



Život Běchovic



Zpravodaj MČ Praha - Běchovice

červenec, srpen 2013

Slovo starosty

Milí Běchovičáci,



dovolte mi, abych Vás krátce pozdravil v čase prázdnin a dovolených. Máme za sebou na události opravdu bohatý měsíc červen. Z mnohého, co se událo, mohu jmenovat povodně na počátku měsíce, pád vlády, volba nové rady HMP a zejména pak primátora, a také mnoho pěkných, již téměř letních akcí, které si připravili naši sportovci, hasiči a městská část.

Musím se přiznat, že bych už letos nemusel mít o mnoho více takových měsíců, jako byl právě uplynulý červen. Pravdou je, že nudou jsme rozhodně netrpěli. První polovinu měsíce nás řešení nejprve povodní a pak následný úklid a nápravy škod zaměstnaly více než dostatečně. Tak jak tomu ale bývá, i to zlé bývá k něčemu dobré. V kontextu povodní a škod, které napáchaly, se podařilo získat prostředky na vyčištění některých problematických vodních toků a například i vodní nádrže Jalovka. Naši hasiči se také konečně dočkali souhlasu zastupitelstva HMP pro stavbu nové hasičské zbrojnice a stavba by měla být zahájena již v měsíci červenci.

Přeji Vám a trochu sobecky i sám sobě, aby letní měsíce červenec a srpen nebyly poznamenány neklidem způsobeným nepřízní počasí, volbami nebo třeba jen špatnou náladou. Využijte léto k relaxaci a nabrání nových sil. V září se pak s mnohými z Vás těším na viděnou třeba na startu běhu Běchovice – Praha.

Ondřej Martan
Váš starosta



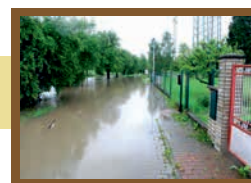
Letošní Běchovická pouť se opravdu vydařila...více na str. 19



Vážení čtenáři,
dovolujeme si Vám všem popřát krásné léto, mnoho odpočinku a pohody o dovolené.

-red-

Povodně v Běchovicích...
více foto na str. 4-5



V Životě Běchovic 7,8/2013 najdete:

Slovo starosty
Zastupitelstvo, Rada, Úřad MČ
Ohlédnutí za dnem v Běchovicích
ZŠ a MŠ
CSSB
Kultura
Sudoku
Knihovna
Neposeda
SDH Běchovice
Sport
Poděkování
Okénko zdraví

str. 1
str. 2-3
str. 4-10
str. 11-16
str. 17
str. 18-20
str. 20
str. 21
str. 22
str. 23-24
str. 25-32
str. 29
str. 33-35





ZASTUPITELSTVO, RADA, ÚŘAD MČ



INFORMACE z jednání Rady MČ Praha - Běchovice

Na svém 67. jednání dne 29.5.2013 RMČ mimo jiné projednala:

- návrh obecně závazné vyhlášky, kterou se stanoví místo a čas, na kterých lze provozovat loterie a jiné podobné hry, a kterou se stanoví opatření k omezení jejich propagace
- návrh na změnu rozpočtu MČ Praha-Běchovice na rok 2013
- návrh na nájem části pozemku parc.č. 585 zapsaného na LV 587 v k.ú. Běchovice
- návrh na nájem pozemku parc.č. 11 zapsaného na LV 587 v k.ú. Běchovice
- návrh na souhlas s projektovou dokumentací na akci „Přístavba dvougaráže a zahradního altánu k RD, p.č. 1290/8, k.ú. Běchovice, Nad Rybníkem č.p. 600, Praha - Běchovice“
- návrh na souhlas s opravou vodovodního a odpadního rozvodu v koupelně bytu č. 2 v bytovém domě Mladých Běchovic č.p. 252
- návrh na revokaci usnesení č. 12/65/13 - objednání instalatérských prací v MŠ Čtyřlístek
- návrh na souhlas s odkoupením vybavení kavárny č.p. 577 od současného nájemce Všude dobře o.p.s.
- návrh na souhlas s uzavřením smlouvy s Monikou Navrátilovou o pronájmu části pozemku parc.č. 727 v k.ú. Běchovice
- návrh umožnění parkování na travnaté ploše na pozemku č. parc. 50/1, k.ú. Běchovice, v době konání fotbalových turnajů
- návrh na realizaci projektu „Izolační zeleň v ulici Do Dubče, Praha - Běchovice“
- návrh na vyhodnocení nabídek v rámci veřejné zakázky malého rozsahu „Opravy komunikací v MČ Praha – Běchovice v období 1.6.2013 - 31.12.2016“
- návrh na souhlas s oplocením pozemku
- návrh na vydání stanoviska pro územní řízení na akci „Les V Panenkách, Praha 9 - Běchovice“
- návrh na souhlas s majetkoprávním vypořádáním pozemků v k.ú. Běchovice ve vlastnictví hl.m.Prahy - stavba „Modernizace traťového úseku Praha Běchovice - Úvaly“
- návrh na souhlas s objednáním služby TDS na stavbu „Skladové zázemí ve sportovním centru Richtrova 536, Praha - Běchovice“
- návrhu na souhlas s udělením výjimky ze zákona č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích
- návrh na pořízení změny Územního plánu sídelního útvaru hl. m. Prahy na území MČ Praha – Běchovice
- návrh na souhlas se zněním „Memoranda o společném postupu při přípravě a realizaci silničního připojení - MUK Beranka“
- návrh na souhlas s přemístěním přístřešku autobusové zastávky DP hl.m.Prahy „Nádraží Běchovice“

Pokračování na str. 3





Pokračování ze str. 2

- návrh na uzavření smluv o nájmech bytů na dobu určitou v nemovitosti č.p. 1 v k.ú. Běchovice
- návrh na uzavření smluv o nájmech nebytových prostor v nemovitosti č.p. 1, zapsané na LV č. 587 pro katastrální území Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl.m. Prahu, Katastrální pracoviště Praha
- návrh na uzavření smlouvy o smlouvě budoucí o zřízení věcných břemen se společností PREdistribuce, a.s. na vybudování elektrické přípojky na pozemku parc.č. 568/1 v k.ú. Běchovice
- návrh Závěrečného účtu MČ Praha - Běchovice za rok 2012
- návrh na změnu nájemného a na uzavření dodatků ke smlouvám o nájmu bytů v nemovitosti č.p. 575, zapsané na LV č. 587 pro katastrální území Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl.m. Prahu, Katastrální pracoviště Praha
- návrh na vyhodnocení nabídek na zpracování průkazů energetické náročnosti objektů svěřených MČ Praha – Běchovice
- návrh na souhlas s uzavřením Smlouvy o právu provedení stavby s ČD, a.s.
- návrh na schválení programu 16. jednání ZMČ Praha – Běchovice
- návrh na založení obecně prospěšné společnosti

RNDr. Soňa Beroušková
tajemnice ÚMČ



Provoz Úřadu MČ Praha – Běchovice v době letních prázdnin

V červenci a srpnu bude čerpat většina zaměstnanců úřadu řádnou dovolenou. Budeme se snažit zajistit provoz pro veřejnost v běžném rozsahu, ale při malém počtu zaměstnanců je někdy obtížné zajistit v době dovolených plnohodnotnou zastupitelnost. V úředních hodinách bude vždy možné provést ověření a vidimaci listin. Pro případ přihlášení a odhlášení pobytu a vydání rybářského lístku se může stát, že bude provoz omezen, proto vám doporučujeme informovat se předem na podatelně.

Telefon podatelna: 281028611

Děkujeme za pochopení a všem přejeme příjemné a klidné letní dny.

RNDr. Soňa Beroušková
tajemnice ÚMČ





OHLÉDNUTÍ ZA DĚNÍM V BĚCHOVICÍCH

Povodně 2013 v Běchovicích



foto (6x): Jan Jech

Pokračování na str. 5





Pokračování ze str.04



foto (6x): Jan Jech





V budově bývalého úřadu stále probíhají rekonstrukční práce.

foto (7x): Jan Jech





Za MČ Praha – Běchovice navázal štafetovou stuhu k uctění památky vyhlazení obcí Ležáky – Lidice, místostarosta MČ Michal Jiřík. Běžci proběhli naší městskou částí v sobotu 15. června v brzkých ranních hodinách.

-red-

Uctění památky vyhlazení obcí Lidice-Ležáky.



foto (3x): Šárka Hudečková



Urbanistická studie

aneb

jak Běchovice aktualizovaly svou podobu...

... tedy alespoň tu papírovou, chcete-li teoretickou. Již v roce 2009 jsme ve spolupráci s Útvarem rozvoje města (ÚRM) připravili velice přehledný dokument, popisující a zpřehledňující naše území. Primárním cílem bylo jasné pojmenování lokalit, které chce městská část nadále rozvíjet. Kromě prvotní definice a vymezení šlo o následné rozpracování zmíněných míst do většího detailu. Aktivita to nebyla samoúčelná. Stávající územní plán umožňoval a stále také umožňuje developerům a stavitelům využít naplánovaných ploch určených pro zástavbu a realizovat zde takřka obří projekty čítající ve svém důsledku přírůstek obyvatelstva na hranici 8 tisíc

obyvatel. To by byla pro Běchovice, neváhám říct, katastrofa. Tehdejší detailnější rozpracování územně-plánovací dokumentace si kladla za základní cíl zpřesnit možnosti využití území, redukovat masivní zástavbu na východě a rozvolnit plánovanou výstavbu podle jasně stanovených pravidel.

