

Jediny
čtrnáctidenník
v Praze 10



NAŠE PRAHA 10

Vršovice, Malešice, Strašnice, Záběhlice, Hostivař, Horní Měcholupy

12. 6. 2026

**Metropolitní plán:
Schválen, ale panují
rozpaky**



Více na straně 5

**Anketa k MS ve
fotbale: Kdo zvítězí
a uspějí naši?**



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-603927/132

INZERCE

PŘIJEĎTE SI UŽÍT LÉTO BEZ ÚMORNÝCH VEDER

- vychvalovaná gastronomie
- dojezd do 120min. z Prahy
- moderní přelivový nerezový bazén
- nádherná příroda
- polopenze

www.boudamama.cz

tel. +420 602 304 989, Pec pod Sněžkou



Bouda
Máma
wellness hotel

**Jitka
Hosprová:
Neobracím
se zpět
a nepláču!**

27
let jsme
s Vámi

Rozhovor na stranách 8 a 9



nasepraha.cz

Foto: Lenka Hatašová

**Vyhrajte
dětský
motokurz!**
Str. 10

SC-504349/02



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.

TAK SI MYSLÍM...



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

A je to tu! Až do 19. července bude celý fotbalový svět upírat svoje zraky do USA, Kanady a Mexika, které dohromady pořádají 23. světový šampionát. Tentokrát, po dvaceti letech, i za účasti naší reprezentace. Ta se mezi fotbalovou smetánku dostala až po dvou nervy drásajících barážových zápasech a penaltových rozstřelech.

Co od českých fotbalistů očekáváme? Pokud možno líbivou a efektivní hru, tedy opak toho, co nedávno předvedli naši hokejisté na mistrovství světa. Za soupeře budeme mít domácí Mexiko, Jižní Koreu a Jihoafričskou republiku (JAR). Z mého pohledu los velice příznivý a skupina tedy hratelná, ale samozřejmě je to pouze teorie. Proti našim postupovým touhám je třeba světový žebříček, kde je Mexiko na 15. příčce, Jižní Korea je 25., my 41. a JAR šedesátá. Snad to v tomhle pořadí také nedopadne a nebudeme balit kufrы už po základní skupině... A kdo je podle pražských politiků největší favorit na získání titulu a jak dopadne české mužstvo, to se dozvíte na dalších stránkách. Držme našim fotbalistům palce!

Psí akademie: bezplatný výcvik i poradenství

■ Městská část Praha 10 spustila nový projekt Psí akademie, který pomůže majitelům psů lépe zvládat každodenní situace v městském prostředí. Bezplatný program nabízí praktický výcvik, odborné konzultace i speciální lekce pro štěňata či bull plemena.

Praha 10 – Psí akademie je určena obyvatelům městské části s trvalým pobytem. Výcvik se zaměří například na přivolání, míjení jiných psů, budování pozornosti a správnou komunikaci mezi psem a majitelem. Nutná je ovšem předchozí online registrace na lekci. Součástí akademie jsou také pravidelné psí poradny v různých lokalitách Prahy 10, kam budou moci obyvatelé přijít bez registrace konzultovat konkrétní problémy s profesionálními trenéry.

„Soužití se psem ve městě přináší řadu každodenních situací i výzev. Právě proto považují za důležité podporovat základní výcvik takzvaného městského psa, který zvládá pohyb mezi lidmi, reaguje na přivolání a je bezpečným i pohodovým parťákem.



CÍLEM akademie je pomoci majitelům lépe porozumět svému psovi, předcházet problémovému chování a posílit bezpečné a ohleduplné soužití ve veřejném prostoru. Ilustrace: AI

Věřím, že prevence, vzdělávání a vzájemné porozumění jsou cestou k příjemnějšímu životu pro všechny,“ řekl starosta Prahy 10 Martin Valovič (ODS).

Výcvikové lekce budou probíhat v prostředí Pesoparku Uhřetěves, kapacita je však omezena na šest účastníků na lekci a ka-

ždý pes se může přihlásit pouze na jednu lekci.

Registrace již probíhají prostřednictvím online rezervačního systému, samotné lekce začnou 13. června. Registrace na psi-akademie-praha-10.dogres.cz, více informací na www.praha10.cz/psiakademie. (P10, red)

Zpestřete si léto kulturními scénami pod širým nebem

Praha 10 – Až do 30. srpna probíhá kulturní program na letních scénách v Malešickém parku, Heroldových sadech, na Zahradním Městě v parku Malinová-Chrpková, na Skalce v parčíku u Aldašínské a nově i na minigolfu na Gutovce. V každé lokalitě se dva-

krát týdně konají menší kulturní produkce, například vystoupení muzikantů a kapel, divadelní představení pro děti a dospělé, případně akce spojené s tematickými aktivitami pro rodiny s dětmi, letní kina apod. V místě letních scén je po celou dobu

programu vytvořena odpočinková zóna s pop-up občerstvením, kde se můžete setkat s přáteli či navázat nové sousedské vztahy. Všechny kulturní produkce jsou díky organizátorovi, MČ Praha 10, bezplatné, informace o nich najdete na radničním webu. (P10, red)

KOMENTÁŘ

Praha po letech dohadů schválila nový Metropolitní plán

Konečně, chtělo by se zvolat. Diskuse o změně a schválení se vedou už 20 let. Obyčejný člověk asi vrcholné dílo IPR pod vedením architekta Romana Kouckého neocení. Měl by. Jsou to tisíce hodin práce a vyjednávání.

Pro nás obyčejné smrtelníky to znamená, že se plánuje pokračování metra C do Uhřetěvesi, naopak trasou A dojedeme až na Zličín. Výstavba až 350 000 nových bytů. Lidi bydlet samozřejmě chtějí, ale ať se staví všude jinde než u jejich domu. To je logické. Ale zde nový Metropolitní plán úplně přívětivý

není. Má zahušťovat. Zastavět proluky, zvednout výšku zástavby.

Já osobně pro toto řešení úplně nejsem. Připomíná to historku, když se stavělo za socialismu sídliště Bohnice. A tehdejší urbanisté vše naplánovali poměrně moderně a velkoryse. Plno parků, zeleně, volnočasového prostoru. Jenže tehdejší šéf komunistů Kapek to viděl trochu jinak. Vzal inženýry do vrtulníku a z oblak jim kázal, kde bude který panelák stát. Dopadlo to, jak dopadlo.

Praha se bude rozšiřovat, to je jasné. Ale myslíme na pohodlí

obyvatel a estetiku především. Betonové město asi nikdo nechce. Zastavět by se měly primárně brownfieldy, tedy ošklivé části bývalých továren a jinak zanedbané pozemky. Věřme, že se tak stane a Praha bude ještě hezčí místo k životu, než je dnes!

Jan Čížek, pražský patriot
jan@czizekjan.cz



Praha 10 zve na čtvrtý ročník festivalu Desítka na Desítce

Malešický park se v sobotu 13. června promění v místo plné hudby, dobrého jídla, pivních speciálů a sousedské atmosféry. Městská část tu pořádá čtvrtý ročník oblíbeného festivalu, který nabídne pestrý program pro malé i velké návštěvníky.

Malešice – Akce začne ve 14.00 h. a potrvá až do 22.00 h., vstup je zdarma. Návštěvníci se mohou těšit na koncerty známých kapel, minipivovary, gastro zónu, soutěže, tombolu i bohatý program pro děti.

Festival nabídne vystoupení kapel Pražský výběr, Žlutý pes, Kašpárek v rohlíku nebo Western Girls. Chybět nebude ani dětská zóna s výtvarnou dílnou, malováním na obličej, fotokoutkem, divadelním představením či koncertem pro děti.

„Desítka na Desítce už se za poslední roky stala akcí, která dokáže přirozeně spojit lidi napříč generacemi. Mám rád právě ten její sousedský rozměr, kdy se v jednom parku potkají rodiny s dětmi, milovníci dobrého jídla, hudby i lidé, kteří si chtějí jen užít příjemné odpoledne s přáteli. Letos jsme opět připravili silný program a věřím, že si každý najde to svoje,“ říká starosta MČ Praha 10 Martin Valovič (ODS).

Připijte si se starostou

Festival tradičně propojí kvalitní hudební program s nabídkou regionálních pivních speciálů a street foodu. Představí se 15 minipivovarů, připravena je soutěž o nejlepší pivovar festivalu nebo společný pivní přípitek se starostou Prahy 10.

