



ŽIVOT BĚCHOVIC

*** / 10**
říjen 2011

zpravodaj MČ Praha – Běchovice

Život Běchovic najdete také na stránkách www.praha-bechovice.cz



Loučení s prázdninami a Den zdraví



46. Mladé Běchovice

Slovo starosty

Milí běchovičáci,

máme za sebou i poslední zá-
chvěvy teplého počasí. Osobně
mám za to, že babí léto do jisté mí-
ry všem vynahradilo „studené“ let-
ní měsíce. Na jednu stranu se tedy
nedá hovořit o tom, že bychom se
v létě vyhřáli na zbytek roku, na stranu druhou, podle rče-
ní „Všechno zlé je pro něco dobré“ se i v Běchovicích díky
stálému počasí bez extrémních teplot podařilo dokončit řa-
du rozpracovaných investic.

Pozornému oku běchovičáka jistě neunikl nově zre-
konstruovaný dům č. p. 8 v Běchovicích 1 na křižovatce.
V budoucnu by měly uvnitř vzniknout první startovací
a překlenovací byty. Běchovice zatím žádné podobné
prostory nemají a zapotřebí rozhodně jsou. Dokončen
a otevřen je také sběrný dvůr Běchovice. Jeho provoz je
přímo hrazen hlavním městem Prahou a městská část si
od něj slibuje zejména úbytek počtu černých skládek.

Běchovice žily v průběhu září také společenskými
a sportovními událostmi. Za sebou máme velmi vydařené
Loučení s prázdninami se Dnem pro zdraví, dále Mladé
Běchovice – hojně navštívený sportovní podnik pro děti
a mládež, a v neposlední řadě i běh Běchovice – Praha.
Rád bych touto cestou poděkoval všem organizátorům za
kus dobře odvedené práce. Tak jako v září v Běchovicích
je živo jen v málokteré městské části.

Pro nadcházející měsíc říjen máme pro Vás příprave-
nu již tradiční běchovickou drakiádu s přímou účastí pana
primátora hl. m. Prahy. Přijede si s námi zalétat a na kon-
ci pak osobně předat pohár primátora za nejhezčího do-
ma vyrobeného draka. „Svátek létání s draky“ se usku-
teční v neděli 2. 10 na poli za JHP Mosty. V sobotu 8. 10.
večer pak pozvu zejména dospělé na Václavskou zábavu
do sokolovny ve Sportovním centru Běchovice. Hrát bude
živá muzika a celou akci připravuje SDH Běchovice.

Těším se s mnohými z Vás na některé z akcí navídě-
nou.

*Ondřej Martan
Váš starosta*

V Životě Běchovic 10/2011 najdete:

• Slovo starosty	str. 1	• CSSB	str. 7	• Sport	str. 19
• Zastupitelstvo, Rada, Úřad MČ	str. 2	• Kultura	str. 11	• Poděkování	str. 23
• Ohlédnutí za děním v Běchovicích	str. 3	• Knihovna	str. 13	• Okénko zdraví	str. 24
• ZŠ a MŠ	str. 5	• Běchovický uličník	str. 14	• Křížovky, sudoku a jiné	str. 26
		• Neposeda	str. 16	• Inzerce	str. 26
		• Policie informuje	str. 18		

INFORMACE z jednání Rady MČ Praha – Běchovice



na svém 22. jednání dne 30. 8. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- vypořádání majetkových vztahů k pozemkům parc.č. 304 a 309 v k.ú. Běchovice
- uzavření souhlasného prohlášení na vyřešení vlastnictví nemovitého majetku duplicitně zapsaného v katastru nemovitostí svěřeného MČ Praha – Běchovice – pozemku parc.č. 512/6 zapsaného na LV č. 884 pro k.ú. Běchovice
- souhlas s provedením stavebních úprav rodinného domu č.p. 310 v k.ú. Běchovice
- vyhodnocení nabídek na výsadbu zeleně na území MČ Praha – Běchovice v rámci akce „Výsadba u piknikových zastavení“ – projekt Pokrok v MA 21
- schválení programu 6. jednání ZMČ Praha – Běchovice
- vyhodnocení nabídek v rámci veřejné výzvy na uzavření smluv o nájmu bytu
- udělení předchozího souhlasu zřizovatele s poskytnutím finančního daru do vlastnictví příspěvkové organizace
- vyslovení souhlasu s vyřazením majetku CSSB

- informaci o provedené kontrole registračních podmínek v CSSB
- rozpočtové změny MČ Praha – Běchovice
- umístění reklamního poutače na nemovitost č.p. 8
- obnovu části technického vybavení kuchyně v CSSB
- prominutí pohledávky z nájmu bytu č. 1 v domě č.p. 8 v k.ú. Běchovice

na svém 23. jednání dne 8. 9. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- rozpočtovou změnu MČ Praha – Běchovice
- změnu jednacího řádu ZMČ
- nájem části pozemku parc.č. 417/1 o výměře 20 m² zapsaného na LV 587 pro k.ú. Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl.m.Prahu v k.ú. Běchovice
- prodej pozemku parc.č. 1458/3 zapsaného na LV 587 pro k.ú. Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl. m. Prahu

tajemnice ÚMČ Praha – Běchovice
Mgr. Jitka Šnajdrová

Svoz bioodpadu letos i v zimě

Služba sběru a svozu bioodpadu prostřednictvím kompostejnerů společnosti Pražské služby, a.s., v letošním roce nekončí jako obvykle na konci listopadu, ale bude probíhat celoročně.

„Služba celoročního svozu bioodpadu je určena všem Pražanům, jak lidem v bytech, kteří mohou třídit bioodpad celoročně, tak i majitelům zahrad, kteří si zvykli na komfort této služby a vědí, že bioodpad není jen listí a tráva, ale i odpad z domácnosti,“ říká Petr Kašpar, vedoucí obchodního oddělení odvozu a recyklace odpadů, a dodává: „Výhodou pro Pražany je, že si službu celoročního sběru a svozu bioodpadu mohou objednat (stejně jako sezónní svoz) kdykoli během roku a cena jim bude stanovena pouze podle počtu objednaných měsíců do konce kalendářního roku.“

Na bioodpad je možné si pronajmout kompostejner o velikosti 120 nebo 240 litrů. Cena za celoroční svoz u 120litrové nádoby je 900 Kč vč. DPH, u 240litrové nádoby pak 1440 Kč vč. DPH. Tyto ceny zahrnují pravidelný svoz bioodpadu v intervalu

1x za 14 dní, jeho další zpracování i pronájem kompostejneru pro celé období.

Službu sběru a svozu bioodpadu si zájemci mohou objednat elektronicky na www.psas.cz/bio, v nejbližším zákaznickém centru společnosti Pražské služby, a.s., nebo telefonicky v call centru společnosti: 284 091 888.

O separaci bioodpadu mají Pražané stále větší zájem. V letošním roce, tj. od 1. 4. 2011 získaly Pražské služby cca 800 nových zákazníků, tedy k 31. 8. 2011 je to již více než 6 300 Pražanů, kteří využijí tuto službu a tím přispívají k ochraně životního prostředí v Praze.

„Vzhledem k tomu, že bioodpad tvoří více než 40 % z celkového odpadu domácnosti, těší nás, že zájem ze strany obyvatel hlavního města Prahy neustále roste,“ dodává Miroslava Egererová, tisková mluvčí Pražských služeb.

Miroslava Egererová, tisková mluvčí
egererovam@psas.cz

22. – 23. ŘÍJNA 2011
(SOBOTA – NEDĚLE)

**PROBĚHNE
OD 9:00 HODIN**

SVOZ VELKOOBJEMOVÝCH KONTEJNERŮ

(nábytek, domácí elektronika)

CO NEPATŘÍ?

nebezpečný odpad (barvy, zářivkové trubice,
akumulátory apod.)

Stanoviště:
ZA POŠTOVSKOU ZAHRADOU
DO ŘÍČAN X VÁCLAVA KOVAŘÍKA



8. ŘÍJNA
(SOBOTA)

19. LISTOPADU
(SOBOTA)

**PROBĚHNE
OD 9–12:00 HODIN**

SVOZ KONTEJNERŮ NA BIOODPAD

(listí, tráva zbytky rostlin, kousky větví keřů
i stromů – posekané, spadané ovoce, zbytky
zeleniny a ovoce, okrajky z brambor, mrkve,
okusky jablek, apod. čajové sáčky, kávová
sedlina skořápky z vajec.

Stanoviště:
ZA POŠTOVSKOU ZAHRADOU
DO ŘÍČAN X VÁCLAVA KOVAŘÍKA

OHLÉDNUTÍ ZA DĚNÍM V BĚCHOVICÍCH

Informace o měření hluku

Vážení spoluobčané,
ve dnech od 16. 5. 2011–15. 6. 2011 proběhlo v naší městské části „Měření ekvivalentní hladiny akustického tlaku A“ pro denní i noční dobu. Měření bylo zaměřeno zejména na zdroje hluku z dopravy. Umístění měřících bodů tedy respektovalo názor na nejexponovanější místa zatížená hlukem z dopravy a byly vybrány následující nemovitosti pro provedení měření.

Měřící body byly dva:

Měřící bod 1 (MB1) byl situován na terase, ve 3. NP rodinného domu čp. 332, v ulici Manželů Kotrbových v Běchovicích II – nejzápadnější část zástavby městské části. Zde byl hlavním zdrojem hluku automobilový provoz z komunikace Štěrboholská spojka.

Měřící bod 2 (MB2) byl umístěn na terase budovy nové mateřské školy, v úrovni 3 NP objektu. Zde byl hlavním zdrojem hluku automo-

bilový provoz na komunikaci Českobrodská.

Kompletní zpráva o měření hluku je poměrně rozsáhlá a není ji tedy možné v ŽB otisknout. Nejdůležitější je však závěr z provedeného měření, který Vám nabízíme v podobě přehledných grafů.

Každý z grafů přehledně zachycuje naměřené hodnoty v daný den po dobu 1 měsíce a to od 16. 5. 2011 do 15. 6. 2011. Hodnoty zjištěné na měřících bodech jsou barevně odlišeny ve sloupcích (MB1 modrá barva, MB2 fialová barva).