Důvodem příprav, stejně jako dnes aktualizace tohoto dokumentu, byla výzva hlavního města Prahy ke zpracování dokumentů, podle kterých by jednotlivé MČ měly postupovat při přípravě nového Metropolitního plánu. Jak již bylo řečeno, v tomto případě jsme nevytvářeli nový dokument. Jednalo se o aktualizaci již jednou vytvořené koncepce, kterou považujeme za velice dobrou. Avšak postupem let, stejně jako téměř vše, podlehla i naše urbanistická studie zubu času a také se projevily nové poznatky, které se v roce 2009 jeví jako zanedbatelné.

Pokračování na str. 8





Pokračování ze str. 7

Pokud bychom si měli rozdělit aktualizaci do přehlednějších uskupení, pak by jich bylo 14. Jak je patrné z původní a stávající navržené podoby studie, jedná se reálně o malé rozdíly. Ty nejzásadnější bychom si ale měli pojmenovat:

- **Lokalita západně od čtvrti Běchovice 2:**

V této lokalitě navrhujeme úpravu současného funkčního využití, resp. územní rezervy tak, aby bylo možno bez problémů v budoucnu realizovat protihluková opatření (zemní valy) v těsné blízkosti plánované stavby MÚK Štěrboholská (Dubeč). Doplnit by tyto protihlukové valy měla plocha zeleně, která bude zcela vyplňovat prostor mezi izolační zelení (zemními valy) a stávající zástavbou. Jedinou výjimkou je malá plocha s funkčním využitím DGP, která přiléhá ke Sportovnímu areálu Na Korunce, a umožní tak harmonizovat již vytvořenou stavbu parkoviště s platným územním plánem. V této lokalitě se jiné funkční plochy záměrně ruší s cílem maximalizovat volné plochy pro realizaci protihlukových opatření.

- **Křižovatka Vinice:**

Požadujeme, aby byla v novém územním plánu zachována možnost vytvoření křižovatky Vinice (křižovatka typu Diamant) s cílem zajistit odpovídající dopravní obsluhu Technologického parku Běchovice. (V současné době je v technologickém parku zaměstnáno a ubytováno cca 4,5 tisíce lidí s tím, že areál jako takový má minimálně dvojnásobnou rezervu. Lze proto předpokládat jeho další rozvoj.)

- **Lokalita pracovně nazvaná Soutok**

Tato lokalita rozšiřuje stávající navrženou obytnou zástavbu v platném územním plánu o sportovní plochy, zařízení, sportoviště, parkové plochy a zejména pak prostor hřbitova, který nám v Městské části Praha - Běchovice velice chybí. Obytná zástavba je zde rozvolněna do krajiny a navržena tak, aby přirozeným způsobem propojila dnes oddělené čtvrtě Běchovice 1 a Běchovice 2. Sportovní plocha se zázemím (SO) je zde umístěna zejména proto, že je plánováno

na toto místo přesunout fotbalové hřiště, dnes krajně nevhodně umístěné v centru městské části, kde svým provozem zatěžuje neúměrně obyvatele Běchovic. Nová lokalita pro umístění sportovní plochy (fotbalového hřiště) poskytuje dostatečný prostor pro sportovní vyžití bez omezení obyvatel a s dostatečnou kapacitou parkovacích míst.

- **Lokalita pracovně označovaná jako Východ**

V současné době se v platném územním plánu počítá se zástavbou tohoto území v takovém měřítku, které - kdyby došlo k jeho naplnění - by zcela paralyzovalo chod Městské části Praha - Běchovice. Navrhujeme proto provedení redukce jak zastavitelných ploch, tak i koeficientů zastavitelnosti v dané lokalitě. Navržené funkční plochy respektují hned několik zásadních ukazatelů, které determinují možnosti využití daného území:

- a) vedení VN a VVN
- b) trasy bezejmenných vodotečí
- c) majetkoprávní vztahy
- d) reálné požadavky na občanskou vybavenost, a to ať už komerční, nebo nekomerční

To, co je navrženo v území Východ jako celoměstsky významná změna, chápeme jako jediné možné a logické řešení dané lokality.

- **Parkoviště P+R u zastávky ČD- Běchovice střed**

V kontextu již připravované železniční zastávky Běchovice střed (již vydané pravomocné ÚR) navrhujeme umístění kapacitního parkoviště P+R. Vzhledem k tomu, že toto parkoviště je nejrychlejší kombinací příjezdu automobilovou dopravou s přechodem na železniční zastávku, předpokládáme jeho masivní využití v řádech stovek automobilů denně. Lokalita, její charakter a umístění za železničním náspem, oddělujícím obytnou zástavbu od parkujících aut, je dle našeho názoru ideální.

Pokračování na str. 9





Pokračování ze str. 8

- **Centrum Městské části Praha – Běchovice**

Navrhovaná změna ruší nesmyslně umístěné parkové plochy, blokující rozvoj samotného centra městské části. Zároveň v souvislosti s přesunem fotbalového hřiště navrhujeme přemístit do této lokality rezervu VV v dostatečné kapacitě, a to s cílem případné realizace rozšíření základní školy na pozemcích MČ PB. Součástí navrhované změny v centru městské části je umístění plovoucí značky DGP umožňující výstavbu parkoviště o cca 40 parkovacích míst v prostoru, který je proto již dnes neřízeně využíván.

- **Uhelné sklady Běchovice**

Navrhovaná změna harmonizuje a dává do souladu faktický stav lokality, kdy v současné

době jsou pozemky v daném místě v soukromém vlastnictví (z větší části), a jak již z názvu vyplývá, jsou využívány pro činnost uhelných skladů. Žádáme o uvedení do souladu územně plánovací dokumentace a faktického stavu.

- **Obalovna PSVS (Porr)**

V této lokalitě se již desítky let nachází těžká průmyslová výroba obalových a asfaltových směsí, která má vydané stavební povolení na dobu neurčitou a zároveň je v držení soukromého vlastníka. Žádáme o harmonizaci obou ploch, nyní vedených jak SP sportovních, do souladu s územním plánem tak, abychom vyloučili evidentní nonsens.

Ondřej Martan
starosta

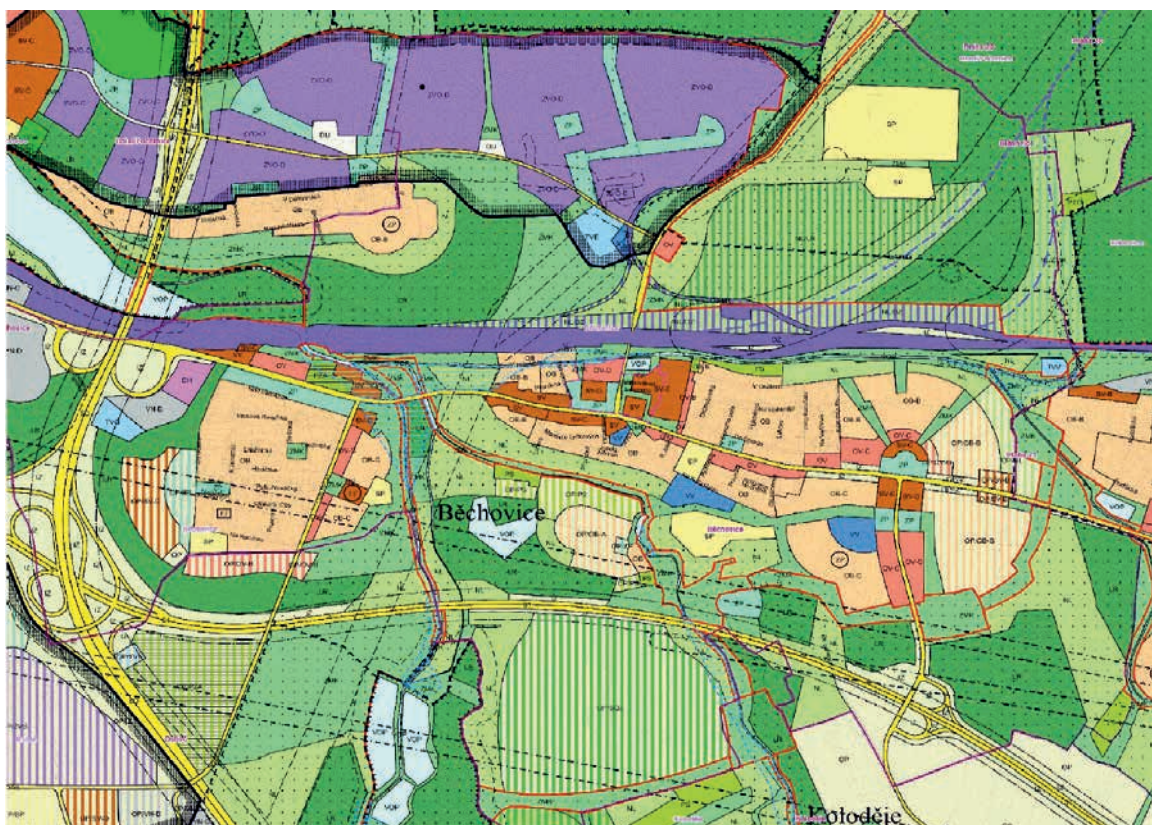


Původní podoba urbanistické studie Běchovice, schválená ZMČ Praha Běchovice v roce 2009.

Pokračování na str. 10



Pokračování ze str. 9



Aktuální podoba územního plánu MČ Praha-Běchovice s již nevyhovujícími plochami funkčních využití.



Aktualizovaná podoba urbanistické studie schválená ZMČ Praha-Běchovice v červnu tohoto roku, jako součást celoměstsky významné změny ÚP na území Běchovice.





ZŠ a MŠ



MATEŘSKÁ ŠKOLKA ČTYŘLÍSTEK
www.skolka-ctyrlisteck.cz

Pestrý závěr školního roku v MŠ

28. 5.