„Desítka na Desítce se za poslední roky významně posunula a dnes představuje festival, kterého účastní domácí špička minipivovarů a kde je možné ochutnat desítky různých speciálů. Navíc všichni návštěvníci zažijí kvalitní koncerty, dobré gastro i po-

hodovou atmosféru. Chceme, aby Praha 10 byla místem, kde lidé tráví čas rádi a kde veřejný prostor skutečně žije,“ doplňuje místostarosta MČ Praha 10 Pavel Šutka (ODS). Kompletní program akce na www.praha10.cz/desitkanadesitce. **(P10, red)**



SOUČÁSTÍ programu budou vystoupení hudebních kapel a také pivní soutěže. Ilustrace: AI

stanoviště velkoobjemových kontejnerů

místo přistavení	katastr	datum	čas
Malešice	Janderova × Chládkova	12. 6.	15:00–19:00
Strašnice	Dobročovicová × Slapská	13. 6.	8:00–12:00
Vinohrady	Chorvatská × Dykova	13. 6.	10:00–14:00
Záběhllice	Topolová × Jahodová	15. 6.	14:00–18:00
Záběhllice	Práčská 101, parkoviště pod Jasminovou	15. 6.	15:00–19:00
Vršovice	Ruská × Tolstého	16. 6.	15:00–19:00
Záběhllice	V Korytech × Jesenická	17. 6.	14:00–18:00
Michle	Za Sedmidomky × Pod Bohdalcem I.	18. 6.	15:00–19:00
Záběhllice	Šafránová × Chrpová (okraj parku)	19. 6.	15:00–19:00
Vršovice	Kodaňská × Norská	20. 6.	8:00–12:00
Strašnice	Vrátkovská × Tuklatská	20. 6.	10:00–14:00
Strašnice	Přetlucká × Prusická	22. 6.	14:00–18:00
Vršovice	Rybalkova × Charkovská	22. 6.	15:00–19:00
Strašnice	Pod Strání, vedle č. o. 33	23. 6.	15:00–19:00
Strašnice	Hostýnská (u školy)	24. 6.	14:00–18:00
Malešice	Heldova × Niederleho	25. 6.	15:00–19:00
Strašnice	Michelangelova (v proluce)	26. 6.	15:00–19:00
Strašnice	Mokřanská × Běžná (u tříděného odpadu)	27. 6.	8:00–12:00
Vršovice	Dukelská × Volyňská	27. 6.	10:00–14:00
Záběhllice	Tulipánová × Želivecká	29. 6.	15:00–19:00

Užijte si pohodový Psi den

Malešice – Vezměte svého čtyřnohého mazlíčka v sobotu 20. června do Malešického parku na zábavný pohodový program. Akce Psi na Desítce startuje v 11.00 h., těšit se můžete na soutěžní disciplíny, inspirativní ukázky a psí market a mnoho dalšího. Celý program včetně registrace do soutěží najdete na psinadesitce.cz. **(red)**

Vykradli směnárnu, prchli na elektrokoloběžkách

Štěrboholy – Kriminální z Obvodního ředitelství Praha IV pátrají po pachatelích, kteří se 20. května ráno vloupali do směnárny v obchodním centru ve Štěrboholech a z trezoru odcizili hotovost převyšující milion korun. Muži zákona zjistili, že zloději přijeli k obchodnímu domu na elektrokoloběžkách, které nechali zaparkované před obchodním domem a přes prodejnu pro kutily vstoupili do pasáže až k provozovně. Zde překonali vstupní dveře a vloupali se do trezoru. S odcizenou finanční hotovostí odjeli na elektrokoloběžkách k Dubči. Kriminální štetřením zjistili, že několik dní před vloupáním si prostor provo-

zovny přišel obhlédnout dosud neznámý muž, který si s největší pravděpodobností zmapoval terén a fungování zaměstnanců. Stejně tak se podařilo na kamerových záznamech dohledat vozidlo, které před obchodním domem čekalo až do odjezdu obou mužů na koloběžkách, nicméně se kriminalistům do této chvíle nepodařilo zjistit jeho další pohyb a registrační značku. Kriminální štetřením proto uvítají jakékoliv kamerové záznamy z vozidel a domů v době od 7.15 do 8.00 hodin ve Štěrboholech, například v ulicích Ústřední, Pod Altánem, Nad Horizontem, K Lesíku a směrem Dubeč. Další informace můžete volat na linku 158. **(PČR, red)**

Metropolitní plán – konečně schválen, ale panují rozpaky

■ Zastupitelé hlavního města schválili nový Územní plán hl. m. Prahy (Metropolitní plán), který nabude účinnosti 1. září a umožní intenzivnější rozvoj hlavního města. Podle jeho autorů chrání charakter více než 700 pražských lokalit, přírodu uvnitř města i jeho okolí, historické centrum i 44 typických městských výhledů.



„Z PŮVODNÍ vize se stal slepenec, který se snaží vyhovět všem a v mnohém si protřečí,“ uvedl na adresu schváleného Metropolitního plánu zastupitel Milan Urban. Foto: archiv

Praha – Jsou v něm zakotveny významné dopravní investice a projekty. Otevírá plochy brownfieldů pro výstavbu bytových čtvrtí, díky čemuž může vzniknout až 350 tisíc nových bytů. Umožní také prodloužení metra C do Uhřetěvesu a trasy A do Zličína.

„Praha potřebuje jasná a předvídatelná pravidla pro svůj rozvoj,

proto jsem hlasoval pro schválení nového územního plánu. Získáváme tím dokument, díky kterému nebude při plánování panovat chaos a budeme se moci dále věnovat věcem, které město skutečně trápí,“ uvedl zastupitel hl. m. Prahy a kandidát na primátora Tomáš Portlík (ODS) a dodal: „K samotnému plánu mám dlouhodobě výhrady, které opakuji už od roku 2014, a budu dělat vše pro jeho další zlepšování. Sám bych si dokázal představit ambicióznější přístup například u některých výškových staveb, protože Praha má být pestré město. Schválení ale považuji za správné a zodpovědné rozhodnutí.“

Ted' nastane práce...

K dokumentu se kriticky vyjádřil také pražský zastupitel Milan Urban (SPD): „Nový územní plán měl být jednoduchý, srozumitelný a představovat smělou vizi rozvoje Prahy. Nakonec jsme ale schválili dokument, který jsme ještě před hlasováním museli měnit, aby



PODLE DAT Českého statistického úřadu se za posledních pět let počet obyvatel hlavního města zvýšil o 147 677 lidí. Za stejné období se v Praze v rámci nové výstavby dokončilo jen 26 636 bytů. Nový Metropolitní plán by proto měl usnadnit bytovou výstavbu. Foto: archiv

vůbec prošel.“ Podle jeho slov se v plánu promítají i konkrétní problémy, které mohou komplikovat další rozvoj města. „Promarnila se šance využít velké brownfieldy pro nové čtvrti s občanskou vybaveností, zatímco jinde se tlačí vyš-

ková zástavba do proluk a sídlišť. Dokument je navíc těžko uchopitelný i pro odborníky. Schválili jsme základní nástroj, ale skutečná práce teprve začne při dopracování územních studií a regulačních plánů,“ dodal Urban. (red)

INZERCE

OPENING PARTY

NA NÁPLAVCE

PRAHA V SRDCI

Startujeme 25.6. v 16:00
na Náplavce Rašínovo nábřeží

Přijďte se s námi svést na vlně zábavy, hudby a dobré nálady.
Praho, jdeme do toho!
Startujeme kampaň do Zastupitelstva hlavního města Prahy a představíme našeho kandidáta na primátora, Ing. Milana Urbana.

PROGRAM

- Live kapela
- Večer DJ
- Grilování
- Míchané drinky
- Čepované pivo
- Skákací hrad
- Soutěže a hry

PETICE

Součástí akce bude také podpis petice za zachování lodí na náplavce

Těšíme se na vás!

WWW.CESKYDOMOV.CZ

HLEDÁME OSTRÍLENÉ 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

Pražští politici tipují fotbalový šampionát

Největšími favority Brazílie, Francie a

■ Mistrovství světa ve fotbale doslova již klepe na dveře a po dvaceti letech u toho bude i naše reprezentace. Jak dopadne? A který z týmů nakonec zvedne nejcennější pohár nad hlavu? Na to jsme se v anketě zeptali vlivných pražských politiků.