Pro ještě lepší přehlednost situace je vše zobrazeno ve dvou grafech. První ukazuje naměřené hodnoty hluku v průběhu dne, druhý pak naměřené hodnoty v nočních hodinách. Nejvýznamnější zobrazenou hodnotou je pak bezesporu ukazatel hladiny povoleného zatížení hlukem (v každém grafu červená vodorovná linka).

Z uvedených grafů je možno vyčíst několik základních zjištění:

- 1) Měření pro denní dobu ukazuje překročení povolených hlukových limitů (60dB) téměř každý měřený den v MB2, tedy v centru Běchovic I. Je to bezesporu dáno blízkostí kapacitní komunikace Českobrodská.
- 2) Naproti tomu denní zatížení hlukem v Běchovicích II (MB1) nepřekročilo povolenou hladinu hluku ani jednou.
- 3) Noční měření ukázala na výraznější zatížení celé městské části nadměrným hlukem (nad 50 dB). V Běchovicích I (MB2) došlo k překročení povolených hlukových limitů každou měřenou noc, v Běchovicích II (MB1) krom 6-ti dnů také tak.

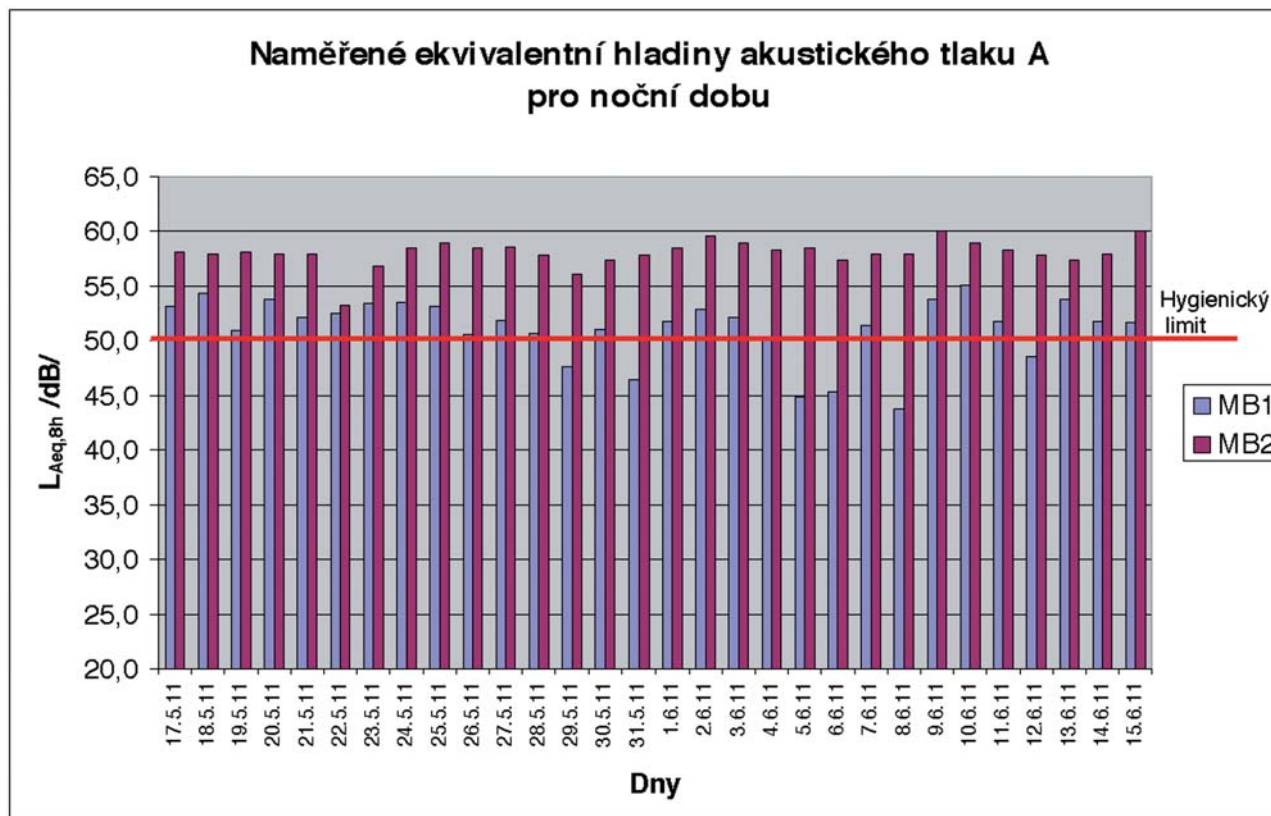
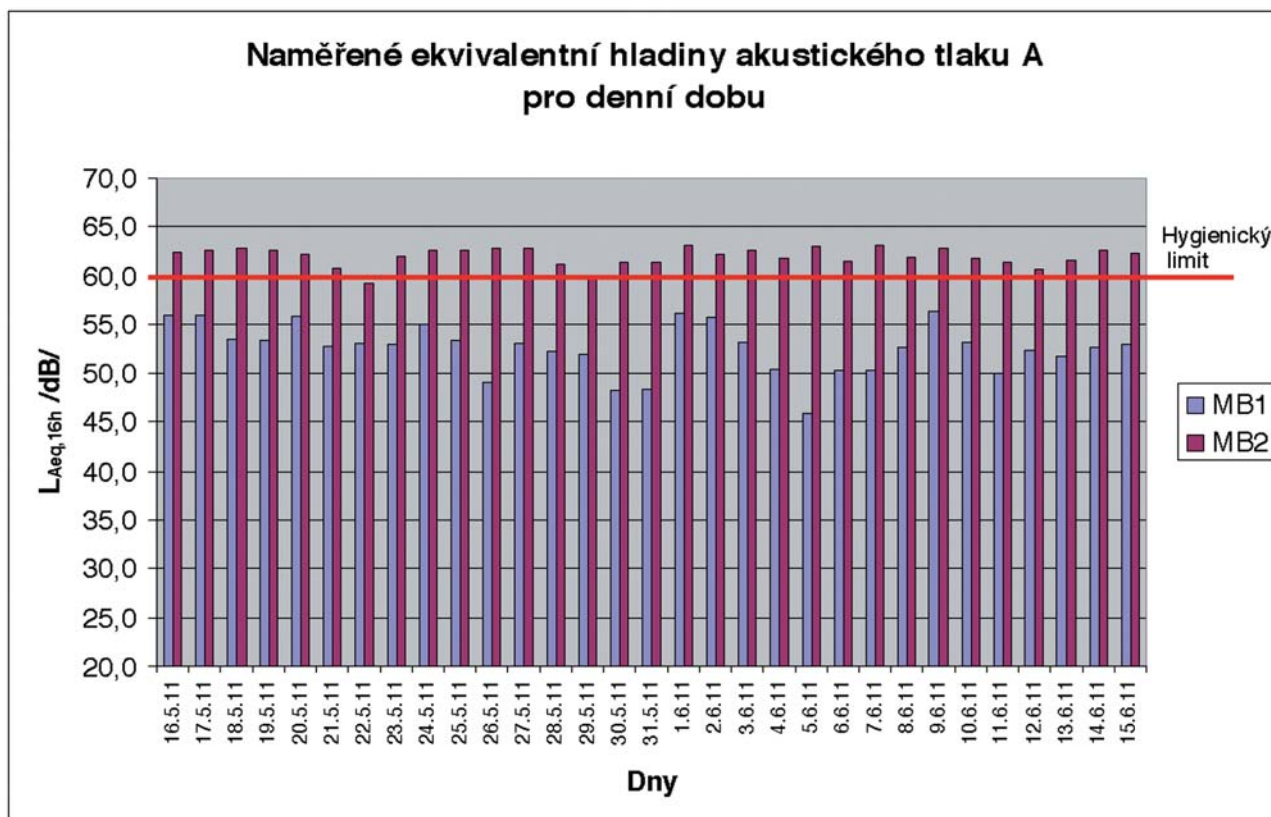
Zjištěné hodnoty budou sloužit jako podklad MČ pro další jednání s MHMP a Ministerstvem dopravy. Zjištění nemají za cíl jak-

koli poukazovat na menší či větší zatížení jedné či druhé čtvrti v naší MČ, ale mají zásadní význam pro kontrolu údajů v předkláda-

ných projektech řešících nadřazený dopravní skelet. Pro zájemce je protokol o měření připraven k nahlédnutí na Odboru správy

a majetku Úřadu Městské části Praha - Běchovice.

Rada Městské části Praha - Běchovice



Exkurze na letišti

Dne 13. září 2011 se vypravila 3. a 4. třída na exkurzi pořádanou Letištěm Praha-Ruzyně. Děti měly příležitost poznat pracovní zázemí mnoha zajímavých profesí a místa, kam se cestující běžně nedostanou. Viděly provoz a shon na odbavovacích plochách, seznámily se s dráhovým systémem a dostaly se do těsné blízkosti letadel.



Z několika desítek metrů pozorovaly starty a přistání různých typů letadel a měly možnost poznat nejmodernější stanici Záchranné a požární služby v České republice, která byla otevřena v roce 2006. Výlet se nám všem moc líbil, načerpali jsme atmosféru dalek, nevšedních zážitků a poznání.

Radka Žaloudková, ZŠ



Foto (4): Radka Žaloudková





E-mail: msbechovice@seznam.cz

Měsíc září v MŠ:

✿ **JÁ TO VÍM, TY TO JEŠTĚ NEVÍŠ,
ŽE VE ŠKOLCE JE TO ŽŮŽO,
JÁ TO VÍM, TY UŽ TO TAKÉ VÍŠ,
ŽE ZAŽIJEM DOBRODRUŽO.....**

✿ 1. 9. jsme společně s dětmi přivítaly hodně nových kamarádů.

Mezi nás přišly děti, které nahradily nynější prvňáčky, ale také děti, které jsme do mateřské školy přijali poté, co nám bylo povoleno, navýšit kapacitu MŠ.