Celodenní výlet do ZOO

Autobusem jsme ráno s dětmi odjeli do Prahy na Rašínovo nábřeží, kde na nás čekal parník, kterým jsme dopluli až k ZOO. Na lodi jsme si dali řízečky, které nám připravila paní kuchařka Janička, a užili jsme si sluníčko, které nás celým dnem provázelo.

Procházku po ZOO jsme si užili i s průvodcem, který nás zavedl i k našim adoptovaným zvířátkům - klokánkovi a tamarínovi.

Do školky jsme se vrátili po 16. hodině plni dojmů a zážitků. Děti si výlet moc užily a vzhledem k pozitivním ohlasům ze strany rodičů plánujeme na další školní rok také celodenní výlet.

Linda Šmídová



foto (3x): kolektiv MŠ



30.5.

3. Sportovní den

Pro nepřízeň počasí se sportovní den z původně plánovaného venkovního povrchu na „umělce“ přesunul do místní sportovní haly. Přesto to neubralo na sportovních výkonech dětí. Soutěžilo se ve čtyřech disciplínách, avšak více než o dravost šlo o zábavu.

Jednotlivá družstva se postupně prostřídala u všech disciplín. Výkony odpovídaly věku, ale našly se i výsledky, které překvapily nejen nás, ale i samotné děti.

Všem dětem byla věnována medaile za účast a diplom, dále byly děti odměněny vítěznými medailami v každé kategorii, nejlepší sportovec třídy si ještě odnesl pohár.

Marta Marčková

Pokračování na str. 12



Pokračování ze str. 11

4. 6.**Pasování předškoláků**

Odpoledne se děti sešly se svými rodiči ve Sportovním centru Běchovice, kde se konalo slavnostní „Pasování předškoláků“. Dětem jsme jejich slavnostní chvíli připravili v duchu Noci na Karlštejně.

Provázela nás hudba, pohádkové kostýmy králů, princezen a pážátek.

Každý předškoláček pasovaný králem na „Školáka“ si vyslechl královský projev, od princezny dostal šerpu a pamětní list.

Pro děti jsme připravili ve spolupráci s našimi kuchařkami také občerstvení – ovoce, zeleninu, slané dobroty a samozřejmě bylo dodržováno pitného režimu.

Na závěr se nám podařilo rozzářit dětské oči ohňostrojem.

Linda Šmídová

foto (3x): kolektiv MŠ

Školka v přírodě

10. června ráno jsme se autobusem vydali za dobrodružstvím do jihočeských Borovan, kde jsme strávili krásný hasrmanský týden. Ubytování jsme byli ve mlýně, ke kterému patřila malá farma, rybník a dětské hřiště.

V pondělí jsme se věnovali vybalování a adaptaci v novém prostředí, a protože nám počasí přálo, vzali jsme děti na procházku po okolí. Úterní dopoledne jsme věnovali pohádkám a malování pohledů k odeslání rodičům a odpoledne jsme se vydali na pěší výlet k památníku Jana Žižky z Trocnova. Středeční den nás sluníčko provázelo cestou za vodníkovými pentličkami, které poztrácel, a na několika místech nám připravil úkoly a poschovával ingredience na dort pejska a kočičky. Večer jsme se převlékli do kostýmů a tančili na terasce u rybníčka, po skupinkách si děti chodily péct buřty a poté jsme se plni nových zážitků vydali spát. Poslední den jsme věnovali Třeboni, kam jsme jeli na celodenní výlet a děti měly možnost poznat jihočeské vodníky v muzeu, podívat se, jak vypadají sladkovodní ryby v akváriu a po těch nejkrásnějších místech jsme se projeli vláčkem, který nás dovezl i na zmrzlinu. Před odjezdem si děti mohly ještě pohrát na hřišti a nakrmit kozy.

Hastrmanský pobyt velice rychle utekl, všichni jsme si přivezli spoustu zážitků a již teď se těšíme na dobrodružství, které si pro nás připraví další školka v přírodě.

Michaela Hronková

Pokračování na str. 13



Pokračování ze str. 12

Školka v přírodě trochu jinak

Ne všechny děti měly zájem o ŠVP a daly přednost MŠ. Právě pro ně jsme připravili program se zvláštním názvem ŠVP trochu jinak, týden se nesl ve znamení Hastrmanů a pohádky Pejsek a kočička, kterým byl věnován první den, a tak jsme vymalovali obrázek k tomuto tématu v našem deníčku. Další den jsme se vydali po stopách šupin kapříka Pepíka cyklostezkou na Blatov. Středeční den jsme si udělali výlet vlakem do Klánovic. Podle reakcí dětí bylo patrné, že vlakem běžně nejedí, takže to pro ně byl zážitek. Dali jsme si nanuk a zbývajíc čas si děti užily na hřišti. Nazpátek jsme jeli autobusem. Ve čtvrtek jsme si odpočali od výletů a strávili den na školní zahradě. Závěr týdne jsme pro nepřízeň počasí byli ve třídě a vypracovali zbylé obrázky, rozdali jsme dětem kamínky, diplomy a jiné drobnosti. Na závěr jsme si udělali diskotéku.

Marta Marčeková



foto (4x): Jan Jech



Závěrečné poděkování

- Velké poděkování za přípravu a bezplatný pronájem veškerých prostor Sportovního areálu a haly při Sportovním dni a Pasování předškoláků patří provozovatelům Sportovního centra Jitce a Milanovi Štěpánovým.
- Kateřině Štěpánové děkuji za pomoc při celodenním výletu do ZOO a na Sportovním dni.
- Za zapůjčení kostýmů k Pasování předškoláků a na Školku v přírodě děkujeme paní Tereze Papalové.

- Paní Janě Matušíkové velice děkuji za přípravu ovoce a pomoc při Pasování předškoláků.
- Děkuji rovněž všem rodičům, kteří jakkoliv pomáhali s realizací při pořádaných akcích v letošním roce.

Veškeré spolupráce si velice vážím.

Přeji spolu s celým kolektivem mateřské školy všem klidné a pohodové prázdniny. Ať prožijete léto kdekoliv, tak přeji šťastné návraty domů. V září se těším nashledanou.

Linda Šmídová



Letní hlídání dětí

„Letní hlídání dětí“ je pro občany Běchovic a blízkého okolí, kteří mají malé děti a nemají možnost volna či hlídání od rodinných příslušníků. Výhoda pro děti je zejména v tom, že mohou být i přes léto se svými kamarády, budou ve známém prostředí a užijí si mnoho zábavy a pobytu venku.

Máme připraven pestrý program (výtvarné činnosti, kolektivní hry, sportovní hry, výlety, volné hry apod.) pro další rozvoj dítěte.

KDE: v MŠ Čtyřlístek

TERMÍN: 15. července – 16. srpna 2013 (25 pracovních dní)

PROVOZNÍ DOBA: 7:30 – 17:00

VĚK DĚTÍ: 2-7 let

STRAVOVÁNÍ: dopolední a odpolední svačina formou, na níž jsou děti zvyklé z provozu MŠ (pečivo, pomazánky, ovoce, zelenina, jogurt atd.) Obědy – každodenní dovoz stravy z jídelny ze Škvorce. Pitný režim zajištěn po celý den.

CENÍK:

Platba bude vybírána zálohou na dané období (platby se vrací jen při předložení potvrzení od lékaře)

Časové rozpětí	Jednorázově	Týden	Celý letní provoz (25 pracovních dní)
7:30 - 12:30 nebo 12:00 - 17:00	375 Kč	1 500 Kč	4 700 Kč
7:30 - 17:00	500 Kč	1 950 Kč	5 650 Kč

Další informace	
sourozenecká sleva	10%
možnost hlídání i mimo provozní dobu - dle individuální domluvy	každá započatá hodina 90 Kč
stravování- dopolední sv., oběd (polévka + hl. chod), odpolední sv. a pitný režim	50 Kč/den; 40 Kč/půl dne

Přihlášky a další informace na 774 87 27 57 a na emailu: Michaela.hronkova@seznam.cz





ZŠ

Poznávací zájezd do Anglie

Na začátku června vyjela naše škola na jazykové poznávací zájezd do Anglie. Ze strany nás učitelů byl výlet velmi zdařilý a úspěšný. Vždyť co může být lepšího, než vědomosti nabyté ve škole ověřit v praxi. A tak si 42 žáků naší školy na vlastní oči prohlédlo místa, která znají z učebnic, o kterých slyšeli v hodinách zeměpisu či dějepisu a hlavně si upevnili a ověřili svou znalost angličtiny. Bydleli jsme totiž v hostitelských rodinách. Děti (i ty nejmladší- žáci 5. ročníku) zjistily, že se v Anglii domluví.

Přivezli jsme si opravdu spoustu zážitků, ale posuďte sami. Zde jsou postřehy žáků 8. a 9. třídy.

„To, že je trajekt velká loď, jsem věděla, učitelka nám o ní říkala, ale netušila jsem, jak moc je velká, že je to takové plovoucí Paládium.“

„První velký zážitek byly křídové útesy, které nás uvítaly v Británii. Jsou nádherné. Měli jsme možnost si je důkladně prohlédnout na našem výletě.“

„Moc se mi líbil Londýn, kde se střídají obrovské moderní skleněné budovy s historickými budovami.“

„London Eye a lanovka byly super.“

„Po celém dnu stráveném v Londýně jsme dojeli do Brightonu, kde jsme všichni nervózně čekali, u koho a kde budeme ubytováni.“

„Sestra mi záviděla, že jsem na vlastní oči viděla místa v Oxfordu, kde se natáčel Harry Potter.“

„Shopping v Anglii bavil i kluky.“

„Vzpomínali jsme na zimu a déšť v Česku. My jsme si užívali tepla a sluníčka, někteří z nás se dokonce koupali v moři.“

„Bylo super, že jsem jim rozuměl. Moc se mi tam líbilo a chtěl bych tam jet znovu.“

„Jsem rád, že mi rodiče zájezd zaplatili a učitelé, že to zorganizovali a vzali nás tam.“

*Žáci ZŠ Běchovice
a Hana Horáková*



foto (5x): archiv školy





V období 19.5. – 25.5. 2013 vyjely 2. třída. a 5. třída na školu v přírodě do Černé v Pošumaví.