Martin Dudek

1. Který tým ovládne světový šampionát?
2. Jak dopadne naše reprezentace?
3. Zažil jste zajímavou příhodu spojenou s fotbalem?

Ondřej Kubín (ODS), starosta MČ Praha 4

1. Přemýšlím mezi Anglií a Francií, ale tipnu Francii. Její ofenzivní síla je brutální a fyzická i taktická vyspělost hráčů z top evropských klubů z ní dělá tým, proti kterému se hraje těžko.



2. Tipuji postup ze skupiny z druhého místa a za úspěch bych považoval osmifinále.
3. Spíše než jedna konkrétní příhoda mi naskakují myšlenky o tom, že v Praze 4 máme množství fotbalových klubů, které obětavě a úspěšně pracují s dětmi a mládeží, ale zároveň bojují s nedostatkem vhodných hřišť a zázemím pro tréninky. FC Tempo, AFK Slavoj Podolí nebo ABC Braník, to jsou některé příklady klubů, kterým bych moc přál další prostory pro sport a práci s dětmi.

David Vodrážka (ODS), starosta MČ Praha 13

1. Myslím, že Brazílie. Nejsem fotbalový odborník, ale jejich hru miluju. Protože je to Hra s velkým H. Radost z pohybu a ze sportu ... Kopou srdcem.
2. Myslím, že projdeme ze skupiny, ale třeba překvapíme.



ilustrační foto: Al

3. Trenér na fotbale mi řekl, že nemám nohy a vlohy pro fotbal, tak jsem začal hrát ragby. A to mi šlo a bavilo mě. Trenér měl pravdu, nemá cenu dělat něco na sílu.

Tomáš Portlík (ODS), starosta MČ Praha 9

1. Já bych sázel na Španělsko, protože je to tým, který mám dlouhodobě rád a baví mě, s jakou radostí fotbal hrají.
2. Protože jsem optimista, věřím, že určitě postoupí ze skupiny.
3. Momentálně chodím hrát fotbal se svým synem a musím říct, že nemáme nouzi o zajímavé příhody. Kolikrát mě překvapí, co všechno dokáže dětská fantazie na fotbalovém hřišti vymyslet.



Patrik Nacher (ANO), pražský zastupitel a poslanec

1. Brazílie nebo Francie, tyto týmy teď mají velmi silné útočníky.
2. Myslím, že na konec postoupíme ze skupiny z 2. místa.
3. Z fotbalu mám spoustu příhod. Ale jedna je vlastně trvalá – já jako hrdý sparťan chodím na fotbal se synem, který je věrným slávistou.



Ondřej Gros (ODS), starosta MČ Praha 8

1. Brazílie neměla moc dobrou kvalifikaci, ale je to pořád velmoc a šestý smysl mi říká, že letos by kanárci mohli získat titul.



2. Věřím v postup ze skupiny a při dobré konstelaci i postup přes 1. kolo play-off. Takže se dostaneme minimálně do osmifinále.
3. Příhod jsem jako dlouholetý aktivní hráč s fotbalem zažil opravdu mnoho. Ale nejraději vzpomínám na svoji diváckou účast na Euru 2012 na zápase Polsko-ČR 0:1 ve Wroclawi.

Milan Urban (SPD), pražský zastupitel

1. Favoritem je Francie. Má velmi silnou ofenzivu a je zvyklá hrát velké zápasy. Po minulém mistrovství může mít pocit, že si jde pro to, co jim Argentina vzala. Ve velmi dobré formě je však i Portugalsko, které může překvapit.
2. Česko má velkou šanci se z 3. místa dostat do 1/16 finále.
3. Může být výhra nad Anglií. Tak jako v Edenu, kde jsem byl se synem Martinem na legendárním zápase.



Ondřej Prokop (ANO), pražský zastupitel

1. Tipnul bych si Španělsko. Hrají rychlý a technický fotbal, který člověka baví, i když jim nemusí přímo fandit. Navíc mají mladé hráče, kteří vypadají, že se narodili s míčem u nohy. Takový tým má podle mě velkou šanci na výhru.
2. Jako správný fanoušek budu optimista. Věřím, že příjemně překvapíme. Český fotbal si po událostech v Edenu zaslouží trochu pozitivních zpráv,



VÁŽNĚ NEVÁŽNĚ O MISTROVSTVÍ SVĚTA

- **V roce 1986** skóroval argentinský fotbalista Diego Maradona ve čtvrtfinále proti Anglií rukou. Viděl to díky televizním záběrům celý svět, ale rozhodčí branku uznal a Argentina nakonec postoupila. Fotbalista dlouho mluvil o „boží ruce“, ale po téměř dvaceti letech se nakonec přiznal: „Jsem hodně malý a hlavou bych se k míči nikdy nedostal. Mám mi to ale překazili spoluhráči, kteří ke mně neběželi slavit. Řekl jsem jim, aby se na mě vrhli, protože jinak rozhodčí branku neuzná.“
- **V roce 1994** fotbalový svět zasáhla neuvěřitelná zpráva – v kolumbijském Medellinu byl na parkovišti u baru, z něhož odcházel, zastřelen 27letý kolumbijský fotbalista

Andres Escobar. Vrah před osudným výstřelem na něj zakřičel: „Díky za vlastní gól!“ Escobar si totiž v utkání s USA dal vlastní branku a Kolumbie po porážce 1:2 jela ze šampionátu domů. Podle následujícího vyšetřování si vraždu objednal sázkařská mafie, která vinou „vlastence“ ztratila na sázkách pět milionů dolarů...

- **V roce 1998** pomohlo mistrovství světa nizozemským policistům v Groningenu dostat za míže 25 hříšníků. Všichni byli odsouzeni ke kratším trestům odnětí svobody, ale v daném termínu se ve věznici nepřihlásili. Policisté je zatklí až během zápasů národního týmu ve Francii v jejich domácím prostředí, kde sledovali přímé přenosy.

Španělsko, naši postoupí ze skupiny

FOTBAL A EROTIKA

Podle výzkumu amerických vědců manželky a milenky, které nechtějí nechat své partnery sledovat fotbalové přenosy, dělají velkou chybu a v řadě případů se připravují o sexuální potěšení. Jak vyplynulo z detailního pozorování, po výhře týmu, kterému muži fandili, u nich významně vzrostla hladina testosteronu. A ten ovlivňuje chuť na sex...

Před mistrovstvím světa 2006 začala jedna německá firma podnikající v erotickém průmyslu prodávat dámské vibrátory se jmény známých fotbalistů. „Jejich

trénovaná svalnatá těla a silné nohy probouzejí fantazii fanynek,“ vysvětlila firma svůj nevšední krok. Někteří fotbalisté se jí však rozhodli zažalovat kvůli porušení práva na ochranu osobnosti.

Nejmenovaný reprezentant se jednou svěřil: „Proč jsem se rozvedl? To bylo tak – kdykoliv byl náš zápas v televizi, měla manželka doma milence. Jednou si ale neuvědomila, že se zápas vysílá ze záznamu, a tak najednou koukala na mne nejen v televizi, ale také ve dveřích...“

a když se sejde forma, týmový duch a pověstné české štěstíčko, můžeme určitě zabodovat. A kdyby nic jiného, fotbal má jednu skvělou vlastnost – umí Čechy spojit a na chvíli jim dát společnou radost.

3. Jako kluk jsem jednou na chatě kopl do míče tak nešikovně, že místo krásného gólu z toho bylo rozbité okno. Rychle jsem pochopil, že můj fotbalový talent bude lepší rozvíjet spíše bezpečnější cestou a fotbalu jsem se pak věnoval hlavně na PlayStationu. Myslím, že to nakonec ocenili všichni kolem. Hlavně babička a sklenář!

Jan Wolf (KDU-ČSL), pražský zastupitel

1. Tipuji jako vítěze některý tým z Jižní Ameriky, a to díky vysoké nadmořské výšce, kde se bude



šampionát hrát. Daleko se dostane i domácí Mexiko, zvláště pak díky tomu, že většinu zápasů odehraje na Aztéckém stadionu.

2. Já se přiznám, že už to, že jsme postoupili na šampionát,



beru trochu jako zázrak. A tak jakýkoliv bodový zisk budu slavít. Byť v postup ze základní skupiny moc nevěřím. Rád se nechám našimi reprezentanty mile překvapit.

