v pohádce *Z pekla štěstí*?

No jéje! A jak! Zahrát si v pohádce Zdeňka Trošky, a ještě tak krásnou roli, byl nádherný dárek. A ještě jsem dostal skvělého parťáka Vaška Vydrů. Moc nás to spolu bavilo. Máme stejný smysl pro humor, tak jsme si to fakt užili. A ve druhém pokračování nastoupil jako náš šéf Karel Gott. Strávili jsme spolu týden v pekle. Pobýt týden v pekle s Bohem, kdo to kdy zažil? Pan Gott byl nádherný člověk. Znal jsem ho už předtím, psal jsem mu nějaké texty. Neznám profesionálnějšího, pokornějšího, slušnějšího a vtipnějšího zpěváka, než byl pan Gott.

Divadlo Na Fidlovačce uvádí vaši komedii *S Oscarem se nerozvedu!* Děj se odehrává v 70. letech minulého století během jediného dne v hollywoodském apartmá s bazénem. Proč právě tam?

Chtěl jsem napsat komedii pro dvě zralé herečky. Postavy, které je budou bavit a které se jim budou dobře hrát. A také jsem nechtěl psát něco, co se odehrává třeba v Benátkách nad Jizerou. Miluju staré hollywoodské filmy, a tak byla volba celkem ihned jasná.

Roli Charlese jste psal už s vědomím, že si ji zahrájete?

Nebudu lhát. Ano. A byl jsem moc rád, že režisér Petr Veselý neměl nic proti. Mně nešlo ani o to hrát tu roli, ale bylo by mi moc líto hru odevzdat a s těmi mně milými kolegy u toho nebyť. Mám tam jen jeden výstup. Zbytek času sedím v portále a koukám, jak nádherně to všichni hrají. Vlastně nehrají, oni těmi postavami jsou. A jsem za to šťastný! Je to moc hezký pocit sledovat, jak ty postavy žijí, a zároveň poslouchat smích z publika. Děkuju za to!

Co vás na tomto projektu nejvíc bavilo a co naopak bylo nejtěžší přenést na jeviště?

Nejvíce mě bavilo setkávání se na zkouškách se všemi kolegy. Sledovat, jak skvěle a se zapálením pro věc pracují. Jak je to baví a těší. Je krásné pracovat s tak báječnými a osobitými herečkami, jako jsou Ivanka Chýlková s Ludmilou Molínovou.

Každému bych to přál. Stejně tak s Ondřejem Volejníkem, Eliškou Nezvalovou a režisérem Petrem Veselým. Ta práce byla opravdu radostná. Nejtěžší bylo asi pro pana režiséra vymyslet, jak vyřešit na jevišti bazén, který tam hraje důležitou roli. A vymyslel to výborně. Jen mi řekl: „Rudo, až budeš zase něco psát, tak prosím bez bazénu!“ (úsměv)

Je humor v této komedii spíš situační, nebo stojí na charakterech postav?

Spíš na charakterech postav. Ty postavy jsou šilené, zábavné a dojemné zároveň. Chtěl jsem, aby přesto všechno, co říkají a konají, byly divákovi milé. Aby jim fandil. Padají z nich občas až neuvěřitelná slova. Někdy drsná, jindy mrazivě vtipná. Pro mě je to herecký koncert Ivan-ky s Ludmilou. Každá je tak osobitá a jiná, ale fungují spolu nádherně!

Setkal jste se někdy s reakcí diváků, která vás překvapila — třeba že se smáli jinde, než jste čekal?

Před prvním představením jsem měl strašné nervy. Nevěděl jsem, jak budou diváci reagovat. Říkal jsem si, co když to nebude fungovat. Báł jsem se dost. Ale opak byl pravdou. Diváci se smáli hned po první replice. A po druhé replice zase. Smáli se tam, kde jsem doufal, že se smát budou, ale mnohdy i tam, kde jsem to vůbec nečekal. Dost se mi ulevilo. (md)

Celý rozhovor najdete na www.nasepraha.cz



VE SPOLEČNOSTI ostatních herců si Rudolf Kubík užije jeden výstup. Foto: Jan Urbánek



Úřad pro zahraniční styky a informace hledá posily na pozice

- Skladník**
- Referent nákupu**
- Kuchař**
- Uklízečka**
- Prodavačka**
- a další**

Nabízíme:

- práci v Praze,
- stabilní pracovní dobu,
- 5 týdnů dovolené a 3 dny sick days,
- plat až 45.000,- Kč měsíčně.