Bydleli jsme v hotelu Swing přímo na břehu Lipenského jezera. Děti si užily mnoho dobrodružných zážitků: přívoz přes Lipno, Stezku korunami stromů, lanové centrum, noční bojovku i návštěvu vodní elektrárny.

Počasí nám přálo, strava byla výborná a domů jsme přijeli spokojeni a plni dojmů.

*Radka Houšková
a Alena Sílovská*



foto (2x): účastníci zájezdu

foto (3x): Radka Žaloudková



ŠvP Český Šumburk - 4. a 7. třída

Čtvrtá a sedmá třída vyjely na školu v přírodě do penzionu Ruzyně, který se nachází v klidném a příjemném prostředí na okraji malé vesničky Český Šumburk nedaleko města Tanvald.

Zažili jsme množství aktivit v krásné přírodě Jizerských hor, shlédli jsme do kraje z rozhledny Štěpánky, navštívili jsme města Harrachov a Frýdlant v Čechách, kde jsme se na několik okamžiků přenesli do minulosti při návštěvě hradu a zámku. Po opékání buřtů jsme si zazpívali nejenom s kytarou a ti odvážnější z nás se vydali tmou po stopách strašidel. Nechyběly ani denní bojovky, úkolovky, sportovní klání a samozřejmě tolik vytoužené diskotéky, které současně se sportovním večerem a hudebním programem k ohni připravili žáci 7. třídy. Za to jim ještě jednou děkuji.

Na závěr jsme byli všichni odměněni - děti si vysloužily dárečky a pro nás dospělé byly největší odměnou spokojené dětské úsměvy.

Radka Žaloudková





CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB BĚCHOVICE



Ohlédnutí za aktivitami v Centru sociálních služeb Běchovice

V Centru sociálních služeb Běchovice probíhají různorodé aktivity po celý rok. Nejinak tomu bylo i v měsíci květnu. Tímto krátkým ohlédnutím bychom se s Vámi chtěli podělit o naše zážitky.

Tradiční událost pořádaná Klubem důchodců s názvem „Oslava Dne matek“ proběhla 14. května 2013. Zúčastnilo se 32 osob, mezi nimiž byli členové Klubu důchodců, klienti DPS a CKP, starosta MČ Praha – Běchovice Ing. Ondřej Martan a tým CssB. Dalších 10 klientů DPS a 8 klientů CKP jsme navštívili v domácnostech/pokojích. Na akci se nemohli dostavit z důvodu zhoršeného zdravotního stavu. Hudební program zajistil pan Sochor s harmonikou.

Hned dva dny poté, ve čtvrtek 16. 5., nás s hudebním programem navštívila harmonikářka Eliška Sýkorová s doprovodem Vojty Nejedlého (hra na violoncello). Akce se zúčastnili i někteří obyvatelé Běchovic. Bylo možné

vyslechnout si vlastní tvorbu zpěvačky i lidové písně. Za tip na tuto energickou dámu děkujeme paní Henčlové. Dlouho jsme čekali na hezké počasí, a proto hned s prvními slunečními paprsky vedla naše cesta do klánovické cukrárny. K chuti nám přišla zmrzlina i nádherné zákusky. Pojedete příště s námi?

Závěr měsíce patřil přednášce o aktivním přístupu ve stáří dr. Štilce v Klubu důchodců. Své přednášky nabídl sám. Tento host nám během hodinového programu doporučil techniky podporující získání pozitivního přístupu k životu, kvalitního spánku a zmírnění stresu. Moc si této příležitosti k setkání vážíme.

Na dalším programu jsou například společenské hry, zpívání či přednáška o aloe. Prostě pro každého něco. Aktuální informace o programu najdete vždy na našich nástěnkách.

Máte-li jakékoli další náměty, neváhejte nás kontaktovat!

PhDr. Melanie Zajacová, ředitelka
tel.: 775 203 100, melanie@cssb.cz

foto (3x): Martin Stromský





KULTURA

Poslední výlet na Maxov jsme si všichni užili.



foto (4x): účastníci výletu



**Loučení s prázdninami
a
Den zdraví
proběhne
7. září 2013**





Letošní Běchovická pouť pobavila malé i velké. Objednali jsme i počasí...



foto (6x): Jan Jech

další fotografie: http://www.mladebechovice.cz/fotokronika/Pout_13/index.html



KULTURA - pozvánky

Plán kulturních, sportovních a společenských akcí na rok 2013

ROK 2013				
DATUM	NÁZEV	ORGANIZÁTOR		MÍSTO KONÁNÍ
29.6.-13.7.2013	Letní tábor - KVĚT	KVĚT		Chřibská u Děčína
3.7.2013	Běchovická korunka 2013 - In line	Sokol Běchovice 2	od 17:00	sportovní areál na Korunce
7.8.2013	Běchovická korunka 2013 - In line	Sokol Běchovice 2	od 17:00	sportovní areál na Korunce
12.-16.8.2013	Příměstský tábor - 5 - 10 let	Neposeda	8:00 denně	Českobrodská 1
19.-23.8.2013	Příměstský tábor - 10 - 15 let	Neposeda	8:00 denně	Českobrodská 1
září 2013	Zájezd do kina	Centrum sociálních služeb Běchovice	14:00 - 18:00	Multikino Černý Most
4.9.2013	Běchovická korunka 2013 - In line	Sokol Běchovice 2	od 17:00	sportovní areál na Korunce
7.9.2013	Loučení prázdninami a Den pro zdraví	MČ, Neposeda, CSSB, SDH	od 14:00	Pakoviště pře CSSB
21.9.2013	48.Mladé Běchovice	SDM,TJ Sokol, MČ,ZŠ	od 9:00	fotbalové hřiště
27. - 29.9.2013	Výlet dětí do Maxova	MČ, Květ	od 16:00	Maxov u Sloupu Čechách
29.9.2013	10. ročník jízdy na kol.bruslích - In line Běchovice	TJ Sokol, MČ	od 10:30	Běchovice
29.9.2013	117. Běchovice - Praha	TJ Sokol, MČ	od 11:00	Běchovice
5.10.2013	Václavská zábava	SDH	od 20:00	Sportovní centrum Běchovice
7.- 13.10.2013	Týden knihoven	MČ - knihovna		Knihovna
8.10.2013	Den otevřených dveří s odpolední přednáškou pro veřejnost v rámci Týdne sociálních služeb	Centrum sociálních služeb Běchovice	10:00 - 17:00	Centrum sociálních služeb Běchovice
19.10.2013	Drakiáda	MČ	od 14:00	pole za JHP Mosty
26.10.2013	Halloween party pro děti a dospělé	Karel Kuk, Týna Míková	od 14:00	Českobrodská 1, Barcheetah
8. - 10.11.2013	Výlet dětí do Maxova	MČ, Květ	od 16:00	Maxov u Sloupu Čechách
17.11.2013	Lampionový průvod	MČ, SDH	od 17:30	lesopark
4.12.2013	Den pro dětskou knihu	MČ - knihovna		Knihovna
5.12.2013	Mikuláš	Centrum sociálních služeb Běchovice	14 :00 - 17:00	Centrum sociálních služeb Běchovice
7.12.2013	Mikulášská besídka	MČ	od 14:00	Sportovní centrum Běchovice
10.12.2013	Vánoční posezení a rozloučení s rokem 2013	Centrum sociálních služeb Běchovice - Klub důchodců	14:00 - 17:00	Centrum sociálních služeb Běchovice
14.12.2013	Adventní koncert	MČ, Neposeda		Českobrodská 1

SUDOKU

Sudoku č.1

3	5	7	8		2	4	9	
9	8			5				
			4				7	
		1		4	5	3		9
5	9		3	7		8	4	
4				8	1	7	2	5
	2		7		9	6		4
					4		8	
7			5		8		1	3

Sudoku č.2

4	6	1						
5	8	9				7	4	
				5	9	8	1	
8	9	3		1				7
			7	4	3	1	9	8
1		4		9		6		3
9	3				1			
6			9			3	7	
	4		3	6	5		8	1





Místní knihovna v Běchovicích

úterý 9-12 15-18

čtvrtek 12-18

www.praha-bechovice.cz/knihovna

KNIHOVNA

Vítáme 26 nových čtenářů naší knihovny!

Ve středu 12. června 2013 se v zasedací místnosti ÚMČ uskutečnilo slavnostní pasování 18 děvčat a 8 chlapců z první třídy běchovické základní školy na „rytíře Řádu čtenářského“. Vzácná návštěva, Její veličenstvo královna Abeceda, si nejprve vyslechla čtenářské umění našich prvňáčků a vzápětí je vlastnoručně pasovala mezi čtenáře.

Děti dostaly čtenářský průkaz na jeden rok zdarma, na památku si odnesly knížku básniček a čepici s logem naší knihovny. Na všechny nové čtenáře se budu těšit a přeji jim, aby jim čtenářské zážitky přinášely nové znalosti i radost a potěšení.

Fotografie ze slavnostního pasování najdete na internetových stránkách knihovny i základní školy.