3. O mně je známo, že jsem zarytý fanda klokanů, tedy pražské Bohemky, na kterou chodím od roku 1979. A těch příhod s fotbalem bylo nespočítatelně. Spíše řeknu pro mě ten nejsmutnější okamžik. Psal se rok 1985 a k získání titulu potřebovala Bohemka v posledním kole vyhrát a doufat, že Sparta nevyhraje v Banské Bystrici. Sparta opravdu prohrála 0:1, jenže klokaní doma v Dolíčku prohráli se Spartakem Trnava gólem Diana také 0:1. Já byl ten den na stadionu a fandil a ten smutek z tohoto zápasu jsem nerozhodil dodnes.

Vítězslav Novák (SPD), zastupitel MČ Praha 8

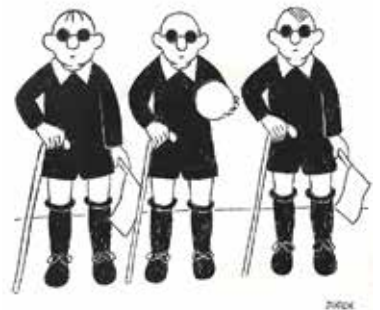
1. Tipuji Argentinu. Má zkušený tým, vítěznou mentalitu a v posledních letech dokázala, že zvládá i ty nejtěžší zápasy pod tlakem. Na druhou stranu mistrovství světa často přinese překvapení, takže bych nepodceňoval ani Francii nebo Španělsko.

2. Budu optimista a věřím v postup ze skupiny. Pokud se podaří navázat na bojovnost



a týmový výkon, osmifinále by nemělo být nereálným cílem. Ve vyřazovací části už pak rozhodují detaily a také trochu štěstí.

3. Nejsem typický fotbalový fanatik, protože většinu volného času dnes věnuji vytrvalostním sportům. Přesto si pamatuji atmosféru velkých reprezentačních zápasů, kdy se na chvíli spojí lidé bez ohledu na věk nebo názory. Právě schopnost sportu spojovat považují za jeho největší sílu.



ŘEKLI O FOTBALE

„Je to hra zasahující hluboko do duše, protože poskytuje všechny emoce v koncentrované podobě: radost, úzkost, pobouření i pocit krivdy.“ Etnolog Christian Brumberger

„Trenér nikdy nemůže být přítelem hráčů!“ Jupp Heynckes, německý kouč

„Už dlouho jsem sháněl záclony do kuchyně,“ prohlásil norský brankář Erik Thorsvedt po výměně dresů s mexickým brankářem na MS 1994.

INFO

Kdy a kde hrají naši?

Pátek 12. června: Jižní Korea – Česko (4.00 h. – Zapopan, Mexiko)

Čtvrtek 18. června: Česko – Jihoafrická republika (18.00 h. – Atlanta, USA)

Čtvrtek 25. června: Česko – Mexiko (3.00 h. – Mexiko City, Mexiko)

Začátky utkání jsou uvedeny ve středoevropském čase, což znamená, že pokud chceme sledovat české fotbalisty naživo, musíme si dvakrát hodně přivstat... (md)

Kdo nás bude reprezentovat?

Brankáři: Lukáš Horníček (SC Braga), Matěj Kovář (PSV Eindhoven), Jindřich Staněk (Slavia Praha)

Obránci: Vladimír Coufal (TSG 1899 Hoffenheim), David Doudera (Slavia Praha), Tomáš Holeš (Slavia Praha), Robin Hranáč (TSG 1899 Hoffenheim), Štěpán Chaloupek (Slavia Praha), David Jurásek (Slavia Praha), Ladislav Krejčí (Wolverhampton Wanderers FC), Jaroslav Zelený (Sparta Praha), David Zima (Slavia Praha).

Záložníci: Lukáš Červ (Viktoria Plzeň), Vladimír Darida (Hradec Králové), Lukáš Provod (Slavia Praha), Michal Sadílek (Slavia Praha), Hugo Sochůrek (Sparta Praha), Alexandr Sojka (Viktoria Plzeň), Tomáš Souček (West Ham), Pavel Sulc (Olympique Lyon), Denis Višínský (Viktoria Plzeň).

Útočníci: Adam Hložek (TSG 1899 Hoffenheim), Tomáš Chorý (Slavia Praha), Mojmir Chytil (Slavia Praha), Jan Kuchta (Sparta Praha), Patrik Schick (Bayer 04 Leverkusen).

Kdo s kým?

Skupina A: Mexiko, Jihoafrická republika, Jižní Korea, Česko

Skupina B: Kanada, Bosna a Hercegovina, Katar, Švýcarsko

Skupina C: Brazílie, Maroko, Haiti, Skotsko

Skupina D: USA, Paraguay, Austrálie, Turecko

Skupina E: Německo, Curaçao, Pobřeží slonoviny, Ekvádor

Skupina F: Nizozemsko, Japonsko, Švédsko, Tunisko

Skupina G: Belgie, Egypt, Írán, Nový Zéland

Skupina H: Španělsko, Kapverdy, Saúdská Arábie, Uruguay

Skupina I: Francie, Senegal, Irák, Norsko

Skupina J: Argentina, Alžírsko, Rakousko, Jordánsko

Skupina K: Portugalsko, Kongo, Uzbekistán, Kolumbie

Skupina L: Anglie, Chorvatsko, Ghana, Panama

Jitka Hosprová: Neobracím se zpět a

■ Historicky první česká sólová violistka Jitka Hosprová (50) v rozhovoru přibližuje svoji vášň k přehlíženému nástroji, vypráví o partnerském splynutí v Itálii i o tom, jak v džungli trumfla arcibiskupa.

Martin Dudek

Často mluvíte o „misi violy“. Co vás na tomto nástroji fascinuje natolik, že jste mu zasvětila celý život?

Pro mne byla viola jako čistý list papíru. Začala jsem se s ní seznamovat v okamžiku, kdy mi poprvé přišla do ruky. Drží se sice stejně jako housle a je jen o trochu větší, ale už notový zápis je v jiném klíči – altovém. To, co fungovalo na housle, bylo najednou jinak, ale to se časem naučíte. Nejvíce fascinující pro mě byla hudba, která pro ni byla komponována, a také příběhy slavných violistů. Bývaly to nesmírně zajímavé osobnosti a často i skladatelé, kteří do tónů violy svěřovali své nejhlubší emoce a nálady. Celý ten obor mě nadchl a měla jsem i štěstí na profesory, kteří byli velcí patrioti a inspirativní lidé.

Kdybyste mohla vrátit čas na začátek své kariéry, udělala byste něco jinak?

Chce se mi říci, že jsem měla začít se sólovou cestou dříve. Na HAMU jsem se velmi intenzivně věnovala kvartetu, ale díky němu jsem poznala celou řadu legendárních muzikantů, se kterými jsem mohla pracovat. Ta hudební komplexnost by mi dnes asi hodně chyběla. Samozřejmě, z dnešního pohledu bych některé věci udělala jinak, ale myslím, že kdyby mě někdo vrátil o dvacet let zpět, rozhodovala bych se nejspíš stejně.

Máte za sebou mnoho koncertů po světě. Existuje místo nebo publikum, které vás svou reakcí opravdu dojal?

Nezapomenu na koncert v brazilském Sao Joao Nepomuceno. Je to malé město v džungli, které nese název po našem svatém Janu Nepomuckém. Měla jsem tam mít hodinový sólový recitál v kostele a vůbec jsem netušila, do čeho jdu. Když jsem dorazila na místo, čekalo tam kolem dvou tisíc lidí, brazilský arcibiskup, princ a velké procesí s ohňostrojem k uctění světce. Při představě, že mám místním lidem, kteří patrně nikdy nebyli na koncertě, hrát hodinu sólově tklivý repertoár, mě svíraly mráčky. Nakonec jsem se odhodlala vstoupit a začala



JITKA HOSPROVÁ se díky letošnímu festivalu Procházky uměním několikrát představí také v Praze. Foto: Lenka Hatašová

hrát. Ta reakce byla neuvěřitelná. Bylo to pro ně tak nové, že okamžitě ztichli, děti si posedaly kolem mě na zem a jen poslouchaly. Měla jsem překladatele, který jim přiblížil mé vyprávění o skladbách. Arcibiskup mi pak na recepci řekl, že takové ticho nebývá ani na jeho mši.