Stávající počet 100 dětí, jak sami víte, v současnosti nepokryje poptávku po volných místech a tak naši mateřinku navštěvuje nyní 112 dětí, což odpovídá počtu 28 dětí ve třídě.

Všechny rodiče běchovických dětí, kteří přišli na jaře k zápisu jsme z tohoto důvodu přijali, což nás velice těší.

Od září máme také v provozu kuchyň. Tuto skutečnost hodnotíme jako velice pozitivní po všech stránkách. Paní kuchařky, Hanka a Jana se o nás starají, jak jen nejlépe mohou... Děti mají velice pestrý jídelníček, doplněný množstvím ovoce a zeleniny, výborné pečivo a fantastické pomazánky k svačinkám. Tyto informace nevycházejí pouze od nás, ale spokojenost je i na straně rodičů, což nás a převážně Hanku a Janu musí těšit dvojnásobně!

Prostě dámy, jen tak dál.....

✿ **MATEŘSKÁ ŠKOLA JE ALE PŘEVÁŽNĚ O DĚTECH
A PRO DĚTI, TAK PÁR INFORMACÍ PRO RODIČE
O TŘÍDÁCH A VZDĚLÁVACÍM PROGRAMU.**

Je přece jen začátek školního roku, tak myslím, že tyto informace ocení hlavně rodiče nových dětí.

Naše školka je čtyřtřídní – žabičky, berušky, studánky a motýlci.



Nejmenší dětičky navštěvují třídu modrou – studánky. Je to třída plná tříletých, nových dětí, které začaly chodit do školky poprvé a tudíž i adaptace těchto dětí patří k nejdělsí a vyžaduje čas spolupráci ze strany rodičů a paní učitelek.

Třída berušek patří dětem ve věku čtyř let a sestava je téměř shodná s loňským školním rokem. V červené třídě na vás dýchne klid a pohoda, která je dána také tím, že dětičky chodí do mateřské školy již druhým rokem a vytváří si spolu dobrý kolektiv.

Žabičky a motýlci jsou naši mazáci, vesměs předškoláci. Většina dětí v těchto třídách chodí do mateřské školy již třetím rokem, vzájemně se znají a jsou dobrým kolektivem.

NÁŠ ŠKOLNÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

**MOTTO: „JEN SI DĚTI VŠIMNĚTE, CO JE
KRÁSY NA SVĚTĚ.“**

VIZE A HLAVNÍ CÍLE:

✿ Stále více propojovat vzdělávací program prvky z alternativního programu „Zdravá mateřská škola“.



✿ Podpora environmentálního vzdělávání.



✿ Rádi bychom se staly mateřskou školou, ve které děti nebudou ztrácet cestu jeden k druhému.

Integrované vyučující bloky



- 1 – Podzim kouzelník
– přičaroval nám nové kamarády



- 3 – Jaro se už směje,
sluníčko nás hřeje
– vyhání mláděčka pomlázkou



- 2 – Paní Zima přichází
– Vánoce nejkrásnější svátky v roce



- 4 – Když se léto rozběhne
strání – ahoj léto, prázdniny a koupání



✿ Vzdělávání přizpůsobujeme vývojovým potřebám dětí.

✿ Důležité je prostředí – vstřícné, podnětné, zajímavé a obsahově bohaté – výsledkem je **spokojené dítě**.

Přejeme všem dětem i jejich rodičům co nejvíce příjemných chvil strávených v naší mateřské škole.

kolektiv mateřské školy „Čtyřlístek“



CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB BĚCHOVICE

Za Poštovskou zahradou 557, 190 11 Praha 9 - Běchovice

Tel.: +420 281 045 782

www.cssb.cz

NOVÁ NABÍDKA SLUŽEB

KLIENTI CSS Běchovice ZÍSKÁVAJÍ DALŠÍ VÝHODU

Základem naší práce je pomáhat seniorům, aby mohli co nejdéle žít podle svých představ ve svém domově. Klientům pečovatelské služby například dovezeme oběd, doneseme nákup anebo uklidíme.

Pokud uvažujete o sjednání úkonů pečovatelské služby, neváhejte kontaktovat naši sociální pracovníci Martinu Rafačovou na telefonu 281 045 774 nebo 775 997 852. Obdržíte plný servis – všechny informace o službě a náležitostech k jejímu poskytování. Vyzkoušejte sami!

Služby pedikérky/manikérky – v prostorách CSS Běchovice působí paní Hana Lánská, která za velmi příznivé ceny poskytuje pedikérské a nově i manikérské služby. Každý klient CSS Běchovice, který má uzavřenou smlouvu o poskytování pečovatelské služby, získává automaticky SLEVU na poskytnutí pedikúry.

Služby masérky – od září nově v našich prostorách působí masérka paní Helena Kholová. V nabídce je celá škála typů masáží, od klasických masáží, po aroma-masáže či oblíbené lymfatické masáže. Pro klienty CSS Běchovice jsou všechny typy masáží automaticky nabízeny v CENOVÉ ZVYHODNĚNÉ nabídce.

NAVÍC služby paní Hany i paní Heleny může využít kterýkoli zájemce z řad veřejnosti. I když nejste zrovna senior, můžete přijít tyto služby vyzkoušet! Objednejte se u pečovatelek na telefonu 281 045 782.

PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Také na podzim máme v nabídce pravidelné aktivity pro seniory, nejen klienty CSS Běchovice. Přijďte k nám strávit volný čas a udělat něco pro sebe!

Trénink paměti

Každé pondělí od 15:00 do 16:30 h vede paní Soňa Křížová trénink paměti a cvičení pro seniory. Setkání nejčastěji probíhá v jídelně, při hezkém počasí též u altánku blízko DPS. Nemusíte se ničeho obávat, paní Soňa bravurně ovládá techniku tréninku paměti a naučí Vás je používat, cvičení je také přizpůsobené věku a schopnostem účastníků, navíc se vždy najde chvilka na popovídání.

Klub důchodců

Jak jsme Vás informovali v minulém čísle Života Běchovic, převzali jsme pod naši organizaci fungo-

vání klubu důchodců. Stále platí, že členové se scházejí u nás v jídelně každé druhé úterý od 14 hodin. První část je věnována aktivitě (ať už přijdou hosté, uskuteční se vystoupení nebo se něco vyrábí), druhá část je volnější, aby si každý mohl popovídat se svými známými. Přijďte se podívat!

Každý čtvrtek se něco děje

I nadále zůstávají zachovány naše aktivity nejen pro obyvatele DPS, které mají též rozmanitý obsah. Každý čtvrtek od 15:00 hodin je připraven program. V minulosti se uskutečnilo například opékání buřtů, hraní společenských her, cestopisné přednášky, promítání filmů aj.

Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka

LOUČENÍ S PRÁZDNINAMI A DEN ZDRAVÍ ZA NÁMI



místní Agenda 21

Foto (4): Jiří Prokop



V sobotu 3. září 2011 se na prostranství kolem našich domů s pečovatelskou službou uskutečnil již druhý ročník akce Loučení s prázdninami a Den zdraví, již jsme pořádali společně s MČ Běchovice a o.s. Neposeda. Partnerům díky za spolupráci!

Akce Den zdraví je přesně takovou aktivitou, které se prezentují jako Místní Agenda 21. Jedná se o spolupráci občanského sektoru a místní samosprávy, má osvětový charakter a dává dohromady občany MČ.

Program byl nabýt, počasí vyšlo skvěle,



a tak se sešlo opravdu hodně účastníků – počítáme, že o pár desítek více než v loňském roce. Navíc se zúčastnili i představitelé okolních městských částí, vedoucí sociálních odborů a zástupci jiných poskytovatelů sociálních služeb. Některé jste možná zahlédli, jiní zůstali skryti v davu.

A průběh odpoledne?

Za Centrum sociálních služeb Běchovice jsme opět zajistili externě dodaný zdravotní program (měření hustoty kostí, tlaku, tuku, a instruktáž Nordic Walking), dále prezentaci organizace a jejích aktivit a služeb, které jsou poskytovány u nás (pedikúra, manikúra, masáže), simulátor

čelního nárazu a prezentační stánky s keramikou, kosmetikou či doplňky zdravé výživy.

V programu i v místě konání se prolínaly generace – bylo možné zahlédnout zde rodinu s miminkem, opodál dámu na vozíku, jinde zas mladé lidi z kapele či seniory z našich domů. I v programu bylo pro každého něco. Před vystoupením místní kapely Apolyn zahrála Cimbálovka pana Friče.

Naprosto neplánovaně došlo k soutěži na „lyžích“ – tým Centra sociálních služeb Běchovice v čele s paní ředitelkou bojoval proti týmu Městské části Praha – Běchovice v čele s panem starostou. Ač s rozbitými „lyžemi“ (utrhlý se nám jedny provázky), jsme do cíle doběhly, a to jen těsně za týmem mužů. Zkrátka, jak bylo řečeno i do éteru, sociální služby to mají vždycky těžší, ale nevzdávají to.

Taková akce nám všem dává příležitost setkat se se zajímavými lidmi v zajímavých situacích, učit se respektu a čerpat z potěšení jiných. Z toho máme vel-



kou radost. Jestli jste to letos nestihli, příští rok určitě přijďte!

Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka

UDÁLOSTI, KTERÉ CHYSTÁME

DISKUSNÍ FÓRUM OBČANŮ 12. ŘÍJNA 2011

Den otevřených dveří

14:00 – 19:00 hodin

připojujeme se k celorepublikovému dni otevřených dveří v rámci Týdne sociálních služeb

Mohou mít klienti CSS Běchovice a klienti NZDM Autobus něco společného?

16:00 – 17:00 hod.

sdílení zkušeností a dobré praxe v rámci Týdne sociálních služeb s mottem „Podporujeme kvalitu života“

Zapojte se do rozvoje Běchovic!

17:00 – 19:00 hod.

moderovaná diskuse u kulatých stolů v rámci projektu Pokrok v MA21



CHCETE SDĚLIT SVŮJ NÁZOR?

Zveme vás na DISKUSNÍ FÓRUM OBČANŮ k celkovému rozvoji obce.