O letošních letních prázdninách bude opět otevírací doba knihovny omezena. Otevřeno bude pouze první týden v červenci, jeden týden na přelomu července a srpna a poslední týden v srpnu, úterý a čtvrtky v obvyklých časech. Všechny červnové, červencové a srpnové výpůjčky budou automaticky prodlouženy do 15. září 2013.

Na konci letních prázdnin se bude zakončovat rekonstrukce budovy Za Poštovskou zahradou 479. Je možné, že na počátku září nás již čeká stěhování zpět do opravených prostor. Aktuální informace budu zasílat e-mailem, sledujte také webové stránky knihovny a vývěsky v obci.

Hana Santolíková
knihovnice

Výpůjční doba o letních prázdninách:

Úterý 2.7., 30.7. a 27.8. 9:00-12:00 15:00-18:00
Čtvrtek 4.7., 1.8. a 29.8. 12:00 – 18:00



foto (4x): Petr Vích



NEPOSEDA



S Neposedou v létě

V letních měsících počasí doslova vybízí k tomu být venku. Jedno z našich poslání je podporovat mladé lidi v aktivním využívání volného času. Proto se v letních měsících provoz Nízkoprahového klubu Autobus omezuje a pracovníci vyrazí více do terénu po Běhovicích, Újezdě nad Lesy, Kyjích a Hostavicích. Mladí lidé mají možnost využít zapůjčení sportovního vybavení a společně s pracovníky si zahrát třeba různé hry, vyrazit na výlet, nebo si popovídat. Možnost individuálních konzultací po předchozí domluvě je v prostorách NZDM Autobus neustále v provozu. O prázdninách startují letní příměstské tábory, na které se každým rokem těší celý Neposedný tým pracovníků.

Nízkoprahový klub pro děti a mládež HoPo v Horních Počernicích bude přes prázdniny otevřený v prvním červencovém týdnu v obvyklých dnech - pondělí, úterý, čtvrtek, a pokud se nenaplní náš příměstský tábor pro děti ve věku od 10 do 15 let (8. – 12. 7.), bude klub otevřený i druhý týden v červenci. Na přelomu prázdnin je klub zavřený. Ve čtvrtém srpnovém týdnu nás čeká příměstský tábor pro děti od 5 do 10 let (19. – 23. 8.), který je již skoro plně obsazen, klub tak bude otevřený až v posledním srpnovém týdnu, kdy spolu s dětmi oplácíme nezvratně se blížící konec prázdnin.

Centrum pro rodinu v Újezdě nad Lesy i v Běhovicích provoz herny, kroužků a vzdělávacích programů od 24. 6. přerušuje a 3. 9. opět nabídne svůj bohatý program pro děti a rodiče. V červenci se mohou děti těšit na dva turnusy příměstského tábora, které jsou v tuto chvíli již plně obsazené.

Pracovníky z Komunitního terénu budete v létě potkávat tak, jak jste zvyklí, tedy od pondělí do pátku. Protože i pracovníci ale čerpají dovolené, dojde v této souvislosti ke změně otevíracích hodin. Aktuální informace najdete na našich webových stránkách www.neposeda.eu. Budeme se těšit na společná setkání během letních prosluněných dní.

Přejeme Vám za celý tým občanského sdružení Neposeda krásné a slunečné léto plné pozitivních zkušeností a zážitků.

Zuzana, Markéta, Jana, Jirka



Terénní práce se seniory

Od 1. dubna 2013 je v provozu terénní práce se seniory s názvem Komunitní terénní program. Pracovníci občanského sdružení Neposeda seniory kontaktují především v ulicích městské části Praha Běhovice, Horní Počernice a Újezdu nad Lesy. Seniorům nabízí poradenství, dialog a zajímavé informace. Doprovází je také na vycházky, nebo poskytují psychickou podporu a další služby, které jsou v jejich možnostech. Služba není určena jen osamělým seniorům, ale všem, kdo si chtějí popovídat, svěřit se, zjistit informace o zajímavých akcích v blízkosti jejich domova, nebo zjistit, kde se setkávají lidé v podobné věkové skupině či s podobnými zájmy. Komunitní terénní program je v provozu od pondělí do pátku převážně v dopoledních hodinách, a to včetně prázdnin.

Těšíme se na setkání s Vámi!

Barbora Zvoníčková, Neposeda o.s.





SDH BĚCHOVICE

Povodně 2013

Poslední jarní měsíc jsme začali vskutku neslavně. Povodně se opět přihlásily ke slovu po více než deseti letech a opět dokázaly svou mohutností, rychlostí a ničivostí všechny překvapit. V Běchovicích bylo přímo postiženo povodní téměř deset domů. Jednalo se převážně o vytopené garáže, hospodářské přístavby a kotelny. Ve dvou případech se pak dostala voda i do obytných prostor. Situace to byla velice nepříjemná a v Běchovicích velice těžko řešitelná. Voda se vylila tam, kde v roce 2002 nebyla. Nástup povodně v Běchovicích byl velice rychlý. Všechny domy byly zaplaveny po cca 20 minutách. I přes to, že došlo ke škodám, musím přiznat, že všichni postižení povodní, i ti, kteří měli vodu přímo v obytných prostorech, se k celé věci postavili bez jakéhokoli zoufání nad vlastním osudem. Velice aktivně se pustili do odstraňování škod a tři dny po opadnutí vody byste jen těžko poznali, že se tudy povodeň prohnala.

Celorepublikově byla situace o poznání horší. I v hlavním městě byla místa, která i přes protipovodňové bariéry voda významně zasáhla a zatopila rodinné domy i do výšky několika metrů. A právě v těchto místech zasahovali naši dobrovolní hasiči. Jako první byli naši hasiči povoláni ke stavbě protipovodňových bariér. Nebýt počátečního chaosu na místě samotném, byl by průběh výstavby rychlý a bezproblémový. Většina členů jednotky je na tuto činnost proškolená a vycvičená. Praha tak byla i díky jednotce z Běchovic na klíčových místech ochráněna a nedošlo ani zdaleka k takovým škodám jako v roce 2002.

Celý týden se naše jednotka účastnila pomoci hlavnímu městu tam, kde bylo zrovna potřeba. V noci byli hasiči povoláváni na pytlování písku, přes den k odčerpávání vody z garáží a sklepů. Všude se ukázali jako dobře vycvičené družstvo s velice dobrou výbavou. Mělo to jediné ale... byli jsme jedinou jednotkou, která neměla své zázemí. Členové jednotky tak neměli odpovídající prostory, kde by si mohli sušit promočené vybavení, zásahové obleky, boty a rukavice, a každý další den se museli vracet do provlhlých bot a mokrého oblečení. To si následně vybralo svou daň na nemocnosti některých členů.

Osobně jsem se i se svým zástupcem Michalem Jiříkem účastnil pomocných prací při rozvozu pytlů s pískem po Běchovicích, odklizení trosek a následného sepisování škod. Měli jsem toho až nad hlavu a to jsme zdaleka neodvedli tolik práce co naši „dobráci“.

Chtěl bych touto cestou poděkovat našim dobrovolným hasičům za obrovský kus dřiny, který odvedli. Odvedli ho dobrovolně, na úkor svého zdraví a času stráveného s vlastními rodinami (za tři dny si dopřáli pouze 5 hodin spánku). Myslím si, že nejlepší odměnou za dobře odvedenou práci v plném nasazení bude výstavba nové hasičské zbrojnice, kterou zahájí hlavní město Praha pravděpodobně již v červenci tohoto roku.

Vážení hasiči, děkujeme!

Ondřej Martan
starosta MČ a SDH



foto (2x): Michal Vrba

Pokračování na str. 24



Pokračování ze str. 23



foto (6x): Michal Vrba





SPORT

Mladé Běchovice s tipovací soutěží. Neváhejte s přihlášením!

Dětem sice začínají prázdniny, ale my už žijeme zářím. Ne, že bychom se těšili znovu do škol a zaměstnání. Takoví nadšenci nejsme. My se snažíme připravit vše pro

hladký průběh 48. ročníku Mladých Běchovic. Díky silnému sponzorovi, firmě PRE, máme letos barevné a v nové grafické úpravě vytištěné propozice. Podařilo se nám sehnat i další místní sponzory, proto jsme mohli prvně vyhlásit i tipovací

soutěž. O co jde? Každý závodník si při přihlašování přes internet může tipnout, kolik závodníků napočítají rozhodčí v cíli všech rozběhů. Závodník, který se k tomuto číslu přiblíží nejvíce, získá pěkný digitální fotoaparát od úklidové firmy Strejda servis k.s. Jako menší rada pro čtenáře Života Běchovic může posloužit informace, že se

V letošním roce se nám podařilo navázat spolupráci s dalšími organizátory běžeckých závodů. Účastníci Mladých Běchovic byli pozváni na 3. ročník MCC krosu v okolí Štířína a na oblíbený závod v Klánovickém lese Běh za Újezdskou sovou. Zvýšený zájem o tyto závody, přestože jim počasí nebylo nakloněno, signalizuje stále rostoucí zájem o pohyb v přírodě. Věřím, že námi oslovení borci, kteří si v jarních měsících vyzkoušeli běžeckou obuv v Újezdě nebo Štíříně, zavítají **21. září** i do Běchovic. Možná právě mezi nimi bude závodník, který při závěrečném losování získá horské kolo od firmy IPEX Běchovice.

foto (3x): Radka Žaloudková a Michal Vrba



Nejvíce závodníků startuje v bězích na 200 metrů



Děvčata ze ŠSK Újezd nad Lesy pravidelně stojí na stupních vítězů. Vloni získala zlatou medaili Julie Vavrochová



O třetí a čtvrté místo bojuje Matěj Noháč a Štěpán Kvapil v kategorii Nábor I.

závodu v posledních pěti letech zúčastnilo průměrně 516 borců. Nejvyšších účastí jsme dosáhli při 10. ročníku, kdy cílem proběhlo 586 běžců a v roce 1996, kdy do Běchovic přijelo 608 dětí.