Váš manžel je Ital, žijete mezi českou a italskou kulturou. V čem se podle vás nejvíce liší vztah lidí k umění v Česku a na Apeninském poloostrově?

Zásadní rozdíl je v tom, že Italové si umělců nesmírně váží. Chápu, že sportovat může téměř každý, ale umělec je pro ně někdo výjimečný. A pokud zjistí, že jste k tomu ještě „normální“ člověk, úplně vás milují. U nás jsme bohužel v očích širší populace bráni tak trochu jako příživníci. Myslím, že kdyby

lidé věděli, jak moc jsou naši skladatelé a interpreti ve světě uznávaní, možná by své priority přehodnotili. Jsme malá země, ale nesmírně bohatá na kulturní dědictví. Vždy jsem to cítila silněji všude jinde ve světě než doma.

Manžel je také špičkový hudebník. Je pro vás společné hraní spíše romantika, nebo profesionální disciplína?

Maurizio je skvělý houslista a fantastický pedagog. Hrát s ním je radost, ale jakmile vezmeme nástroje do ruky, nastupuje tvrdá profesionalita. Chceme dosáhnout nejlepšího možného výsledku. To, že jsme při hraní „jedna duše a jedno tělo“, diváci rychle vycítí. Často nám říkají, že zníme jako jeden nástroj. Každý společný koncert je pro nás svátkem.

Letos pořádáte už XIV. ročník festivalu Procházky uměním pod mottom „Živé mosty kultury“. Na co se posluchači mohou těšit?

Mohou se těšit na krásné koncerty v historických lokacích Prahy, ale i v Plzeňském a Karlovarském kraji. Programy jsou letos velmi originální a na všech koncertech se s posluchači potkám i já se svou violou. V Praze nás čeká například 22. června koncert v kostele sv. Michala v Jirchářích, kde se představím ve virtuózním duu s kontrabasistkou Evou Šašinkovou za doprovodu úžasného barytonisty Filipa Bandžaka. A 19. října si v klášteře Minoritů zahrají se srbským akordeonistou Srdjanem Vučinaševićem a Apollon Kvartetem. Celý rok společně završíme 20. prosince adventním koncertem v kapli Italského kulturního institutu. Tam se k nám připojí Barbora Munzarová a soubor Gentleman Singers. Kompletní program festivalu a možnost zakoupení vstupenek najdou zájemci na www.prochazkyumenim.cz.

Syn vyrůstá v hudebním prostředí. Přála byste si, aby šel také profesionální cestou?

Vedeme syna k velké vnitřní svobodě. My s manželem jsme oba z nehudebních rodin a hudbu jsme si vybrali sami z vnitřního přesvědčení. Stejně tak se musí rozhodnout i náš syn. Pokud bude „hořet“ pro něco jiného, budeme ho s radostí podporovat. Je ale pravda, že doma má své housličky, a když cvičím, hraje se mnou. Ale nesmím mu do toho zasahovat! (smích)

Jak vás změnilo mateřství – nejen lidsky, ale i hudebně?

Moji předchozí partneři neměli představu, jak bychom rodinu mohli zvládnout, a vlastně o ni v hloubi duše nestáli. Proto jsem pokaždé odešla. Maurizio mě naopak od začátku chtěl vidět jako matku, a byl přesvědčený, že budu hrát ještě lépe. Po narození syna jsem tomu sice hned nevěřila, chtěla jsem si mateřství hlavně užít, ale okamžiky s violou byly najednou jiné. Přibýlo mi sice hodně práce – máme dvě domácnosti, náročnou logistiku, cestování a k tomu dva umělce v rodině – ale čas s violou je teď mnohem vzácnější.

nepláču!

Mateřství mě osvobodilo od violy a viola od mateřství. Interpretuji s mnohem větší jistotou a efektivitou. Jsem vděčná, že jsem si na tento ženský potenciál mohla sáhnout, je to fascinující objev pro každou ženu.

Ve vztahu s Mauriziem působíte velmi harmonicky. Co je pro vás v partnerství nejdůležitější?

Splynutí. To, že nemusíte nic vysvětlovat. Ten druhý je jako vaše součást, ke které se chováte se stejnou láskou a úctou jako k sobě. My s manželem můžeme být každý na jiné straně planety a nic se nemění. Nikdy předtím jsem to tak neměla. Dříve jsem do vztahů hodně investovala, někdy i na úkor kariéry, ale ničeho nelituji. Byla to velká škola. Díky tomu všemu dnes hudba, která je plná emocí a vášní, skrže mě lépe promlouvá.

Co vám pomohlo neztratit sebevědomí v těžkých časech?

S každou zvládnutou situací sebevědomí roste. Hodně mi pomohlo duchovní hledání. Věci,



„HUDBA je řehole, kterou bez hlubokého zanícení prostě nelze zvládnout,“ říká první dáma české violy. Foto: Martin Juha

kteří se nedařily, jsem nebrala jako prohry, ale jako dary. Naučila jsem se neobracet se zpět a neplakat. Nikdy jsem například nepocítila závist – věřím, že když člověk přeje druhým, bude přáno i jemu. Boží řád má svá pravidla a já se je naučila vnímat. Když se dostanete do stadia vyššího vědomí, přestanete se divit a bát.

Působíte velmi elegantně. Mají to podle vás ženy v klasické hudbě stále těžší než muži?

V ženské síle je něco, co si muž nedovede ani představit – takové zkratka jsme. Ale bez mužů bychom to také nezvládly. Ta situace se samozřejmě zlepšuje. Když jsem začínala, byla jsem pro mnohé instituce až příliš „atraktivní“. Dnes chodí světové hvězdy na pódia v minisukních a na jehlách a bere se to jako plus. Já jsem ráda, že jsem se touto cestou nevydala. Na minisukně už to u mě není (smích), ale je to každého volba. Myslím si, že elegance ke klasice patří. Lacinost

mi nikdy nebyla blízká, podle mě shazuje ženy obecně. Někdy si za ty předsudky zkrátka můžeme i samy.

Za 25 let cestování po světových jevištích jste určitě zažila i spoustu humorných situací. Máte na závěr nějakou vtipnou historku? Nejvíce jsem jich zažila přímo na vlastní kůži společně s manželem. Jednou v Itálii manželovi hned po úvodních taktích vypadla kontaktní čočka. Cítila jsem, že něco není v pořádku, ale netušila jsem co. Jen se stále víc bořil do not a vůbec jsme nebyli v kontaktu. Mně pro změnu po chvíli začalo oslňovat zapadající slunce a oko mi tak slzelo, že jsem neviděla téměř nic. V kostele bylo asi 400 lidí a my hráli napůl slepí skoro hodinu, než přišla pauza. Když jsme se za bouřlivého potlesku ukláněli, podívala jsem se na Maurizia, co se dělo. Ten se v tu chvíli nahnul k jedné paní v první řadě, která mu podávala tu vypadlou čočku, a on si ji prostě strčil do úst! Odcházeli jsme z pódia naprosto vyčerpaní – já s rozteklým make-upem a on s čočkou v puse. Ta paní v první řadě byla shodou okolností manželova optička a jen zděšeně hlesla: „O Madonna!“

INZERCE



**VSTUPNÍ PREVENTIVNÍ
VYŠETŘENÍ ŠEDÉHO
ZÁKALU ZDARMA** +

**SLEVA
50%
NA OCT**

Šedý zákal patří mezi **nejčastější oční onemocnění** u seniorů. Pravidelná kontrola je klíčová pro **včasné odhalení** a bezpečné provedení operace. Vstupní preventivní vyšetření za účelem zjištění šedého zákalu u nás absolvujete **ZDARMA**. Zjistíme stav vašich očí a doporučíme další postup.

Pro samotnou operaci šedého zákalu je však doporučeno mít vyšetření OCT. OCT umožňuje detailní zobrazení sítnice a očního nervu a je vhodné pro přesné plánování a bezpečný průběh operace. **Běžná cena vyšetření na šedý zákal s OCT je 800 Kč. Nyní máte 50% slevu – zaplatíte pouze 400 Kč.**



**POUKAZ NA PREVENTIVNÍ VYŠETŘENÍ
ŠEDÉHO ZÁKALU ZDARMA**

Oční klinika NeoVize Praha
ulice Budějovická 778/3a, Praha 4 - Pankrác
tel.: 777 643 020, paha@neovize.cz

neovize.cz

Objednejte se ještě dnes telefonicky
nebo emailem a v den vyšetření předložte tento poukaz.