KDY? dne 12.10.2011 (středa)

Mohou mít klienti CSS Běchovice a klienti NZDM Autobus něco společného?
16:00 – 17:00 hod.
- sdílení zkušeností, dobré praxe v rámci Týdne sociálních služeb s mottem „Podporujeme kvalitu života“

Zapojte se do rozvoje Běchovic!
17:00 – 19:00 hod.
- moderovaná diskuse u kulatých stolů v rámci projektu Pokrok v Místní Agendě 21

Témata diskuse	Garant
Doprava - rozvoj železniční dopravy v MČ Praha – Běchovice - automobilová doprava centrem obce - nadřazený dopravní skelet - vyhlídky v řešení dopravních zátěží – možné varianty - městská hromadná doprava	Ing. Ondřej Martan, starosta
Životní prostředí	Michal Jiřík, místostarosta
Sociální služby - jaká by měla být sociální politika MČ - přístavba Centra sociálních služeb Běchovice - život a potřeby seniorů - dospívající nejen jako klienti sociálních služeb - mají dost příležitostí? - nuda v Běchovicích? Máme ve volném čase co dělat? - lidé bez domova	Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka CSSB Ivana Štefková, vedoucí NZDM Autobus
Školství - kapacita školy a školky - současný stav a možnosti rozšíření - kritéria přijímání dětí do MŠ, do 1. třídy ZŠ a do školní družiny	Mgr. Jaroslav Svátek, ředitel ZŠ Radka Požárková, ředitelka MŠ

KDE? v Centru sociálních služeb Běchovice
Za Poštovskou zahradou 557, 190 11 Praha – Běchovice

Moderuje AGORA CE, pro účastníky občerstvení zdarma.

POZVÁNKA NA HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ

Pražští tamburaši

Datum: 20. října od 15:00 hodin

Místo: Centrum sociálních služeb Běchovice
(jídlna DPS I., č.p. 557)



Repertoár: tvorba českých a moravských
lidových autorů 20. – 40. let,
světové populární skladby

PŘIJĎTE, JSTE SRDEČNĚ ZVÁNI
vstup zdarma

akci finančně podpořila Městská část Praha - Běchovice

PRAŽŠTÍ TAMBURAŠI 20. ŘÍJNA 2011

Na podzim, konkrétně na čtvrtek 20. října 2011, jsme se opět dohodli s uskupením Pražští tamburaši na vystoupení u nás. Tato kapela vystupuje v CSS Běchovice pravidelně a vždy s úspěchem. Přijďte tedy k nám do jídelny strávit příjemné odpoledne.



Děkujeme všem, kteří se přišli rozloučit se zesnulým panem Jaroslavem Bartákem. Rovněž děkujeme za projevenou upřímnou soustrast.

Jana Bartáková

Centrum sociálních služeb Běchovice – o.s. Neposedasda – Městská část Praha Běchovice

pořádají

PODZIMNÍ BĚCHOVICKÝ BAZAR

22. 10. 2011

v prostorách Centra sociálních služeb Běchovice (jídlna)
Za Poštovskou zahradou 557, Praha 9

*Každý z nás má doma pár věcí nebo oblečení, které jsou zachovalé, ale už je nepoužívá, a nechce je jen tak hodit do popelnice, když můžou sloužit někomu dalšímu. Proč ztrácet čas dlouhými cestami do vzdálených tržnic či obchodů ... Zkuste je **prodat** přímo v Běchovicích!*

Do bazaru se přijímají výhradně čisté, nepoškozené věci – oblečení, sportovní potřeby, hračky, dětské potřeby apod. Označte prosím věci cenou a připravte si jejich soupis.

Do počtu 10 ks zprostředkujeme prodej. Manipulační poplatek 10,- Kč za každou věc a 10% z utržené částky.

Při počtu 11 ks až 50 ks zboží prodáváte sami. Manipulační poplatek 10,- Kč.

Výtěžek bude věnován v poměru 50 : 50 Centru sociálních služeb Běchovice a o.s. Neposedasda na poskytování sociálních služeb.

Program

pátek	21.10.	13 – 17	příjem zboží (do 10 ks) v CSS Běchovice
sobota	22.10.	13 – 14	registrace prodejců 10 ks až 50 ks
		14 – 17	prodej zboží
		18 – 19	výdej neprodaného zboží a výplata peněz

Pravidla a podrobnosti najdete na www.praha-bechovice.cz
www.cssb.cz www.neposedasda.org, tel. 733 182 520

PODZIMNÍ BĚCHOVICKÝ BAZAR 22. ŘÍJNA 2011

Každý z nás má doma pár věcí nebo oblečení, které jsou zachovalé, ale už je nepoužívá, a nechce je jen tak hodit do popelnice, když můžou sloužit někomu dalšímu. Proč ztrácet čas dlouhými cestami do vzdálených tržnic či obchodů – není přece nic jednoduššího než vytvořit prostor přímo v Běchovicích. Proto na sobotu 22. října 2011 plánujeme společně s MČ Praha - Běchovice a o.s. Neposedasda uskutečnit „Podzimní běchovický bazar“. Přijďte si něco koupit nebo prodat!

V případě, že máte dotazy, připomínky, náměty neváhejte se na nás obrátit!

Mgr. Melanie Zajacová,
ředitelka

tel.: 281 045 783, 775 203 100,
melanie@cssb.cz
<http://www.cssb.cz>

Loučení s prázdninami



kou s odborným výkladem. Na své si přišli i milovníci letadel, kteří mohli shlédnout lety nejnovějších modelů letadel na dálkové ovládání. K tomu jim zahrál jako vždy vynikající DJ Petr Vich, zatančily naše Běchovické včelky pod vedením Kamily Dömeové a Petry Jandusové. Nesmíme zapomenout na malování na obličeje, které si děti v poslední době dosti oblíbily. Bojovníci Tiger teamu pod vedením pana Jaroslava Hojdana předvedli ukázky bojového umění Jiu-jitsu, které byly opravdu náročné a vyčerpávající. BONGOBAR pana Libora Pelána nezapomněl ani na zdraví, jejich koktejly z řapíkatého celeru a dalších darů přírody opravdu chutnaly. Počasí bylo opravdu příznivé a tak měli pan Jaroslav Hojdan a Jaroslav John co dělat, aby zchladili všechny přítomné lahodnými nápoji.

Kamila Dömeová a spol.

Den 3.září 2011 asi nezapomene spousta občanů Běchovic i okolí. V tento den jsme si opět připomněli akci Den zdraví – Loučení s prázdninami, že sloučit věkově rozdílné generace není vůbec žádný problém. Organizátoři akce MČ Praha - Běchovice a Centrum sociálních služeb Běchovice sestavili program, kde například za pomoci Městské policie HMP mohly děti získat řidičské průkazy za dopravní znalosti a dovednost, za přítomnosti zdravotních odborníků občané mohly zjistit hustotu kostí aj., salón FRESH BODY předvedl masáže šije, hlavy a ru-



Děkujeme panu Ing. Jiří Malinovi za pomoc při organizování akcí MČ Praha - Běchovice. Práli bychom si více takových podnikatelů, kteří sponzorují společenské dění v Běchovicích.

MČ Praha – Běchovice



Foto (5): Mgr. Petr Vich st. a ml.



Na závěr bych chtěla poděkovat všem, kteří se zapojili do přípravy a chodu celé akce. Děkuji týmu občerstvení Janě Matuškové, Petru Křížkovi, Markétě Vargové, Attilovi Markoltovi, Róbertu Döme a dalším, Pavlovi a Báře Tomáškovým, Martině a Liborovi Vlkovým, Týně a Kátě Míkovým, Petře a Zdenkovi Kalátovým a dalším, na který si v tento moment vzpomenu a doufám, že mi to nebudou mít za zlé.

Kamila Dömeová, ÚMČ

Pozvánky



Sbor dobrovolných hasičů Běchovice
Vás srdečně zve dne 8. 10. 2011 ve 20,00 hodin na

BĚCHOVICKOU VÁCLAVSKOU ZÁBAVU

Večerem nás provede kapela "EMOCE"
a to v Sokolovně v Běchovicích.
Těšíme se na příjemně strávený večer.
Vstupné: 50,-





Zapojte se do rozvoje Běchovic!

Přijďte diskutovat nejen s představiteli MČ!

Zveme vás na DISKUSNÍ FÓRUM OBČANŮ k celkovému rozvoji obce.

Diskuse bude moderována a doplněna odbornými vstupy.

Možná témata diskuse	Garant
Doprava	Ing. Ondřej Martan, starosta
Životní prostředí	Michal Jiřík, místostarosta
Sociální služby	Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka CSSB
	Ivana Štefková, vedoucí NZDM Autobus
	Mgr. Jaroslav Svátek, ředitel ZŠ
	Radka Požárková, ředitelka MŠ

KDY? dne **12.10.2011** od 15:00 hod.
KDE? v Centru sociálních služeb Běchovice
Za Poštovskou zahradou 557, 190 11 Praha – Běchovice

Váš názor přispěje ke zlepšení kvality života
v MČ Praha - Běchovice!

Pro účastníky bude připraveno občerstvení zdarma.

Fórum je realizováno v rámci Týdne sociálních služeb a projektu Pokrok v MA21 – aktivní zapojení veřejnosti do turistického rozvoje Běchovic, který byl podpořen z Revolvingového fondu MŽP ČR.

 **Pokrok v MA21**

 **místní Agenda 21**



V minulém čísle zpravodaje ŽB byl mylně uveden termín konání Mikulášské besídky a to 1. prosince, správné datum je 3. prosince. Čtenářům se tímto omlouváme.

redakční rada

3. prosince

Mikulášská besídka, taneční večer

KNIHOVNA

Týden knihoven

3. – 10. října 2011

Svaz knihovníků a informačních pracovníků ČR pořádá již **15. ročník** této celostátní akce na podporu četby a knihoven. Letošní motto – **15. KRAJ ČR – KRAJ KNIHOVEN**. V centru zájmu jsou především uživatelé knihoven, letos bude pro každou cílovou skupinu připraven jiný program. Celostátní program bude zahájen 3. října **Velkým říjnovým společným čtením věnovaným Karlu Jaromíru Erbenovi**.