Jaké další novinky čekají na závodníky a jejich doprovod? Městská část Praha-Běchovice a další sponzoři (firmy ACI - Auto Components International, s.r.o., Zkušebnictví, a.s., A-Z CENTRUM, s.r.o., ELSY, spol. s r.o., Kovové profily, spol. s r.o., Pexi, s.r.o., Knupp - stavební materiály) věnovaly prostředky na zakoupení pěkných pohárů, medailí a cen. Každý závodník tak získá malou pozornost a diplom. Nejlepší borci v každé kategorii dostanou ceny, které rozhodně stojí za trochu námahy. Jak se stalo zvykem, drobné ceny dostanou i nejlepší závodníci v jednotlivých rozbězích v prvních čtyřech náborových bězích. Velkou devizou pro náš závod je možnost využít výborně udržované hřiště pana Petra

Pokračování na str. 26



Pokračování ze str. 25

Požárka. Na hřišti vyznačíme tratě od 50 m pro nejmladší závodníky až do 1 km pro starší žáky. V zadní části hřiště budou jako vždy pro čekající děti disciplíny dětské atletiky.

Kdo se tedy může chystat na Mladé Běchovice? Všechny děti, které mají chuť prožít společně s námi pěkné sobotní dopoledne. V nejmladší kategorii, startují závodníci, u kterých je podmínka, že zvládnou bez pomoci rodičů vzdálenost 50 metrů. Zcela výjimečně je povolen „dopink“ v podobě lízátka v cíli, nebo doprovod na trati. Ovšem bez fyzické pomoci! Rozhodčí v nejmladší kategorii tolerují pouze ústní usměrňování a povzbuzování. Jak jsme se vloni přesvědčili - jde to! Ti starší, zkušenější už zpravidla trať proběhnou bez pomoci i bez slziček.

Samostatnou kapitolou jsou pak závody žákovské, ve kterých už startují ostřílení běžci. Vždyť v našem seznamu evidujeme 17 závodníků, kteří startovali na Mladých Běchovicích více než desetkrát.

foto (4x): Radka Žaloudková a Michal Vrba



Krátce po startu vedla pole šestnácti závodnic Anna Činková z FZŠ Chodovická (507) s Miladou Běhounkovou z Běchovic (941). Vítězkou se stala Anna Kerbachová ze Spartaku Praha (černá souprava)

Nesmím zapomenout na závod Běchovická stovka, který je součástí Mladých Běchovic a je určen pro děti s postižením. Děti si mohou vybrat, zda poběží 100 metrů, nebo zvládnou třístovku. Podmínkou, aby se se běžela i delší trať, je pouze účast více než tří závodníků. I tyto závodníky mohou rodiče přihlašovat předem pomocí internetu. Musí ale vedle data narození uvést vzdálenost, na kterou dítě přihlašují.

Dalším velkým sportovním podnikem jsou závody na kolečkových bruslích In-line Běchovice a slavné Běchovice, které se letos poběží už po

sto sedmnácté! Oba tyto závody se

uskuteční o týden později, v neděli 29. září. Věřím, že Běchovičtí přijdou povzbudit nejen malé závodníky, ale i ty, kteří zdolají deseti kilometrovou trať. Budou mezi nimi i závodníci z Běchovic, kteří podporu místních určitě budou potřebovat.

Přeji všem závodníkům krásné prázdniny, při nichž se můžou připravovat na konec září, kdy Běchovice ožijí sportem. Nechávejte přihlášení na poslední chvíli a využijte on-line přihlášku na našich stránkách: www.mladebechovice.cz. Těším se na vaše výkony a doufám, že se ve velkém počtu sejdem na startu **48. Mladých Běchovic v sobotu 21. září 2013.**

Jan Jech, ředitel závodu



Nejmladšími závodnicemi byly Andrea Ponická (567) a Ella Chodounská, obě z Prahy 9.



Na horském kole odjel Marek Štěpán z Dolních Počernic.



Letní příměstský tábor s angličtinou a muzikálovou školičkou v Běchovicích

Vážení rodiče, milé děti, dovolujeme si Vás pozvat na letní příměstský tábor pořádaný Jurta klubem ve dvou srpnových týdnech. Program se skládá ze dvou bloků, dopolední blok s výukou angličtiny. Formou her a zábavy si děti zopakují a rozšíří slovní zásobu anglických slovíček a frází. Celé dopoledne stráví se zkušenou lektorkou angličtiny, která s dětmi mluví pouze anglicky. Prázdninovou aktivitou se Vaše dítě pozvolna připraví na školní výuku.

Odpolední blok tvoří muzikálová školička, kde děti nacvičí za celý týden ústřední písničky z muzikálu o skřítcích. Děti se navíc seznámí se správným dýcháním, vyzkouší si v praxi základy přednesu, tance, vytvoří si samy kostýmy i kulisy a na závěr svého celotýdenního úsilí vystoupí v krátkém představení před rodiči. Muzikálová školička počítá i s dětmi bez hudebního sluchu, ty mají také hudbu, divadlo a tanec rády, tak proč je nezačlenit?

Bohatý program příměstského tábora je výbornou volbou pro všestranný rozvoj dítěte. Vyzkouší si tanec, zpěv, přednes, osvojí si nové dovednosti v anglickém jazyce a výtvarná dílna při výrobě kostýmů a kulis dodá na zručnosti. Náplň příměstského tábora je koncipována tak, aby dala vyniknout výtvarnému, hudebnímu i jazykovému nadání Vašeho dítěte. V případě deště mohou děti využít zázemí Jurta klubu, za hezkého počasí pak strávíme co nejvíce času venku.

Program je vhodný pro děti od 7 do 12 let. Kapacita je omezena na maximálně 12 dětí. Program probíhá od 8 do 17 hodin. Cena neobsahuje stravu ani pitný režim. Stravu, kterou si zajistí rodiče sami, bude dětem připravena dle požadavku rodičů. Stravu jsme schopni rodičům zajistit.

Cena: 1980,- Kč / dítě / týden

Termín: 1. turnus: 19.-23.8. + 24.8. dopolední představení pro rodiče
2. turnus: 26.-30.8. + 31.8. dopolední představení pro rodiče

Více informací na www.jurtaklub.cz; rezervace prosím zasílejte paní Kropáčkové na rezervace@jurtaklub.cz.

Letní PRAVIDELNÝ program JURTA KLUBU:

Cvičení pro těhotné každé úterý od 8:30
Indoor Strolling úterý od 10:00
Pilates čtvrtek od 18:00
Angličtina pro dospělé - středa
Cvičení pro seniory

JEDNORÁZOVÉ akce JURTA KLUBU:

- 13.7. „Ábíčkové“ papírové modelaření 9-11 hod.
- 15.7. Správná manipulace s miminkem 9-12:00 hod.
- 15.7. Přednáška Jak naučit dítě na nočník 13-13:45 hod.
- 15.7. Baby Signs aneb znakujeme s dítětem 15-17 hod.
- 16.7. Afro tance pro dospělé 18-19 hod.
- 22.7. Baby masáže 9-9:30
- 22.7. Hrátky s batolátky 9:45-10:30 8-12m; 1-3 roky (chodící) 10:45-11:30
- 5.8. Muzikálová školička: děti 4-6 let 15:15:45 a děti 7-15 let 16-17hod.
- 6.8. Afro tance pro dospělé 18-19 hod.
- 10.8. „Ábíčkové“ papírové modelaření 9-11 hod.
- 27.8. Afro tance pro dospělé 18-19 hod.

Na všechny kurzy nutná rezervace předem na rezervace@jurtaklub.cz NEJPOZDĚJI TÝDEN PŘED KONÁNÍM AKCE! Více informací k pořádaným kurzům na stránkách www.jurtaklub.cz.





Turnaj fotbalových školiček IV. ročník TOP MINI STAR 2013-06-17 a V. ročník fotbalového turnaje MPŘ BĚCHOVICKÝ SRŠEŇ 2013

Měsíc červen: pro děti poslední měsíc školy, pro rodiče plánování dovolené a pro běchovickém trenéry a fotbalisty poslední měsíc fotbalových mistrovských zápasů a také účast na závěrečných turnajích pořádaných Sportovním centrem Běchovice na fotbalovém hřišti.

Ty největší již máme za sebou, a tak bych nejdříve chtěla poděkovat všem, kteří nám s organizací tak masivních turnajů pomáhali.

V první řadě jsou to Dobrovolní hasiči Běchovice, kteří i přesto, že měli za sebou vyčerpávající pomoc při povodních v Praze, dokázali celý víkend zajišťovat osvěžení malých hráčů, neboť jako již popáté nám přálo sluníčko a jasná obloha, a bravurně zvládli chaos při zajištění parkování velkého množství návštěvníků.



Velké poděkování patří také panu Jardovi Johnovi, který ustál tak velký nápor žíznlivých dětí a rodičů a jeho týmu, jenž mu pomáhal vše zvládnout.



Samozřejmě nelze zapomenout na naše krásné roztleskávačky a jejich trenérky: Kamilu a Petru, bez kterých by atmosféra na hřišti nebyla dokonalá.

Poděkování pak patří hlavně všem běchovickým trenérům, rodičům a dětem, protože bez nich by tu fotbal nikdy nefungoval tak jako nyní.