Děti na motorce? V Pitlandu samozřejmost!

■ Znáte Pitland? Unikátní místo v Praze, kde se dá jezdit na motorce po celý rok bez ohledu na počasí. V obrovské indoor hale ve Zličíně najdete speciální motocyklovou dráhu, na které si jízdu vyzkouší úplní začátečníci, hobby jezdci i zkušení motorkáři.

Pitland je moderní tréninkové centrum zaměřené na výuku správné techniky jízdy. Jezdí se zde na malých elektrických motorkách zvaných ePity, které jsou lehké, tiché a velmi snadno ovladatelné. Díky tomu zvládne první jízdu prakticky každý – i ten, kdo na motorce nikdy neseděl. Velkou výhodou je, že veškeré vybavení si můžete zapůjčit přímo na místě. K dispozici jsou helmy, kombinézy, rukavice i další ochranné prvky, takže stačí přijít a vyrazit na trať.

Motorky i pro děti

Pitland ale není jen pro dospělé. Velmi oblíbené jsou také dětské moto kurzy, které umožňují dětem bezpečně poznat svět



MALÉ elektrické motorky jsou přizpůsobené právě dětem – jsou lehké, bezpečné a velmi dobře ovladatelné. Foto: Pitland

motorek. Kurzy jsou určeny pro děti přibližně od 6 let do výšky 150 cm. Probíhají v malých skupinkách, aby se instruktor mohl každému věnovat individuálně. Děti se během dvouhodinového programu naučí základní ovlá-

dání motorky – rozjezdy, brzdění, zatáčení i správný postoj na motorce. Na konci kurzu si navíc vyzkouší jízdu na velké dráze v hale, kde si mohou naplno užít pocit z jízdy. Pro mnoho malých jezdců je to vůbec první zku-

šenost s motorkou, která často přeroste ve velký koníček.

Zábava pro celou rodinu

Pitland často navštěvují celé rodiny. Zatímco děti absolvují svůj kurz, rodiče si mohou jízdu vyzkoušet také nebo sledovat jejich první motocyklové zážitky přímo u trati. Velkou výhodou je, že v Pitlandu se jezdí celoročně pod střechou, takže počasí nehraje žádnou roli. (red)

Soutěž o dětský moto kurz

Ve spolupráci s Pitlandem můžete nyní vyhrát 6 voucherů na dětský moto kurz, kde si malí jezdci vyzkouší své první jízdy na motorce pod dohledem zkušených instruktorů. Stačí do 22. června odpovědět na soutěžní otázku a zaslat odpověď na e-mail: soutez@ceskydomov.cz. Do předmětu e-mailu napište PITLAND.

soutěžní otázka

Kolik stojí dětský kurz?

a) 2700 Kč, b) 2950 Kč, c) 3100 Kč
Nápovědu najdete na www.pitland.cz

INZERCE

PPF GENERÁLNÍ PARTNER UVÁDÍ

Letní shakespearovské slavnosti 2026

20. – 24. 7.

Jak se vám líbí

shakespeare.cz

N&M REALITY

STAROSTI S PRODEJEM VAŠÍ NEMOVITOSTI NECHEJTE NA NÁS!

ZAŘÍDÍME PRO VÁS

- Prodej/pronájem Vaší nemovitosti za nejvyšší možnou cenu
- Hypotéku Vám na míru
- Okamžitý odkup nemovitosti
- Zálohu na kupní cenu nemovitosti

KOMPLETNÍ REALITNÍ SERVIS

DEJTE NÁM TIP 20 000 Kč NA NĚKOHO, KDO PRODÁVÁ NEMOVITOST

Markéta a Jiří KALVODOVI
realitní specialisté

604 874 330
www.kalvodovi-reality.cz



SC-50437/04

SC-50437/01

Za hnutí ANO se o primátorský řetěz uchází Ondřej Prokop

Praha – Krajský sněm hnutí ANO schválil kandidátní listinu pro nadcházející komunální volby v Praze i kandidáty do Senátu. Lídrem pražské kandidátky byl zvolen předseda pražské organizace hnutí ANO a zastupitel hl. m. Prahy Ondřej Prokop. Na předních příčkách kandidátky ho následují zkušení komunální politici Mária Ševčíková, Martin Benkovič, Lenka Vedralová a Jan Hušbauer.

„Ukončíme stagnaci našeho hlavního města i zhoršování života Pražanů, které způsobila letitá hloupá politika založená na ideologických bojích a hádkách. Praha je dnes v kritickém stavu: doprava kolabuje, z druhé nejlepší MHD na světě máme ušmudlané zastávky plné odpadků, tramvaje bez slibovaných klimatizací trčí v nekoneč-

ných kolonách a přestaly jezdit včas. Bydlení je nedostupné už i pro pražskou střední třídu, školy jsou plné a nadějní deváťáci, kteří by se v jiných krajích bez problému dostali na svou vysněnou střední školu, mají v Praze smůlu,“ říká lídr kandidátky Ondřej Prokop a dodává: „Město potřebuje kompetentní manažerské vedení, které bude mít od prvního dne po volbách odvahu i zkušenosti rozhodovat. Ne vedení, které se bude schovávat za další zbytečné studie, obrázky a vizualizace. Proto naši kandidátku stavíme na lidech z městských částí, kteří už dokázali, že umí projekty nejen vymyslet a namalovat, ale hlavně dotahovat. K čemu jsou Pražanům tisíce obecních bytů a nové školy jen na obrázcích v archivu magistrátu?“ (red)



LÍDR kandidátky Ondřej Prokop (uprostřed) se členy týmu z městských částí, kteří se ucházejí o místa na magistrátu. Foto: ANO

Ve vedrech nám opět pomohou mlžítka a osvěžitka

Praha – Ve veřejném prostoru znovu našly uplatnění populární mlžítka a osvěžitka. Ta ve svém nejbližším okolí dokáží pocitově snížit teplotu vzduchu, zvýšit vlhkost a snížit prašnost. Celkově je na území hlavního města nainstalováno 47 mlžítek a osvěžitek. Letní osvěžení se vrátilo také na Pražský hrad. První mlžítka se loni objevilo ve Zlaté uličce a rychle si získalo oblibu. „Letos proto přibyla další dvě stanoviště – u Prašného mostu a na 2. nádvoří. Právě tam dostalo mlžítka speciální podobu, aby citlivě navázalo na původní prvorepublikový

poklop od Jože Plečnika,“ sdělil tiskový mluvčí společnosti Pražské vodovody a kanalizace (PVK) Tomáš Mrázek.

Pražané a návštěvníci metropole se mohou osvěžit například na Staroměstském náměstí, Újezdu, Ovocném trhu, Pochořelci, Mariánském náměstí, Karlínském náměstí, v Řepích či Čakovících. Přesné rozmístění mlžítek a osvěžitek lze najít na internetu. Mlžítka se aktivují automaticky v předem stanoveném časovém intervalu za předpokladu, že okolní teplota přesáhne 23 °C. Osvěžitka jsou samoobslužná. (PVK, red)



„MLŽÍTKA a osvěžitka patří k letnímu provozu města a nabízejí možnost osvěžení pro Pražany i návštěvníky,“ uvedl náměstek pro oblast infrastruktury Michal Hroza (TOP 09). Foto: PVK

Údržba soch Staroměstského orloje

Staré Město – V polovině května začala pravidelná údržba soch na Staroměstském orloji. Opravováno bude celkem osm soch. V první etapě jsou restaurovány čtyři sochy ze spodní řady, na kterou naváže druhá etapa dalšími čtyřmi. Součástí údržby je demontáž, převoz soch do restaurátorských dílen, odborné restaurování, zpětná montáž a kontrola funkčnosti po opětovném uvedení do provozu. Na původní místo by se měly sochy z druhé etapy vrátit v říjnu. Předpokládaná cena prací včetně manipulace, převozu atd. je 367 tisíc korun bez DPH. (MHMP, red)

Metropole udělí ocenění, čestným občanem bude Prokop



MICHAL Prokop je český rocker, bluesman a bývalý politik. Foto: www.michalprokop.cz