Naše knihovna připravuje následující aktivity:

Velké říjnové čtení (ve spolupráci se ZŠ a CSSB)

Společné čtení z pohádek Karla Jaromíra Erbena, od jehož narození uplyne 7. listopadu 200 let.

Bude upřesněno na plakátech a na internetových stránkách knihovny.

Vyhlášení výtvarné a literární soutěže pro děti

Nová soutěž pro děti, které rády malují a pro ty, kdo se nebojí veršovat

Amnestie dlužníků

Pro nepořádné čtenáře – ti, kdo vrátí knihy v úterý 4. nebo ve čtvrtek 6. října, nebudou platit zpozdě.

Čtenáři čtenářům

k rozebrání knihy od čtenářů, nebo knihy vyřazené (během měsíce října)



Nebojme se internetu – pro seniory

Přijďte si do knihovny vyzkoušet, jak lze internet použít k vyhledávání knih v naší i v ostatních knihovnách, jak najít jízdní řád či otvírací dobu nákupního centra. **4. a 5. října 10 – 12 hodin**

Záložky – Přijďte si do knihovny vyrobit záložku

pro děti od 1 do 6 let a jejich rodiče **11. a 13. října od 15 do 18 hodin**

Od letošního září má naše knihovna také svoji stránku na Facebooku. Přidejte si ji k svým oblíbeným, sledujte novinky, přispívejte svými postřehy, sdílejte informace ze čtenářského světa.

V knihovně i online se na vás těší



Hana Santolíkova,
knihovnice

BĚCHOVICKÝ ULIČNÍK

V devátém díle Běchovického uličníku se podíváme do Běchovic I. Čekají tam na nás další ulice, jejichž názvy si objasníme. Víte, proč se jedna z ulic jmenu-

je Na Spáleništi nebo znáte původ názvu ulice U Školního pole?

Drůbežnická



Foto: Josef Červený

Pohled do ulice Drůbežnická v roce 1959

Ulice s tímto názvem vede od silnice Českobrodská až do ulice V Okálech. Vznikla po roce 1951 v první etapě výstavby rodinných domků ve čtvrti,



Foto (4): Aleš Rudl

Ulice Drůbežnická v roce 2011 (po 52 letech)

které se říkalo „U Školního pole“ a také „Na Vackově“, podle pražského primátora Dr. Václava Vacka, který do Běchovic jednou zavítal.

Název ulice byl patrně odvozen od jejího směřování k bývalé drůbežárně Xaverov. Pražský podnik Xaverov se v během 20. století stal symbolem českého drůbežářství. Svoji činnost ukončil v roce 2007.

Do roku 1976 se ulice jmenovala **V zahrádkách**, což vyplynulo z charakteru ulice, kterou lemují rodinné domy se zahradami.

V Okálech

Komunikace V Okálech začíná u běchovického hřiště a končí v ulici Na Vydrholci. Své jméno dostala podle rodinných domků typu OKAL, které v ní byly postaveny. Jejich historie začíná v roce 1968. Tehdejší podnik Rudné doly Jeseník řešil, jak zaměstnat pracovníky z postupně uzavíraných dolů na Rýmařovsku. V této oblasti je dostatek dřeva, a tak se zrodil nápad, který navíc mohl pomoci vyřešit i nedostatek nových bytů v tehdejší Československu. Československý svaz architektů vyhlásil na popud Rudných dolů soutěž na licenci k výrobě rodinných domů z lehkého prefabrikovaného dřeva. Komise nakonec vybrala německou společnost OKAL – Otto Kreinbaum. RD Rýmařov s. r. o. od této společnosti získal licenci na výrobní a montážní systém, a také projektovou dokumentaci k několika typům domů. Vítězná firma navíc byla jedním z hlavních dodavatelů výrobní technologie. Domky získaly rychle popularitu a název německé firmy, OKAL, zlidověl. Vzhledem k tomu, že platnost licence na konci 70. let vypršela, dál toto označení nebylo možné oficiálně používat, přesto ale mezi lidmi v 80. letech pojem „okál“ dál přetřival.

K pojmenování ulice došlo v roce 1976 v souvislosti s připojením Běchovic k Praze.

Na Spáleníšti

Ulice propojuje komunikaci Drubežnická s ulicí Na Vydrholci. Původ jejího názvu je opravdu zajímavý. Původně byl zhruba v místech dnešní ulice rozsáhlý úrodný pozemek o rozloze asi 6 ha, z dnešního pohledu ohraničený okrajem východní strany fotbalového hřiště, železnicí, ulicí Výjezdová a na jižní straně Českobrodskou silnicí.



Ulice na Spáleníšti působí poklidným dojmem

Jednoho roku za první republiky byl lán pole oset pšenicí. Krátce přede žněmi byl jako vždy z bezpečnostních důvodů vyoran podél železnice ochranný pruh zeminy, aby zabránil možnosti vzplanutí obilí od jisker, které vylétaly z komínů parních lokomotiv. Přesto v horkém červencovém dni za silného severního větru bylo jiskrami pole s dozrávající pšenicí zapáleno. Dobrovolní hasiči, kteří na místo přijeli, byly však bezmocní. Po požáru a odvanutí kouře zbylo z očkávané bohaté úrody jenom spáleníště.

Ulice byla takto pojmenována již před připojením Běchovic k Praze v roce 1974.

U Školního pole

Kratší komunikace spojuje ulici Do Újezda s komunikací Na Spáleníšti.

Název ulice souvisí s plánem obecní rady zahájit během druhé světové války výstavbu nové školy na pozemku proti sokolovně. Pro eventuální výstavbu nechala zhotovit geometrický plán. Po skončení války k výstavbě nové školy nedošlo a po roce 1948 převzal vyměřený pozemek místní národní výbor a přidělil jej škole pro výuku zemědělských prací, zahradnictví a včelařství. Pozemek o rozměrech 100 x 72 m byl oplocen a v duchu doby pojmenován jako „Mičurinská zahrada“. Posléze byl přejmenován na „Školní pole“. Na počátku 80. let byl pozemek rozparcelován a byl použit k výstavbě osmi rodinných domů.

Jde o původní název ulice z doby před připojením Běchovic k Praze v roce 1974.



Označení komunikace U Školního pole

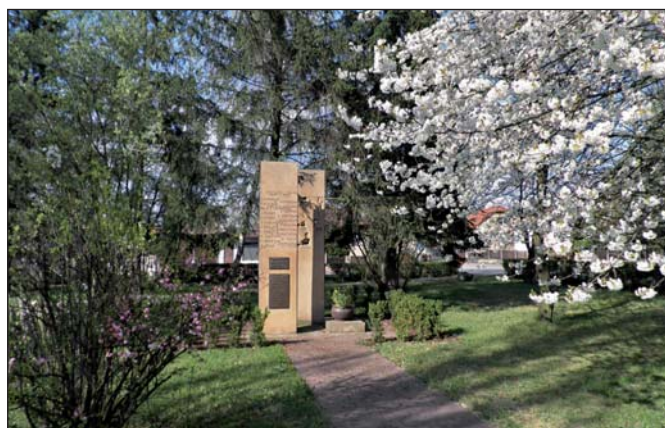
Výjezdová

Ulice Výjezdová začíná na křížení s komunikací V Okálech a ústí do Českobrodské silnice. Její název



Pomník padlým a slepice v roce 1971

byl odvozen z jejího účelu. Je výjezdem pro několik přílehlajících ulic na hlavní silnici. Společně s komunikací Do Újezda a Českobrodskou lemuje parčík, ve kterém je pomník obětem 2. světové války.



Pomník během jara v roce 2011

Do roku 1976 se jmenovala **Xaverovská**. Xaverov je dnes částí Horních Počernic. Původně to byla osada založená počátkem 18. století (již dříve zde byl poplužní dvůr stejného jména). Název byl podle sv. Františka Xaverského. Za Rakouska-

Uherska byla na Xaverově chovatelská stanice anglického plnokrevníka. Známost mu také zajistil významný, dnes již neexistující, drůbežárský podnik.

Ing. Aleš Rudl

NEPOSEDA

nep:3seda - neseď doma
Vaše volba pro volný čas.

NÍZKOPRAHOVÉ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI A MLÁDEŽ AUTOBUS



Nabízí nízkoprahový klub a terénní program.

Nízkoprahový klub je pro dospívající zázemím, možností scházet se s vrstevníky, místem pro vlastní aktivity. **Také je místem, kde mohou vyhledat radu a pomoc.** Výraz nízkoprahový znamená „dostupný“.

Terénní program nabízí **podporu a pomoc pracovníků** na místech, kde se dospívající pohybují.

Posláním Nízkoprahového zařízení pro děti a mládež Autobus je **provázet** mladé lidi od 11 do 21 let **obdobím dospívání**. Dospívajícím **nabízíme bezpečný prostor pro vlastní rozvoj, podporu a pomoc** v situacích, kdy si nevědí rady.

KLUB	PONDĚLÍ 14:00–19:00	ÚTERÝ 14:00–19:00	STŘEDA 14:00–19:00	ČTVRTEK 14:00–19:00
TERÉN	ÚTERÝ 14:00–19:00		ČTVRTEK 14:00–19:00	



TÝDEN SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

V říjnu se zapojujeme do celorepublikové akce Týden sociálních služeb! Přijďte se společně s námi zamyslet nad tím, co mohou mít společného dospívající a senioři. Následuje **Diskusní fórum občanů**, v jehož rámci se můžete vyjádřit k životu v Běchovicích. Akce se koná ve spolupráci s Centrem sociálních služeb Běchovice a MC Praha – Běchovice ve **středu 12. 10. od 16 hodin**. Těšíme se!



CESTA DO BUDAPEŠTI

V říjnu se zástupkyně našeho zařízení Ivana Štefková **vydá na cestu na mezinárodní konferenci do Budapešti.** Cílem setkání je sdílení dobré praxe mezi zástupci jednotlivých neziskových organizací a přenesení diskuze o možnostech zlepšování naší práce na vyšší, národní a evropskou úroveň. **Výstupy této konference poslouží jako základ pro zformulování doporučení pro další tvorbu evropské politiky** ve vztahu k malým neziskovým organizacím.