Vyžadujeme:

- trestní a morální bezúhonnost,
- dobrý zdravotní, fyzický
a psychický stav.



www.uzsi.cz/volne-pozice

Součástí přijímacího procesu je bezpečnostní řízení dle zákona č. 412/2005 Sb.
Více informací naleznete na uzsi.cz/volne-pozice

ČISTÍRNA ODĚVŮ

dry cleaning / laundry



- čištění vešk. oděvů
- svat. a spol. šatů
- bytového textilu
- bund a kabátů

www.royalclean.cz

NC Fénix

-1 PATRO

Freyova 945, Praha 9

PO-SO: 9:00 - 19:00 Mob.: 601 324 441



SC-504112/04



POHŘEBNÍ SLUŽBA
ČAKOVICE
ZDENĚK VÍTEK

PROVÁDÍ

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

Tel.: 603 861 635, 734 817 113

KANCELÁŘ

Plajnerova 251/8, Praha 9 – Čakovice

tel.: 603 861 635, 734 817 113

e-mail: pscakovice@seznam.cz

www.pscakovice.cz



S vlastní smuteční síní ve Vinoři.

SC-503926/08



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.

 CSG
Foundation

POWERED BY 

Praktická příručka upozorňuje na zrádnou chemii v domácnosti

■ Většina lidí si pod slovem chemie představí laboratoř plnou toxických látek, ne vlastní kuchyni, koupelnu nebo dětský pokoj. Nová brožura Domácnost bez chemie spotřebitelské organizace dTest ale ukazuje, že právě doma jsme chemickým látkám vystaveni velmi často.

Publikace vznikla v rámci mezinárodního projektu Život bez chemie pro všechny (ToxFree LIFE for All) a srozumitelně vysvětluje pojmy jako PFAS, mikroplasty či tékavé organické látky. Zároveň upozorňuje na rizika takzvaného „koktejlého efektu“, kdy kombinace více látek může působit silněji než každá látka zvlášť. „Příkladem je situace, kdy člověk používá běžnou kosmetiku, uklízí parfémovanými prostředky a žije v bytě s dřevotřískovým nábytkem. Zjednodušeně řečeno, i když každá látka splňuje zákonné limity, kombinace několika chemikálií může být riziková. Převedení do matematické rovnice by to vypadalo tak, že 0 + 0 + 0 může ve výsledku dát 7,“ vysvětluje rizika chemického koktejlu šéfredaktorka spotřebitelského

magazínu dTest Hana Hoffmannová.

Co doma vlastně dýcháme?

Příručka věnuje zvláštní pozornost také dětem, které jsou vůči chemické zátěži citlivější. „Nejcitlivější skupinou vůči nebezpečným látkám jsou děti. A to jednak kvůli nižší tělesné hmotnosti, jednak kvůli snazšímu vstupu látek do organismu, například proto, že děti častěji dýchají ústy a mají tenčí kůži,“ upozorňuje Hoffmannová. Čtenáři se také dozvědí, proč se nevyplatí opakovaně zahřívát jídlo v jednorázových obalech, z čeho všeho se vlastně skládá domácí prach, jak zlepšit kvalitu vzduchu v bytě nebo na co si dát pozor při výběru kosmetiky. Brožuru si můžete zdarma stáhnout z webu dTestu. (dTest, red)



VYVÍJEJÍCÍ se dětský organismus je náchylnější ke změnám v důsledku působení toxických látek, zejména k narušení hormonální regulace. Ilustrace: AI

Foglarova myšlenka se vrátila jako mobilní aplikace

ČR – Myšlenka Modrého života, kterou spisovatel Jaroslav Foglar představil už v roce 1934 ve své knize Přistav volá, ožila v moderní podobě. Skautská nadace Jaroslava Foglara spustila novou mobilní

aplikaci Modrý život, která pomáhá dětem i dospělým budovat dobré návyky, posilovat charakter a hledat rovnováhu v každodenním životě. Aplikace je zdarma ke stažení pro iPhone i Android. (red)

Pomozte seniorům zvládnout moderní technologie

ČR – Nezisková organizace Moudrá Síť spustila celorepublikový nábor digitálních asistentů – dobrovolníků, kteří seniorům pomohou „zkrotit“ moderní technologie formou individuálních setkání. Přidat se může prakticky každý se základní digitální znalostí a chutí pomáhat. Info na www.moudrasit.cz. (red)