A teď již k samotným turnajům: hráli jsme v sobotu 15.6.2013, kdy proběhl Turnaj TOP MINI Star, kterého se zúčastnilo 24 mužstev s hráči od 4 do 6 let. Kdybych měla vyjmenovat všechny týmy, zabralo by nám to většinu stránek tohoto měsíčníku. A tak jen pro zajímavost aspoň pár zajímavých jmen a umístění.

- 1.místo **Bohemians Praha 1905 A**
- 2.místo **SC Xaverov A**
- 3.místo **SC Xaverov B**

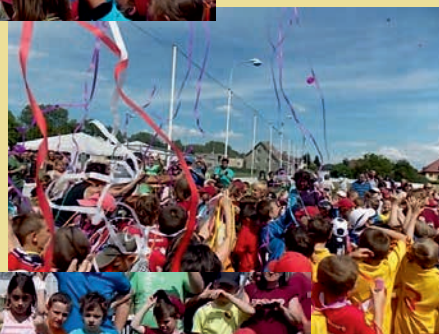
Naši Běchovičtí sršni obsadili krásné 6. místo

Předávání cen se ujali Pavel Horváth a Karel Piták, kteří byli pro děti velkou motivací a příjemnou tečkou na konci turnaje.

V neděli 16.6.2013 se odehrál další velký turnaj BĚCHOVICKÝ SRŠEŇ 2013. Opět nádherně obsazený turnaj dětmi kategorie mladších přípravek v počtu 24 mužstev. Při teplotně nadprůměrném počasí se hráli 96! zápasů, při kterých bylo vidět jejich plné nasazení a nádherné zákroky brankářů, akce a góly hráčů. Prostě spousta nádherných akcí, za které by se nemuseli stydět ani naši ligoví hráči.



Vítězové si odnesli nejen velký putovní pohár a medaile, ale i nádherné dorty, které pro děti upekla paní Bára Tomášková a po kterých se jen zaprášilo.



Pokračování na str. 29





Pokračování ze str.28

Nyní nás čeká poslední turnaj 22.6., který je určen starším přípravkám. I tady se určitě krásně obsazený turnaj s šestnácti mužstvy vydaří a přinese nejen skvělé zážitky, ale i setkání s příjemnými lidmi, kteří se okolo fotbalu točí a kteří mu věnují volný čas. A hlavně: dělají to bez nároku na odměnu. Velkou odměnou jsou pro ně výsledky a parta dětí, které tato hra baví, a parta rodičů, kteří dokáží v dnešní uspěchané době své děti podporovat a rozvíjet jejich dovednost a pohyb.

Je na místě zmínit i partnery a podporovatele těchto turnajů, kteří velkou měrou tyto aktivity v Běchovicích pomáhají realizovat. Jsou to: PLK s.r.o. Sibřina, TENI s.r.o., PETR Car s.r.o., IPEX, BETIS, Ohňostroje Krupička a TEAMSTORE.

Pokud chcete vidět více fotografií, podívejte se na www.placirka.cz, kde najdete i zajímavé komentáře nejen k našim, ale i dalším fotbalovým akcím po celé ČR.



foto: Jitka Štěpánová

Jitka a Milan Štěpánovi

PODĚKOVÁNÍ OD OSLAVENCŮ

Děkuji touto cestou MČ Praha - Běchovice za milé přání a dárek k mému životnímu jubileu, který mi předala paní Martina Vlková.

Pavel Císař

Děkuji zastupitelům MČ Praha – Běchovice za gratulaci a dar k mému životnímu jubileu.

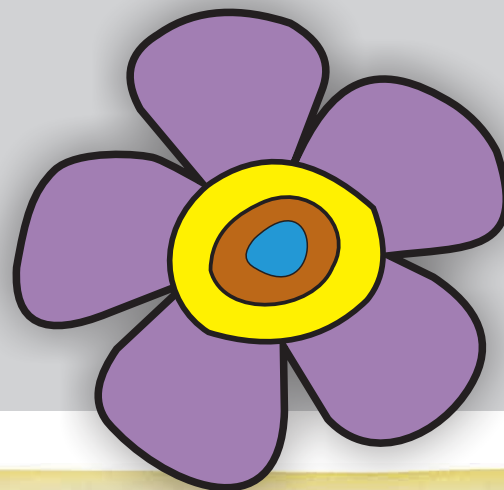
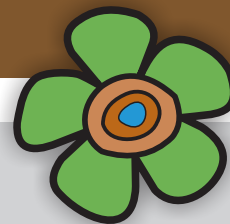
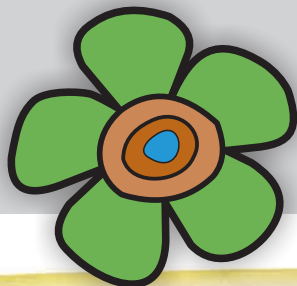
Ing. Miroslav Havrda

Děkuji MČ Praha - Běchovice za milou návštěvu, gratulaci a dar k mému životnímu jubileu.

Jana Sedláčková

Děkuji MČ-Praha Běchovice za blahopřání a dárek k mému životnímu jubileu.

Ivo Fereš





Běchovice běží Běchovice!

Vážení všichni,

doba je nyní hodně zvláštní a zaujmout něčím je čím dál složitější, proto vzniká neuvěřitelné množství bizarností a "taky-zajímavostí"

Paradoxem souběžným ale zároveň je, že se tím dává vyniknout věcem a událostem lety prověřeným, lze říci "klasickým". Takovým je v našich Běchovicích Závod Běchovice-Praha.

Myslím, že většina z nás ho registruje tak nějak automaticky a přiznávám, že jsem na tom byl před pár lety stejně.

Proč Vám to píšu?

Napadlo mne, že je velká škoda, že běhá tak málo Běchovičáků... Sám jsem před několika lety s pravidelným běháním teprve začal a vím, že začátek není lehký, ostatně jako každý začátek čehokoliv... Člověk má dost dobrých důvodů, proč vyběhnout až zítra, někdy je fakt vedro, jindy zase prší a pak se zas ale "vopravdu nechce"...

Takže!!! VÝZVA!!! ZKUSÍTE TO ZROVNA LETOS???

Mám docela rád sázky s určitým podtextem (výzvou chcete-li), a tak by mne dost zajímalo:

1. Kolik z nás v Běchovicích už Závod B-P běželo alespoň jednou v životě?
2. Kolik lidiček závod pravidelně běhá?
3. A kolik z Vás si troufne "zvednout ručník" a letos to konečně "dát"???

Věřím, že by to mohlo zajímat i Vás!!! ... a třeba pošťouchnout, nastartovat.

Domluvil jsem se s Ondrou Martanem, který - jak možná víte - už několikrát Běchovice běžel, že se pokusíme tuto VÝZVU prosadit a sledovat!!! Nemějte obavu, že "to nejde"!!! Máme v Běchovicích spoustu sportovců, nebo alespoň "aktivních lidiček" s chutí k pohybu. Určitě nejde o čas, jde o to se na "tu Pražáčku" dostat a já myslím, že to dáte!!! Tak to pojďte zkusit! Léto je před námi a stačí je tenisky...

Můžu za sebe říct, že pohyb (třeba právě běhání) je fajn nejen pro "kancelářský" jako jsem já...

No a pochybovači můžou zvednout "ten ručník".

Tak kolik nás 29. září bude z Běchovic????

Honza Hřebíček





Dětský den na kolečkách

Pršelo a pršelo...a tak jsme dětský den pro oddíl kolečkového bruslení 2x rušili, protože děti absolvují většinu atrakcí na bruslích a v dešti to klouže a také se dostává špína do ložisek a kolečka se pak musí zbytečně rozebrat a čistit a sušit... ale dočkali jsme se všichni ve středu 19.6.2013. I když počasí si z nás dělalo vysloveně legraci! Bylo totiž absolutně „azuro“ a teplota se vyšplhala až na 35 stupňů. Plánovala jsem děti malovat na obličeje...ale nakonec jsme s rodiči řešili, zda to opět neodmávneme...a dáme dětem dárky, nápoje i zmrzku ve stínu... popovídáme si a půjdeme dom. Ale děti se k tomu postavily tak, že v mžiku měly nazuté brusle a chrániče, a helmy, nechaly se domazat krémy na opalování a šly si zabruslit, než si rodiče rozebrali atrakce. 13 rodičů si tedy převzalo atrakci, aby se po celém areálu Na korunce rozeběhla soutěž o splnění:

- slalomu se lžící vpřed a vzad
- jízdu po jedné brusli a v holubičce, zakončená skokem
- vyfouknutí jedné velké bubliny a co nejvíce malých
- střelba hokejkou balonkem do branky
- hodem míčku na otevřenou tlamu tygra
- rozvozem 6 druhů zvířátek kam na jejich značku

- zavázáním tkaničky a zvládnutí náviku ambulantního uzle
- střelbu injekční stříkačkou do nafouknutého kruhu
- stavbu věže z dřevěných kostek
- kresbu srdíčka, čtyřlístku, kytičky a sluníčka
- hodem kroužků na cíl
- navlékáním náramku z korálků
- a po sundání bruslí zaskákaného panáka (někdo si troufl skákat i na bruslích!). Za splnění dostal každý do svého zataveného archu samolepku a za vyplněný arch si mohl každý vybrat zmrzku a dostal balíček dárků a tašku s nápoji věnovaného sponzorem.

Celou akci nafotil Milan Burian a fotky z malování na obličeje fotila Ivana Kašková.

Den na kolečkách se fantasticky povedl! Všichni odcházeli domů velice spokojení! A bruslaře již čeká jen bruslení každé pondělí a středu od 18-19h. Přijďte se podívat! Bruslíme na areálu Na Korunce v Běchovicích i o prázdninách. A čekají nás tři závody v průběhu prázdnin, tak nám držte pěsti, ať je někdo na "bedně" vítězů!