RODIČOVSKÉ CENTRUM KOLOBĚŽKA



Netušila jsem, že máme podobný klub tak blízko. Hned druhý den jsme tam vyrazili.



A tak se stalo...



Neposedá

Klub pro rodiče s dětmi - po, út, st, pá 9:30-12:30
Yamaha Class - hudební škola - čt 9:00-12:00
Babysigns - znakujeme se zpěvem a hrou - út 15:00-15:45

Rodičovské centrum Koloběžka
Českokobrodská 1, Praha - Běchovice
Jiřina Zmrzlá, vedoucí rodičovského centra
kolobezka@neposedas.org 733 182 520
www.neposedas.org

m8

POLICIE INFORMUJE

Bezpečnost v katastru MČ Praha 21

Dnes opět přicházím s příspěvkem o tom, abych Vás informoval o bezpečnostní situaci v našem obvodu v roce 2011 a naplnění tak nového přístupu policie k občanům v rámci Community policing. Náš obvod, který spadá pod místní oddělení policie Újezd nad Lesy je tvořen částmi Újezd nad Lesy, Běchovice, Klánovice a Koloděje, které jsou zároveň i jednotlivými okrsky v našem obvodu a jsou v souladu i s okrsky městské policie. V době od 1. 1. 2011 do

30. 6. 2011 vyšlo najevo v Újezdu nad Lesy celkem 103 trestných činů, v Běchovicích to bylo celkem 47 trestných činů, v Klánovicích celkem 43 trestných činů a v Kolodějích 15 trestných činů. Počet spáchaných trestných činů odpovídá rozložení počtu obyvatel a rozloze jednotlivých částí Prahy 21.

Dnes Vás chci seznámit s počtem trestných činů spáchaných na sídlišti zvaném Na Rohožníku, kde



v době od 1. 1. 2011 do 30. 6. 2011 vyšlo najevo celkem 13 trestných činů, převážně majetkové trestné činnosti (vloupání do motorových vozidel, vloupání do sklepních kójí apod.), přestupkových jednání zde vyšlo najevo v 11 případech, které byly rovněž převážně majetkové charakteru, dále se nám v této lokalitě podařilo zadržet dvě osoby v celostátním pátrání a dva řidiče, kteří řídili motorové vozidlo pod vlivem návykové látky s více, jak jedním promilem alkoholu v krvi, kdy oba pachatelé byli následně realizováni ve zkráceném přípravném řízení.

Dále bych Vás rád informoval o možnostech komunikace s policií, a to jak s Policií České republiky, tak s Městskou policií Praha. Jen na úvod bych rád uvedl, že v případě jakéhokoli nebezpečí na zdraví a životě je nejlepší a dnes i nejrychlejší volat **bezplatnou linku 158**, v případě že jste schopni na místě určit, že jde o méně závažný přestupek, lze použít rovněž **bezplatnou linku 156**, kde se dovoláte na dispečink obecní (městské) policie, v případě požáru volejte **bezplatnou linku 150** a v případě záchranné služby volejte na **bezplatnou linku 155**. Dále lze použít **tísňovou linku 112** a rovněž známou linku z amerických filmů a seriálů **tísňové volání 911**, které funguje pouze z mobilního telefonu.

Z vlastní zkušenosti vím, že neškodí zopakovat veřejnosti, jak postupovat v případě oznámení protiprávního jednání. V případě, že chcete oznámit trestný čin nebo přestupek či nějaké jiné oznámení Vám sdělují, že takové oznámení lze učinit několika způsoby. Zákon se tímto zabývá v § 59 zákona č. 141 z roku 1961 o trestním řízení soudním, kde se v prvním odstavci mimo jiné říká, že podání lze učinit písemně, ústně do protokolu, v elektronické podobě podepsané elektronicky, telegraficky, telefaxem nebo dálnopisem. Ty poslední se dnes využívají jen ojediněle. Dále se zde hovoří o tom, že podání se posuzuje vždy podle jeho obsahu, i když je nesprávně označeno. Pokud jste se rozhodli podat oznámení nebo oznámit cokoli, co není akutní či snese odkladu, můžete volat na **místní oddělení policie 974 859 770**, kde Vám rádi poradíme či případně domluvíme termín pro podání oznámení z důvodu plynulého chodu oddělení a zkrácení čekacích lhůt. V následujících příspěvcích Vás budeme pravidelně informovat o bezpečnostní situaci ve Vašem regionu a vždy bude připravena nějaká rada navíc o tom, jak zvýšit ochranu a bezpečnost Vaší a vašeho majetku.

*Npor. Ing. Vladimír Fober
Vedoucí MOP Újezd nad Lesy*

SPORT



www.fotbal-petr-bechovice.cz

Výsledky:

Muži:

Sokol Běchovice – Hloubětín	2 : 5
Rapid Malešice – Sokol Běchovice	5 : 1

Mladší žáci:

TJ Točná – Běchovičtí sršni	4 : 2
Běchovičtí sršni – AFK Union Žižkov	3 : 3

Starší příprava:

Běchovičtí sršni – Sokol Cholupice	4 : 4
SK Zbraslav – Běchovičtí sršni	7 : 2

Mladší příprava:

Hrdlořezy – Běchovičtí sršni	1 : 13
REAL Kr. Vynohradý – Běchovičtí sršni	1 : 12
SK Zeleneč – Běchovičtí sršni	5 : 4
přátelský zápas	

Milan Štěpán, trenér

Oddílové okénko

Začala nám nová fotbalová sezona! Mužstva mužů, mladších žáků, starší přípravky a mladší přípravky hrají soutěže pod hlavičkou PFS a naši nejmenší z fotbalové školičky budou obhajovat krásné druhé místo v soutěži MINI Star, která je organizována Sportovním centrem Běchovice.

Na to, aby byli kluci a holky řádně připraveni jsme s nimi absolvovali letní fotbalové soustředění v Josefově Dole. V krásné přírodě, v pohodových penzionech a na velmi kvalitním trávníku jsme se cítili velmi dobře a od toho se samozřejmě odvíjela i chuť k náročným tréninkům, kde jsme se soustředili hlavně na fyzickou připravenost jak na již zmiňovaném hřišti, tak i na upravených lesních cestách. Neošidili jsme ani práci s míčem a s chutí si také zaštríleli na branky. Součástí soustředění byly také tři přátelská utkání s mužstvy

Foto (4): B. Tomášková



Bohemia Poděbrady (st. příprava 1:8, 3:4 a ml. žáci 4:3). Pobyt jsme využili také k procházkám v přírodě a poznávání Jižerských hor. Navštívili jsme vodopády Jedlová, rozhledny Slovanka a Bramberk, a muzeum hraček v Jiřetíně pod Bukovou. Zbytek volného času jsme díky vedru trávili na přírodním koupališti hned za penzionem Ráj, kde byli ubytováni ti starší. Mladší obývali penzion U Lípy, který byl necelých 100 metrů od fotbalového hřiště. Po dva večery jsme opékali a grilovali buřty a maso. Poslední večer jsme pro starší přichystali malé překvapení v podobě „bojovky“. Kluci měli za úkol projít vyznačenou trasu kolem koupaliště, kde na ně čekal nefalšovaný vodník Standa, dále lesní pěšinou, kde se nečekaně vynořil z absolutní tmy neviditelný hejkal Milan, a když toto vše přežili, měli před sebou cíl cesty – podpis na popravní kameny, kde na ně čekali „proradní lupiči a loupežníci“ Roman a Dan. V den odjezdu jsme ještě dopoledne potrénovali a pak se již skoro se slzou v oku vydali směr Běchovice.

Milan Štěpán, trenér



www.sportbechovice.cz

Kdo si myslí, že se život v běchovickém sportovním centru zastavil, se mýlí. Samozřejmě díky prázdninám se návštěvnost velmi snížila, ale přesto několik málo lidíček centrum navštívilo, aby si u nás zasportovali na umělce, v hale i na plážáku. Bohužel náš a také Váš rodičí se sportovní stánek navštívili počátkem srpna „hosté“ ne s úmyslem sportovat, ale ničit! Spoušť, kterou napáchali se rozumně nedá vysvětlit ani pochopit. Povalený a zničený plot, povale-

né dřevěné lavičky na dětském hřišti, povalené a rozlámané na kusy betonové lavičky naházené na fotbalové hřiště, na střeše zdemolované komíny od-sávání, spousta nepořádku a mraky střepů od rozbitých lahví po celém areálu!!! Celková škoda se šplhá k částce 25 tisíc korun. Co si o tom myslet? Opravdu nevím! Snad jen, že je my takových to lidí líto. Jejich každodenní život musí být velkým utrpením, kdy snad nenávidí i sami sebe. Konec filozofování a vrátím se k reálným věcem. Co nám takovýto počín přinese? Uzavření areálu na dobu potřebnou k odstranění nepořádku, ztráta času při vyřizování na úřadech a s papírováním, místo toho abychom areál



dál rozvíjeli, omezení vstupu těm, kteří si chtějí opravdu zaspotovat a strávit zde příjemné chvíle, stanovit nový řád areálu, který přinese jen omezování v podobě striktního dodržování otevíracích

hodin stanovených provozovatelem areálu. Je nám to opravdu líto, ale my se musíme postarat o to, aby další podobní „návštěvníci“ dostali jen minimální šanci přijít si opětovně „zasportovat“. Je ještě s podivem, že toto netypické „sportování“, kdy dochází k demo-

lici betonových laviček a dalšího zařízení a rozbíjení skleněných lahví nikdo neslyšel a nikomu toto nevadilo. Nutno ještě dodat, že celý případ byl neprodleně nahlášen na Policii ČR jako trestný čin k dalším úkonům!

A teď na veselejší notečku! Jako každoročně připravujeme širokou škálu fotbalových turnajů pro malé fotbalisty jak na venkovním hřišti s umělým povrchem, tak samozřejmě v hale. V zimním období proběhnou i kulturně-společenské akce ve spolupráci s Úřadem MČ a SDH Běchovice jako je Václavská zábava, Mikulášská besídka a zábava, Hasičský bál, Masopust a Karnevaly pro děti i dospělé. Na všechny tyto akce Vás srdečně zveme k návštěvě s přáním pohody a zábavy.