Praha – Radní hl. m. Prahy schválili ocenění pro celkem sedm osobností a městskou organizaci Divadlo Spejbla a Hurvínka. Čestná občanství získají hudebník Michal Prokop a francouzský politolog Jacques Rupnik. Stříbrnou medaili dostanou bývalá basketbalistka a stávající průvodkyně v Rezidenci primátora hlavního města Prahy Ludmila Ordnungová, historik Petr Čornej, psycholog Jaroslav Šturma, malíř Pavel Vavrys a Divadlo Spejbla a Hurvínka. Bronzovou medaili převezme od zástupců hlavního města policistka Kateřina Brodňanová. Čestná občanství a medaile uděluje metropole každoročně jako zvláštní projev úcty osobnostem, které mají úzký vztah k hlavnímu městu Praze. (MHMP, red)

Oběti domácího násilí najdou zastání

Vinohrady – Intervenční centrum Praha, které pomáhá osobám ohroženým domácím násilím a nebezpečným pronásledováním, nově působí na adrese Křišťanova 675/3. Služby centra mohou využít nejen osoby, u nichž došlo k vykazování násilné osoby Policií ČR, ale každý, kdo se ocitl v ohrožující situaci nebo hledá pomoc pro někoho ve svém okolí. „Jak důležitá je práce Intervenčního centra

Praha, potvrzují i naše aktuální data – jen za první čtyři měsíce letošního roku centrum pomohlo 168 ohroženým osobám, z toho 94 dětem,“ uvedla náměstkyně primátora hl. m. Prahy pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví Alexandra Udženija (ODS). Podle dat agentury STEM má v České republice osobní zkušenost s domácím násilím každá pátá žena a každý desátý muž. (MHMP, red)

Dětská UV trička: některá chrání méně, než slibují

S blížícím se létem roste potřeba ochránit kůži před spálením od sluníčka. U dětí to kvůli jejich citlivé kůži platí dvojnásob. Vedle opalovacích krémů se tak stále častěji používají speciální UV trička, která mají pokožku chránit před škodlivým ultrafialovým zářením. Nový mezinárodní test v rámci projektu Život bez chemie pro všechny (ToxFree Life for All), na kterém se podílela i spotřebitelská organizace dTest, však ukázal, že deklarace výrobců ne vždy odpovídají realitě.

Do testu bylo zařazeno dvacet dětských UV triček z umělých vláken, převážně z polyesteru a elastanu. Osmnáct výrobků bylo dostupných také na českém trhu. Některé z nich možná máte stále doma. „Aby se totiž stihl

náročný testovací program, bylo nutné nakoupit vzorky triček s více než půlročním předstihem. V drtivé většině proto jde o kousky z loňských kolekcí a v aktuální nabídce již většinu z nich nenajdete,“ vysvětluje šéfredaktorka časopisu dTest Hana Hoffmannová.

Řada výrobků nedosáhla ani minimální doporučené ochrany UPF 30, kterou odborníci považují za základ pro dětské ochranné oděvy. Nedostatečné hodnocení si kvůli nízkému UV faktoru odnesly značky Primark, Quicksilver, Reserved, Takko, Wouki i výrobky z platformy Temu a Shein. Nejhorší dopadlo bílé tričko Quicksilver, které navzdory deklarovanému faktoru 50+ poskytl ochranu pouze UPF 15. **Zdroj: dTest**



VYSOKÉ koncentrace bisfenolů, které jsou spojovány s negativními dopady na vývoj dětí, odhalila laboratoř v tričkách značek Nordblanc, Takko a Tchibo. Ilustrace: AI

Nová houbička – pomocník do každé domácnosti



TAHLE houbička zvládne očistit i nepřílnavé pánve, nádoby, pracovní desky, dřezy, dlaždičky a zahradní nábytek. Foto: Vileda

Snad každý z nás používá kuchyňské houbičky, pro většinu domácností se staly nepostradatelným pomocníkem. Na trhu se nyní objevila novinka jménem Punch ve třech provedeních a vlních. Zakoupit je lze ve variantě Apple, Orange i Lemon. Každá z nich má svou specializaci, ale všechny spojuje jedno. Čistí bez poškrábání a jejich vůni aktivuje prostým stisknutím. A od stejné firmy Vileda se po tříleté odmlce opět vrací na pulty velice oblíbený žlutý hadřík na okna s maximální savostí. Nabízí výhodu 3 v 1 – čistí, suší a leští jediným tahem bez nutnosti použití chemikálií. **(md)**

Konzumujete rády sladká jídla? Zadělávejte si na problém

V letním období se ženy potýkají zejména se záněty močových cest nebo záněty zevních rodidel, vulvy a pochvy. Zánět močových cest vzniká nejběžněji tím, že ženy prochladnou po koupání nebo si zavčas nepřevlečou mokré plavky či propocené prádlo. Příčinou však může být nedostatečná intimní hygiena nebo i zvýšená sexuální aktivita.

Typickým příznakem zánětu je bolestivá a časté močení, může se objevit i krev v moči. „Těžší formy se většinou neobejdou bez léčby antibiotiky. Pokud ženy záněty trápí často, lze preventivně užívat preparáty na podporu močových cest. Pozor – neléčený zánět mo-

čových cest může vést k nebezpečnému zánětu ledvin,“ popisuje MUDr. Ester Hladíková, gynekoložka z Novoměstské gynekologie.

Záněty vulvy a pochvy vznikají kvůli přemnožení patologických mikroorganismů, především kvasinek, které milují teplo a vlhké prostředí. V létě tento organismům vyhovuje i zvýšená konzumace sladkého jídla. Zánět zevních rodidel se projevuje svěděním, pálením a výtokem. Většinou je lze dobře léčit volně prodejnými preparáty. Pokud ale potíže trvají dlouho, vedou k silnému diskomfortu nebo krvácení, měly by ženy navštívit svého lékaře. **(RS)**

Jak vybírat a skladovat slepičí vejce?

Při nákupu vajec se vyplatí věnovat pozornost už samotnému obalu. Důležitý je především kód na skořápce, přičemž první číslice označuje způsob chovu slepic. Vejce s označením „0“ pocházejí z ekologického chovu, „1“ z volného výběhu, „2“ z podestýlkového chovu a „3“ z klecového chovu.

Samozřejmostí by měla být také kontrola data minimální trvanlivosti. Čím je vzdálenější, tím lépe, ale i vejce s kratší dobou spotřeby mohou být naprosto v pořádku, pokud je plánujete rychle spotřebovat. Obal by měl být nepoškozený a samotná vejce bez prasklin, které jsou jasným signálem, že už nemusí být vhodná ke konzumaci.

Teplota hraje roli

Během teplejších měsíců je správné skladování vajec ještě důležitěj-

ší než obvykle. Nejlépe si zachovají svou kvalitu ve stabilním chladu, ideálně při teplotě okolo 4 °C. Odborníci zároveň doporučují ponechat je v původním obalu, který je chrání nejen před poškozením, ale také před pohlčováním pachů z ostatních potravin.

Test prozradí čerstvost

Čerstvost vajec si můžete jednoduše ověřit i doma. Neznámější je test s vodou – pokud vejce po vložení do nádoby klesne ke dnu, je čerstvé. Starší vejce se začne mírně nadnášet a velmi staré může dokonce plavat na hladině. Mnohé napoví i samotný vzhled po rozklepnutí. Čerstvé vejce má pevný žloutek a hustý bílek, který se neroztéká. Pokud je bílek příliš řídký a žloutek ztrácí svůj tvar, jde o známku toho, že vejce už není v nejlepší kondici. **Zdroj: MORA**



PŘI skladování citlivých potravin, jakými jsou vejce, jsou spolehlivé chlazení a stabilní teplota naprostým základem. Ilustrace: AI

Pražská kuriozita: Údernice na Míčovně

■ Míčovna zdobí Královskou zahradu už od roku 1569, kdy působivou renesanční budovu dokončili architekti Bonifác Wohlmuth a Ulrico Aostalli de Sala na místě bývalé střelnice. Ačkoliv jde o historickou stavbu, najdete na ní připomenutí času nedávných.

Zatímco císař Ferdinand I. Habsburský pro svou manželku Annu Jagellonskou dal postavit Královský letohrádek a zahradu zaplnil vzácnými stromy a květinami, jeho syn Maxmilián II., který měl zřejmě sportovního ducha, se zasloužil o vybudování Míčovny. Název není nahodilý, opravdu se tu sportovalo s míčem, s trochou fantazie můžeme tehdejší hru pocházející z Itálie přirovnat k dnešnímu badmintonu.