Ivana Kašková



foto: Ivana Kašková



foto (2x): Milan Burian



Pokračování na str. 32



Pokračování ze str. 31



foto (4x): Milan Burian



Řešení sudoku č. 1

3	5	7	8	1	2	4	9	6
9	8	4	6	5	7	1	3	2
2	1	6	4	9	3	5	7	8
8	7	1	2	4	5	3	6	9
5	9	2	3	7	6	8	4	1
4	6	3	9	8	1	7	2	5
1	2	8	7	3	9	6	5	4
6	3	5	1	2	4	9	8	7
7	4	9	5	6	8	2	1	3

Řešení sudoku č. 2

4	6	1	2	8	7	5	3	9
5	8	9	1	3	6	7	4	2
3	2	7	4	5	9	8	1	6
8	9	3	6	1	2	4	5	7
2	5	6	7	4	3	1	9	8
1	7	4	5	9	8	6	2	3
9	3	5	8	7	1	2	6	4
6	1	8	9	2	4	3	7	5
7	4	2	3	6	5	9	8	1





OKÉNKO ZDRAVÍ



Poslední dobou čím dál více lidí chápe, že současný životní styl nám křiví páteř a kvůli tomu nás často bolí záda a znepříjemňuje nám to život. Pokud patříte k lidem, kteří mají sedavý způsob zaměstnání, nemusíte si zoufat. Ani vás záda bolet nemusí. Stačí jen nahradit klasickou židli k počítači velkým gymnastickým míčem na sezení.

Nejen že samotné sezení na míči pomáhá odstraňovat bolesti zad a je velmi prospěšné zdraví, ale je také možné pomocí pár cviků na rehabilitačním míči posílit záda, ale i další svalové partie a napomoci tak správnému držení těla.

Až donedávna bychom si žádné cvičení s míčem rozhodně nespojovali, leč v dnešní době se stalo doslova hitem. Toto cvičení řadíme do oblasti wellness. Cvičení na míči je oblíbené a často vyhledávané hlavně díky jeho pohodlnosti a také prokázané efektivitě. Mnohé již nebaví týdny dřiny v posilovně, anebo jiné silové sporty, mezi které patří spinning či aerobic. Cvičení na míči pomůže vašemu tělu z hlediska fyzické kondice, ale zároveň ušetří vaše klouby od nárazů a nepříjemné námahy soustředěné právě na klouby.

Možná vám bude cvičení na míči připadat jako nějaká novinka či hit současné doby, jeho historie však sahá do 60. let 20. století. Právě tehdy byl tento druh cvičení používán švýcarskými fyzioterapeuty při terapiích s dětmi, jež si prošli mozkovou obrnou. V České republice se na míčích cvičí již více než deset let a systém jednotlivých cviků je poměrně dobře propracovaný.

Přinášíme vám několik cviků, které je možné praktikovat jak doma, tak v kanceláři, pokud máte chvilku času a chcete si ulevit od bolesti zad. Cviky nejsou náročné a jsou vhodné jak pro všechny věkové kategorie, tak pro těhotné ženy. Stačí vám jen velký míč a chuť si zacvičit!

Než začneme, je třeba dodržet několik základních pravidel:

- každý cvik opakujte 5x až 10x, nebo tak dlouho, dokud se cítíte dobře
- při cvičení pravidelně a klidně dýchejte
- cviky, které vám způsobují bolest, nebo se u nich necítíte dobře, vynechejte
- máte-li zdravotní problémy, konzultujte druh a intenzitu cvičení s vaším lékařem

Adéla Hudečková
s použitím internetu

	Cvik číslo 1	Uvolnění páteře
	Výchozí pozice:	<i>Lehněte si na podložku, lýtka položte na balón, spodní část stehna je částečně v kontaktu s balónem, páteř je na podlaze</i>
	Cvičení:	<i>Balón kutálime doleva a doprava, přičemž nohy udržují stálý kontakt s balónem. Hýždě nezdviháme z podlahy.</i>
	POZOR!	<i>Při kutálení zpět do výchozí pozice, musí být páteř vždy v kontaktu s podlahou.</i>

Pokračování na str. 34



Pokračování ze str. 33

	Cvik číslo 2 <i>Posilování nohou</i>
	Výchozí pozice: Ležíme na zádech, jedna noha leží lýtkem na balónu, druhá je pokrčená a podrážkou položena na balónu
	Cvičení: Nohu lýtkem položenou na balónu přitahujeme k hýždím, druhou nohou se snažíme balón od sebe odtlačit.
	POZOR! Balón je v klidu, páteř ve stálém kontaktu s podlahou
	Možné varianty Stejně pohyby (cviky) provádíme v různých vzdálenostech hýždí od balónu (stehna se již nemusí dotýkat balónu).
	POZOR! Hýždě zdvihneme pouze do roviny páteře.
	Cvik číslo 3 <i>Posilování nohou, stabilizace beder</i>
	Výchozí pozice: Podrážky jsou na balónu, nohy jsou pokrčené v kolenou
	Cvičení: Nohy tlačíme do balónu, páteř postupně směrem od hýždí zdvihneme až k lopatkám, obratel po obratli spouštíme nazpátek
	POZOR! Balón zůstává v klidu
	Možné varianty Cvičení provádíme v různém úhlu v kolenou. Podrážky zůstávají v kontaktu s balónem
	Cvik číslo 4 <i>Posilování a strečink svalů na nohách, břiše, bedrech a hýždích</i>
	Výchozí pozice: Pata jedné nohy leží na balónu, druhá noha je vzpřímená kolmo ke stropu.
	Cvičení: Patou tlačíme do balónu, hýždě nadzvedneme a postupně obratel za obratlem odlepujeme páteř směrem k lopatkám od podlahy zpět.
	Varianta č. 1 V nadzvednuté poloze kutálíme balón patou dopředu a zpět
	Varianta č. 2 Špičkou vzpřímené nohy se snažíme tlačit střídavě směrem k podlaze a ke stropu.

Pokračování na str. 35

Pokračování ze str. 34

	Cvik číslo 5 <i>Posilování nohou, stabilizace beder a cvičení rovnováhy</i> Výchozí pozice: Ruce napnuté s dlaněmi na podlaze. Chodidla jsou pevně na balónu, nohy nataženy. Cvičení: Hýždě a páteř až po lopatky střídavě nadzvedáváme a pokládáme zpět. Varianta V horní poloze střídavě nadzvedáváme nohy. POZOR! Balón zůstává v klidu.
	Cvik číslo 6 <i>Škola rovnováhy - mobilizace páteře - posilování svalů na chodidlech</i> Výchozí pozice: viz obrázek Cvičení: Hýžděmi na balónu provádíme kruhové pohyby Varianta Střídavě nadzvedáváme nohy POZOR! Balón zůstává v klidu.
	Cvik číslo 7 <i>Posilování zádočných svalů, nohou, rukou a břicha</i> Výchozí pozice: Jako u cvičení na obrázku č. 6, potom malými krůčky dopředu kutálíme balón směrem k lopatkám. Cvičení: Ruce jsou vzpaženy nad hlavou a opačnými pohyby se dostaneme do výchozí pozice. Varianta Cvik provádíme s pažemi v různých polohách. POZOR! Úhel v kolenou se snažíme udržet v 90°
	Cvik číslo 8 <i>Stabilizace beder</i> Výchozí pozice: Bedra jsou mimo balón, ruce zapaženy. Cvičení: Balón kutálíme vlevo a vpravo (do stran) pomocí horní části páteře. Hrudní koš se otáčí do protisměru. POZOR! Chodidla jsou pevně na zemi, bedra zůstávají nehybná.



Ceník inzerce

186 x 246 3 200,-/měsíc A4	186 x 123 1 600,-/měsíc 1/2	186 x 81 1 200,-/měsíc 1/3	92 x 122 800,-/měsíc 1/4
92 x 60 400,-/měsíc 1/8	92 x 29 200,-/měsíc 1/16	92 x 81 600,-/měsíc 1/6	

Šéfredaktor: Šárka Hudečková
Redakční rada: RNDr. Soňa Beroušková, PhDr. Melanie Zajacová
Ing. Aleš Rudl

Veškeré příspěvky, inzerci a osobní zprávy přijímá sekretariát Městské části Praha - Běchovice, Šárka Hudečková, tel: 281 028 611, mobil: 734 448 768, e-mail: zivotbechovic@seznam.cz. Příspěvky, které nebudou doručeny na uvedené kontakty, nelze otisknout.

Za obsah čísla odpovídá redakce, za obsah příspěvků odpovídají autoři. Zveřejněné příspěvky nemusejí vyjadřovat názory redakce. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky redakčně upravit, krátit nebo nezveřejnit. Dále pak upravovat otištěné materiály pouze po stránce gramatické, nikoliv stylizační.

Rukopisy se nevracejí.

Tisk: Tiskárna Úvaly, spol. s.r.o., Grafické práce: Art and Sign, Náklad: 900 ks

Redakční uzávěrka čísla je do 15. každého kalendářního měsíce. Příspěvky zaslané po tomto datu nemusejí být v čísle otištěny. V srpnu časopis nevychází.

Reg. č. MK ČR E 19752

Život Běchovic vydává Městská část Praha - Běchovice.
Adresa vydavatele: Městská část Praha - Běchovice
Českobrodská 3
190 11 Praha 9

tel: 281 028 602, fax: 281 028 610
e-mail: podatelna@praha-bechovice.cz.
web: www.praha-bechovice.cz/1435_Nove-cislo-ZB-na-webu.

**Uzávěrka inzerce a příspěvků
pro č. 9/2013 je
15.8.2013**