Milan Štěpán, trenér

NÁBOR NOVÝCH HRÁČŮ

Po celý rok jsou dveře otevřeny všem zájemcům, kteří by chtěli ve fotbale pokračovat nebo mají chuť tuto hru vyzkoušet. Uvítáme všechny kluky a holky ročníků 1999 až 2007.

Co nabízíme?

- ❑ tým kvalitních licencovaných trenérů (u každé kategorie dva)
- ❑ kvalitní tréninkové zázemí (velké travnaté hřiště, travnaté hřiště na malé formy, UMT hřiště na malé formy a tréninky, sportovní hala)
- ❑ spoustu tréninkových pomůcek (k nám si míč nemusíte nosit!)
- ❑ kvalitní a pravidelné tréninky zaměřené na konkrétní věkovou kategorii
- ❑ pravidelné zápasy (mistrovské i přátelské), a turnaje (venkovní, halové)

- ❑ pravidelná a kvalitní zimní příprava (účast v zimních ligách)
- ❑ pro nejmenší celoroční soutěž MINI Star pod hlavičkou Sportovního centra Běchovice
- ❑ každoroční posezení na závěr podzimní a jarní sezony s grilováním a programem
- ❑ možnost zakoupení výbavy produktů NIKE s výraznou slevou, jak pro hráče, tak i pro rodinné příslušníky
- ❑ nejnižší členské příspěvky v okolí !

Máte-li chuť se přesvědčit na vlastní oči a kůži, přijďte se s rodiči podívat na naše tréninky a na vše potřebné se také rovnou zeptat. Rozpis tréninků všech věkových kategorií naleznete na našich webovkách.

Milan Štěpán
trenér

Zvítězila radost z pohybu

Dopoledne plné radosti, zklamání, slziček i smíchu – to jsou Mladé Běchovice! Ne jinak tomu bylo i při letošním – 46. ročníku tohoto závodu pro děti. Přihlášek letos přišlo neuvěřitelných 660. Vlastní závod pak dokončilo 566 závodníků. Práci organizátorů velice usnadňuje, že se borci přihlašují předem přes internet.

Dopoledne bylo zahájeno tradičně kategoriemi staršího žactva. Je škoda, že tyto kategorie bývají nejméně obsazené. Chlapců letos běželo jen devět. O to potěšující je, že se nebál velké konkurence a do závodu nastoupil místní Matěj Jandus. I mezi dívka-



Nezáleží, zda doběhnou děvčata na prvním nebo desátém místě. Důležité je, že přijedou a mají radost z pohybu, jako Klára Poláková z Hlásné Třebáně (640)



Valerie Vlasáková přebírá Pohár ředitele ZKU a Kema company.

mi jsme měli jednu zástupkyni – Kateřinu Urbanovou, která se umístila na krásném desátém místě uprostřed startovního pole. V kategoriích mladšího žactva potěšilo druhé místo Jany Santolíkové, přestože startovala za ŠSK Újezd nad Lesy a šesté místo Michala Kovalovského. Mezi nejmladšími kralovali borci z Újezda nad Lesy, o to cennější je šesté místo Jana Holečka.

Od desáté hodiny patřilo perfektně připravené hřiště těm nejmenším závodníkům. Mnozí za velkého, mnohdy nedovoleného, povzbuzování rodičů zdolávali svůj první velký závod. Šedesát jedna dětí, které



Sportovní dopoledne odstartovali starší žáci na 1000 metrů Mezi nimi bojoval i místní Matěj Jandus (438)



Anežka Kopecká (453) z SK Dvojka Praha suverénně vedla celé startovní pole celých 800 metrů až do cíle.



Vítězky prvního rozběhu sledují své soupeřky v dalších rozbězích. Větrníky od firmy Pexi jim udělaly obrovskou radost.

sotva chodí, bojovalo o medaile a krásné ceny. S každým dalším startem přibýval postupně věk a s tím i zdolaná vzdálenost. Těsně před polednem maraton startů zakončili závodníci s postižením, aby dokázali nám ostatním, že i s hendikepem lze zvládnout stometrovou vzdálenost.

Že jsou Mladé Běchovice líhní atletů, dokazuje každoroční účast Romana Šebrleho, jehož děti získaly hned dvě cenné medaile – Kateřina zlatou a Štěpán stříbrnou! Kdo je vyzve na souboj v příštím roce? Věhlas závodu se rovněž rozšiřuje. Ve výsledkové listině jsme zaznamenali závodníky z Hlásné Třebáně, Veltrus, či Neveklova. Potěšilo na 56 dětí z Běchovic, té-



Nejlépeší dívkách Andree Duchoňové, Janě Santolíkové a Nikole Sládkové v kategorii mladší žákyně, před ceny místostarosta Michal Jiřík

měř stovka z Újezdu nad Lesy, nebo třicet závodníků z Horních Počernic.

Na závodech jsme přivítali kromě místostarosty Běchovic Michala Jiříka i starostu Dolních Počernic Zbyňka Rychtra, kteří se podíleli na předávání cen. Ty předávala i zástupkyně Kových profilů Renata Umbereitová a Roman Šebrle. Pohár ředitele firmy Zkušebnictví pro nejlépe umístěné dítě z řad zaměstnanců předal vedoucí zkratovny Ing. Robert Jech Valerii Vlasákové.

Chtěl bych závěrem poděkovat všem, kteří se na přípravě a realizaci podíleli, zejména pak učitelskému sboru, místnímu sdružení hasičů, ochotným rodičům a hlavně dětem ze základní školy.

Ceny věnovaly kromě jmenovaných také Pexi, Explast, Elzy, Auto-Exner, ACI a horské kolo pro Kláru Březinovou z Prahy 6 firma IPEX v Běchovicích.

Už nyní se těším na 47. ročník závodu Mladé Běchovice.

Jan Jech,
ředitel závodu



Foto (7): Michal Vrba

Pusa pro vítězku Kateřinu Šebrlovou od toho nejpovolanějšího – mistra v desetiboji Romana Šebrleho.

Poslední závod Běchovické korunky 2011

Dne 7. 9. 2011 se uskutečnil šestý a zároveň poslední závod Běchovické korunky 2011, při účasti takřka 80 závodníků a nakonec i slunečného počasí se uzavíralo pořadí celkové série. Vzhledem k tomu, že každá zářijová korunka je ta nejnáročnější, při které je třeba spočítat jak pořadí tohoto závodu, tak i celkové průběžné pořadí, neměl jsem moc času sledovat co se na dráze děje, ale určitě vím, že se na dráze nestal žádný závažný pád, že se účastnilo opět velké množství závodníků, kteří startovali poprvé v životě na nějakém in-line závodě, že v kategorii seniorů startoval Matěj Krupka čímž zkompletoval účast celé mužské špičky našeho bruslení na našem závodě, díky kluci že k nám jezdíte.

Ted' mě napadá – asi budeme muset nasadit do týmu nějaké fešné chlapce, aby si k nám našli cestu i elitní ženské závodnice (mám poznamenáno pro příští rok). Dále vím, že sprint na 333 m se jel opět pod 30 vteřin, a kilometr pod 1 min 30 s a 3 kilometry pod 4 min 40 s. Připravuji se, že za dlouhých zimních večerů dám na naše stránky všechny rekordy na jednotlivých tratích rozdělených dle kategorií.

To jsem zase odběhl od tématu, prostě jsem chtěl jen napsat, že závod Běchovická korunka je závod pro všechny:

- věkové kategorie, nejmladší závodník ročník 2007 / nejstarší závodník – ročník 1949 tzn. rozdíl 58 let
- výkonnostní kategorie, nejrychlejší závodník odjel 333 m za 29,98 s a nejpomalejší za 1:53,50 tzn. rozdíl: téměř minuta a půl

Rád bych tímto poděkoval také stálému týmu, který se o každý závod stará, ale i rodičům kteří pokud je oslovím s prosbou o pomoc, rádi pomůžou a dělají to, co je na korunce to nejlepší: partu lidí, které baví si hrát na velké závody ☺

Díky moc všem těm, kteří se zúčastnili letošních závodů, gratuluji celkovým vítězům, kteří díky grantu hl.m.Prahy obdrželi velké poháry.

Na setkání s vámi na prvním závodě Běchovické korunky 2012, která se uskuteční dne 4. 4. 2012 se těší

Tomáš Platil

Výsledky jako vždy v příloze nebo na webu www.sokolbechovice.cz.

Poděkování

Ráda bych poděkovala touto cestou MČ Praha – Běchovice za blahopřání a dárek k mým narozeninám.

Josefa Moravcová



Cvičíme z domova

Oblast břicha patří mezi neproblematictější tělesné partie a každé kilo navíc je zde znát. Než se však vrhneme na samotné cvičení, je třeba si uvědomit, že pouhým posilováním břišních svalů se přebytečný tuk v této oblasti neodbourá. Pokud chceme mít vyrysované a zpevněné břicho, je potřeba zařadit do cvičení i různé aerobní aktivity a důležité je také upravit životosprávu.

Většinu žen nejvíce trápí ochablá spodní část břicha, proto je dobré, začít s ní jako první. Poté by měly následovat šikmé břišní svaly. Horní část břicha je u většiny lidí zkrácená a přetížená, proto by se měla nejprve protahovat a posilovat by se měla až nakonec.

Cviky na posílení břicha provádějte středně rychle a plynule. Jedině tak zabírají opravdu břišní svaly. Pokud budete cviky provádět švihem, zatěžujete zejména zádové svaly a to my nechceme ☺

Během celého cvičení je také důležité, na břicho stále myslet a držet ho zatnuté.

Při cvičení je také velmi důležité správné dýchání – při výdechu se stahují spodní žebra dolu směrem k pupíku a oplošťují se břišní svaly.

Je dobré si délku a intenzitu cvičení přizpůsobit podle sebe. Začít pozvolna a postupně zvyšovat. Není dobré neodhadnout své síly a natáhnout si břišní svaly hned při prvním posilování. Už proto, že nejméně pár dní potom se nebudete moci vůbec zasmát, natož pak dále posilovat.