V roce 1617 se ovšem zřítily klenba míčovny a se sportem byl konec. Poté zde byla královská konírna a jízďárna, později vojenské skladiště. Požár, který zde vypuknul v roce 1757, ale nebyl jediný. Dílo zkázy bylo dokoná-



MÍČOVNA je společně s celým areálem hradu od roku 1962 chráněna jako národní kulturní památka České republiky.

no, když sem dopadl v roce 1945 dělostřelecký granát.

Novověký „vetřelec“

Po válce dostal na starost renovaci zničeného objektu arch. Pavel Janák, obnovení sgrafit vedl sochař, prof. Josef Wagner. Když se na fasádu zadíváte, mů-

žete obdivovat polojónské sloupy a malebná sgrafita představující vodu, oheň, zemi a vzduch, navíc také sedm ctností (předvídatost, umírněnost, milosrdenství, naděje, spravedlnost, statečnost, věrnost), pak je zde symbolicky znázorněno osm svobodných umění (teologie, astronomie,

geometrie, hudba, aritmetika, rétorika, dialektika a gramatika).

U třetího oblouku vlevo, který byl zcela zničený a nebyla známá jeho podoba, však neunikne pozornému zraku zvláštnost, která hodně vypovídá o pohnutých dějinách minulého století. Při poválečném restaurování sgrafit se mezi antické bohyně a výčet ctností dostala v době socialistického realismu („sorela“) údernice se srpem a kladivem, nechybí ozubené kolo a pětka uvnitř, zkrátka, symbol první pětiletky. To vše, ideologicky hodně jinde, ale přitom stylově sladěné s původními renesančními sgrafity... **Text a foto: Mirja Červenková**



ZNAK pětiletky je na budově od roku 1952.

INZERCE

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR PRO DĚTI ZAMĚŘENÝ NA VODNÍ SPORTY 2026

Termín: 13. – 17. 7. 2026
17. – 21. 8. 2026

Místo: Hamr-Braník,
Loděnice FTVS UK Troja

Účast: děti ve věku 8 – 18 let

Náplň kurzu:

- veslování, kanoistika, dračí lodě
- plavání, vodní záchrana
- cyklistika
- sportovní hry, golf

www.hamrveslovani.cz

Více info zde

Protiplísňové nátěry ABAMAL aplikujeme my

Komplexní řešení pro váš domov i firmu

Rychlé s spolehlivé jednání | Čistá práce | Garance kvality

Aplikace protiplísňových nátěrů
Zateplení studených stěn
Interiérové a fasádní nátěry
Hydroizolační nátěr střech

MALÍŘSKÉ PRÁCE

Prohlídka a kalkulace
ZDARMA

704 37 35 37
[WWW.IZOLACNI-NATER.CZ](http://www.izolacni-nater.cz)

Pražské povstání 1945 očima kronikářů

Praha – Archiv hl. m. Prahy vydal novou publikaci s názvem „Pražské povstání 1945 očima kronikářů“. Vychází z letopiseckých zápisů původně samostatných obcí v pražském okolí, které byly připojovány k hlavnímu městu v letech 1960, 1968 a 1974. Kniha je k dostání ve vybraných kamenných a internetových knihkupectvích, avšak bez cenového zvýhodnění platného jen v Archivu hl. města Prahy v Archivní ul. č. 6, Chodovec. (red)

Moudrá Síť pomáhá seniorům s moderními technologiemi

ČR – Nezisková organizace Moudrá Síť vytváří po celé ČR síť dobrovolníků – digitálních asistentů, kteří ve svém volném čase pomáhají seniorům porozumět chytrým telefonům, tabletům, notebookům a dalším zařízením. Díky podpoře partnerů je služba pro seniory 60+ let zcela zdarma. Digitální asistenti pomáhají například s WhatsAppem, vyhledáním autobusového spojení, používáním aplikace Záchranka nebo bezpečným nakupováním na internetu. O pomoc lze požádat na stránkách www.moudrasit.cz nebo na bezplatné lince 800 220 044. (red) Ilustrační foto: Moudrá Síť



Staňte se součástí dobrodružné výpravy!

ČR – Čtyři kluci na výpravě proti proudu času s každým dalším krokem vstupují hlouběji do dávných světů, na horizontu se objevují stegosaurus s dravým ceratosaurom, fantazie ožívá... Dobrodružství, které díky Cestě do pravěku českého filmového vizionáře Karla Zemana uchvátilo celé generace, teď mají šanci prožít i současné děti. Našel se totiž Deník cesty do pravěku! Staňte se součástí vzrušujícího příběhu a podpořte vznik a vydání knihy inspirované legendárním filmem – crowdfundingová kampaň běží na donio.cz/denik-cesty-do-praveku. (DO, red)

Foto: DO



Za nejlepší fotku získáte pobyt v blízkosti jeskyně

ČR – Vzpomínky z návštěv krasového podzemí v České republice lze již nějaký čas ukládat zdarma i do fotoaparátů a mobilů. Nově lze za nápaditou a vydařenou fotodokumentaci některé ze 14 tuzemských přístupných jeskyní získat zajímavé výhry. Správa jeskyní ČR vyhlásila první ročník fotografické soutěže

„Cvakněte jeskyni a vyhrajte“. Z každé navštívené jeskyně lze do soutěže přihlásit nejpodivnější snímek. Popisek může být formou komiksové bubliny, slovní hříčky či popisu vtipné situace, která se k fotografii vztahuje, s uvedením, v které jeskyni byl snímek pořízen. Příspěvky lze zaslat až do 31. 8. na e-mail

soutez@caves.cz. Hlavní výhrou bude víkendový pobyt v jedné z provozních budov přímo u jeskyní, které jsou leckdy na velmi hezkých místech. Vítěz tak přenocuje tam, kam se jen tak někdo nepodívá. Další devět oceněných obdrží rodinné volné vstupenky k návštěvě libovolné jeskyně v ČR. (red)

Další podvodné textové zprávy

ČR – Naši vlast zaplavila další vlna podvodných SMS zpráv, které tentokrát adresáty navádějí k úhradě pokut za dopravní

přestupky. Na podobné výzvy nereagujte a peníze neposílejte, oddělení dopravních přestupků s obyvateli tímto způsobem

nikdy nekomunikuje. Oficiálně se o svém řídicím prohrěšku dozvíte jen prostřednictvím svojí datové schránky nebo poštou, kdy vám přijde obálka s modrým pruhem. (red)

INZERCE

Volejte zdarma! **800 888 802**

HousePro.cz

Mytí a nátěry fasád
Čištění a nátěry střech

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

HousePro SHIELD
ZÁRUKA 15LET

CENOVÁ KALKULACE ZDARMA
BEZ LEŠENÍ Z PRACOVNÍCH PLOŠIN

CHCEŠ ZJISTIT CO V TOBĚ JE?
Právě teď hledáme nové členy veslařského oddílu SK HAMR!

Přijď si k nám zkusit zatrénovat, ukážeme ti, kam až to můžeš dotáhnout!

Náborový den každé pondělí od 17h,
Vltavanů 1542, Praha 4 - Hodkovičky
Alice Pachmanová 776 131 753, hlavní trenérka

HAMR RC Europe

concept 2

NAŠE PRAHA
Casopis všech Pražanů www.nasepraha.cz

řádková inzerce

- **!ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU!** Vykličíme 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.



ČERVEN-ZÁŘÍ 2026

**PRESTIŽNÍ SCÉNA
ZASTŘEŠENÉ HLEDIŠTĚ
ZAŽIJTE TU POHODU!**



VSTUPENKY V PRODEJI NA www.divadloKALICH.cz

MAHLEROVY SADY
PRAHA 3

TOWER
PARK
PRAHA

BANDI
PRAHA

MAKRO
PRAHA

ho-vel
PRAHA

MAKRO
PRAHA

Kooprativa
PRAHA

TH COLLECTION
PRAHA

STANICE
CITY 93.7 FM

RADIO
BLANIK

Story

vlasta

denik.cz

PR
PRAHA

SAGA PRAHA

**Když nejste doma v bezpečí,
volejte linku
116 016.**



ROSA centrum pro ženy

**Linka pro ženy zažívající domácí násilí.
Bezplatně a nonstop.
Dovoláte se do ROSA – centrum pro ženy.
www.rosacentrum.cz**



116 016