INZERCE

Zdravý a fit v každém věku

bodyvital.cz

Rovnováha těla a mysli

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

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

NAŠE PRAHA

Loňský rok potvrdil demografický propad

ČR – V naší republice se v roce 2025 narodilo celkem 77,6 tisíce dětí, což představuje 8% meziroční pokles oproti roku 2024, kdy přišlo na svět 84,3 tisíce dětí. Nová data Českého statistického úřadu potvrzují, že Česko dále čelí výraznému poklesu porodnosti, který se stále silněji

promítá do celkového demografického vývoje země. Pokud se trend nepodaří zvrátit, bude mít podle expertů dopad nejen na zdravotní systém a oblast reprodukční medicíny, ale i na budoucí fungování trhu práce, školství, sociálního systému a ekonomiky jako celku. (PRO)

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

SHIELD
ZÁRUKA 15LET

EXKLUZIVNÍ NOVINKA

ANTI-AGE SÉRUM S ŽIVÝM KOLAGENEM A DRAČÍ KRVÍ

Nasytíte svoji pleť živým kolagenem s dračí krví a získáte zpět mládí pro svoji pleť. Pro ty, kteří preferují pro sebe to nejlepší.



10 PROBLÉMU JEDNO ŘEŠENÍ

1. Aktivně působí proti vráskám a dlouhodobě předchází vzniku nových
2. Stimuluje tělo k produkci vlastního kolagenu
3. Viditelně omlazuje a zlepšuje celkový vzhled pokožky
4. Zpevňuje kontury obličeje
5. Šetrně odstraňuje kožní buňky a urychluje regeneraci svrchní vrstvy pokožky
6. Výrazně zlepšuje hydrataci, pevnost, pružnost, jemnost a elasticitu pokožky
7. Rozjasňuje a sjednocuje barevný tón pleti
8. Částečně zesvětluje tmavé skvrny a jizvičky po akné
9. Má vyživující, zklidňující a revitalizující účinky, redukuje kožní nerovnosti
10. Vytváří na pokožce ochranný film, zabraňuje ztrátám vlhkosti a dehydrataci



NEZESTARNI.CZ
Živý kolagen nové generace

Převratné řešení na vrásky a unavenou pleť. Exkluzivní novinka obsahuje nejvzácnější hydrát nativního živého kolagenu nové generace, zpracovaný autorskou technologií Inventia – Triple Helix Formula, a magickou ingredienci tzv. Dračí krev. Dračí krev je tmavě červená míza ze vzácného Dračího stromu, kterou strom po narušení vylučuje na svoji ochranu, regeneraci a hojení.

„Živý kolagen v podobě hydrátu přináší překvapivé výsledky nejen v oblasti krásy, ale i regenerace“ říká na základě osobní zkušenosti významný plastický chirurg a celoživotní sportovec **doc. MUDr. Jan Měšťák, CSc.**

„Jedinečná kombinace přírodních, biologicky aktivních látek působí proti vráskám a dodává pokožce zdravý a mladistvý vzhled. Dochází k velmi výraznému zmenšení délky i hloubky vrásek, k šetrnému odstranění odumřelých kožních buněk a velmi snadnému pronikání aktivních látek do pokožky. Ta tak získává mladistvou pevnost, jas, svěžest a hedvábnou jemnost...“, říká **Eva Sojková** (*1954) zakladatelka poradenského kolagenového centra Wellness klubu NEZESTARNI.CZ, která se v rámci zkušebních programů více než 30 let zabývá účinky různých druhů kolagenů.

PRO KOHO JE SÉRUM VHDNÉ

Přírodní, biologicky aktivní a hypoalergenní sérum je vhodné pro všechny typy pleti, mladé, zralé i velmi citlivé, aknézní a problematické. Oceníte ho i na unavenou, povadlou, stresovanou a stárnoucí pleť se sklonem k tvorbě tmavých skvrn.

Receptura bez parabenů a jiných konzervantů.

POUŽÍVÁNÍ JE I V DOMÁCÍCH PODMÍNKÁCH NAPROSTO JEDNODUCHÉ

Minimální množství séra se nanáší na vlhkou pleť vždy jako podklad pod kosmetiku nebo make-up, proto se nemusíte vzdát své oblíbené kosmetické značky. Pro rychlý nástup účinků nebo při deficitu kolagenu vlivem věku, stresu a únavy, podpořte omlazující a regenerační procesy vnitřním používáním kolagenového doplňku stravy **INVITA SKIN BEAUTY** pro krásnou pleť, pružné tělo, ohebné klouby a zdravé vlasy a nehty.

Originální produkty s živým kolagenem zakoupíte v e-shopu dovozce na www.NEZESTARNI.cz | 775 373 379



Načtete QR kód
a nakoupíte se slevou
10 %

Fénix
NÁKUPNÍ CENTRUM



**MÁME VŠE,
čínské nudle
i francouzské nehty**