Mějte na mysli, že posilovat (nejen břicho, ale všechny partie) by se mělo 1x za dva dny. Není potřeba posilovat každý den. Svaly se totiž formují právě v době, kdy odpočívají.

Doufám, že se vám cvičení bude líbit a stane se pravidelnou součástí vašeho denního programu ☺

1. Zkracovačky na zemi



Leh, nohy pokrčeny, hlava je v předklonu, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže pokrčeny rukama v týl, napnutím břišních a stáhnutím hýždových svalů podsadíme pánev, ale držíme bederní část zad v neutrální poloze (neprohýbáme vpřed ani vzad). Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů a zakulacením

zad, přitáhneme hlavu a trup ke kolenům. S nádechem se vrátíme zpět do výchozí polohy.

Mezi jednotlivými opakováními dbáme na to, abychom udržovali bedra stále v kontaktu se zemí, břišní svaly stále v napětí a nohy chodidly na zemi.

2. Zkracovačky na zemi na šikmé svaly břišní



Leh, nohy pokrčeny, hlava je v předklonu, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže pokrčeny rukama v týl, napnutím břišních a stáhnutím hýždových svalů podsadíme pánev. Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů a zakulacením zad, přitáhneme hlavu a trup ke kolenům. Zároveň s kulatým předklonem rotujeme trup a paže na stranu. S nádechem se vrátíme zpět do výchozí polohy.

Mezi jednotlivými opakováními dbáme na to, abychom udržovali bedra stále v kontaktu se zemí, břišní svaly stále v napětí a nohy chodidly na zemi. Rotaci střídáme po jednom nebo více opakováních tak, aby výsledný počet byl na obě strany stejný.

3. Cvik na šikmé svaly břišní



Leh, nohy pokrčeny, hlava je v předklonu, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže pokrčeny rukama v týl, napnutím břišních a stáhnutím hýždových svalů podsadíme pánev. Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů a zakulacením zad, přitáhneme hlavu a trup ke kolenům. Zároveň s kulatým předklonem rotujeme trup ramenem a loktem jedné paže (pravá) ke koleni opačné nohy (levá). Druhá noha

(pravá) se současně napíná v koleni až do úplného natažení. S nádechem se vrátíme do výchozí polohy a to samé provedeme na stranu druhou.

Mezi opakováními dbáme na to, abychom udržovali bedra stále v kontaktu se zemí a břišní svaly v napětí. Po několika opakováních vyměníme nohy a rotaci provádíme na druhou stranu.

4. Sed-leh na zemi na šikmé svaly břišní



Leh, nohy pokrčeny, hlava je v předklonu, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže podél těla, dlaněmi vzhůru, napnutím břišních a stáhnutím hýžďových svalů podsadíme pánev, ale držíme lopatky na zemi. Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů odlepíme nejprve lopatky, dále kulatým předklonem odlepujeme obratel po obratli až do sedu. Zároveň s kulatým předklonem rotujeme trup a paže na stranu.

Mezi jednotlivými opakováními dbáme na to, abychom udržovali břišní svaly stále v napětí, nohy chodidly na zemi a pánev oběma sedacími hrboly na zemi. Rotaci střídáme po jednom nebo více opakováních tak, aby výsledný počet byl na obě strany stejný.

5. Zkracovačky na šikmé svaly s přednožením



Leh, jedna noha pokrčena, druhá přednožena, hlava je v předklonu, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže pokrčeny rukama v týlu, napnutím břišních a stáhnutím hýžďových svalů podsadíme pánev. Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů a zakulacením zad, přitáhneme hlavu a trup ke kolenům. Zároveň s kulatým předklonem rotujeme trup a paže na stranu přednožené nohy. S nádechem se vrátíme zpět do výchozí polohy.

Mezi jednotlivými opakováními dbáme na to, abychom udržovali bedra stále v kontaktu se zemí, břiš-

ní svaly stále v napětí. Po několika opakováních vyměníme nohy a rotaci provádíme na druhou stranu.

6. Vysouvání nohou (na dolní část břišních svalů)



Leh, nohy přednoženy a zkříženy, hlava je v prodloužení páteře, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, paže ve vzpažení mírně pokrčeny, dlaněmi vzhůru, napnutím břišních a stáhnutím hýžďových svalů podsadíme pánev. Nadechneme a spolu s výdechem pomocí maximálního stažení zejména břišních svalů odlepíme pánev od země a vysuneme nohy vzhůru.

Mezi jednotlivými opakováními dbáme na to, abychom udržovali břišní svaly stále v napětí.

7. Výdrž ve vzporu



Vzpor, hlava je v prodloužení páteře, bradu tlačíme dovnitř (nevysunujeme vpřed), ramena rozložena do strany a stažena dolů k bokům, napnutím břišních a stáhnu-

tím hýžďových svalů podsadíme pánev, nohy u sebe, ruce na šířku ramen. V této pozici provádíme výdrž. Nezadržujeme dech, ale dýcháme plynule do hrudníku celou dobu výdrže. Ve výdrži můžeme setrvat libovolně dlouhou dobu, avšak s ohledem na techniku.

Jde o komplexní cvik s důrazem na břišní svaly, které jsou enormně namáhány. A proto v případě pocitu nepřekonatelné únavy břišních svalů, která způsobí jejich povolení a následné prohýbání bederní (spodní) části zad, je nutné výdrž ukončit. Tento cvik využívá techniku statického posilování, které se může provádět v několika sériích s odpočinkem nebo v kombinaci s jiným cvikem, který využívá techniku dynamického posilování.

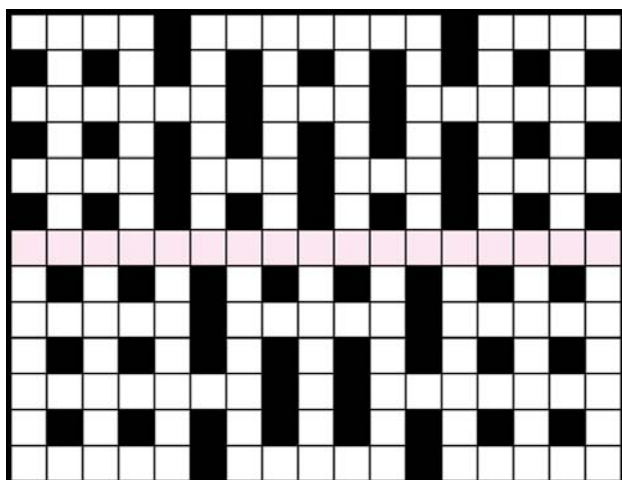
8. Jízda na kole

Velmi efektivní je také cvik, kdy ležíte na zádech, nohy máte zvednuté, bedra přitisknuté k zemi a ve vzduchu nohama pohybujete, jako byste šlapali na kole.

A příště se můžete těšit na další cviky. Tentokrát na stehna a hýždě ☺.

Adéla Hudečková
s použitím internetu

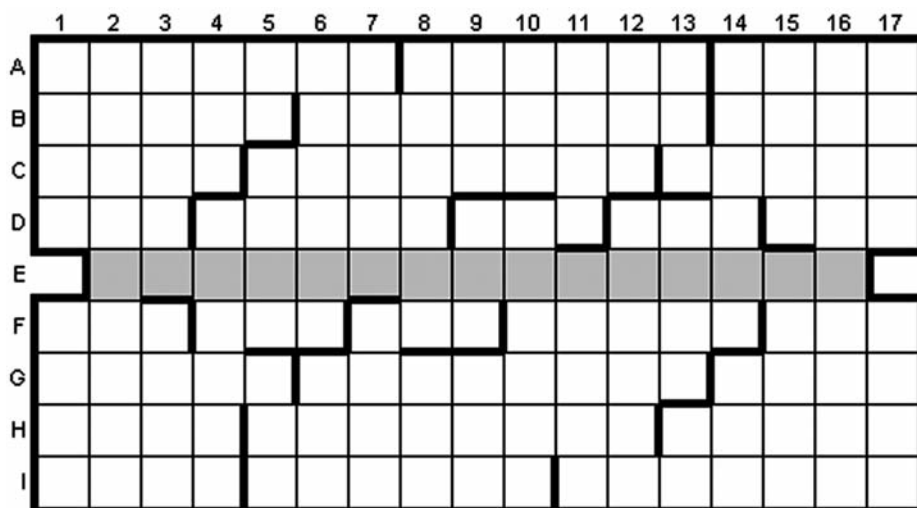
KŘÍŽOVKY, SUDOKU A JINÉ



Jiří Mucha

Český spisovatel Jiří Mucha (1915–1991) pracoval také jako válečný zpravodaj BBC a ... (tajenka) v Anglii. Z této doby čerpal i při psaní svého díla Oheň proti ohni, který byl napsán formou válečného deníku. Byl překladatelem i reportérem, vydal několik cestopisů, i autorem autobiografie Podivné lásky i monografie o životě svého otce Alfonse Muchy.

3	5	MOROUS	NADUTEC	STAŘENA
MAN	ASTAT	7	NÁMĚSTÍ	STO ROKŮ
RYS	AVAŘI	AMETYST	NUTNOST	TVRDOST
TLO	DLAHA	ČINITEL	OBALEČI	VŘETENO
4	KURIE	DODÁVKA	PANÁČEK	
NOPY	TÁBOR	ESKARPA	PERIODY	17
ROSA	TITÁN	EVROPAN	POSTROJ	TAJENKA
TETA	6	KABARET	PROPAST	
VSYP	MODŘÍN	KOMPOST	PŘÍSTAV	



Perlivý přípitek

Perlivý přípitek v podobě sektu je při každé oslavě nezastupitelný. Legend hovoří o počátcích výroby šumivých vín je několik. Hlavní roli v nich samozřejmě hraje stará francouzská provincie Champagne, rozkládající se severně od Paříže. Nejrozšířenější pověst praví, že šampaňské vzniklo omylem tamnějších vinařů, kteří stočili mladé a nevykvašené víno do lahví a poslali je podle objednávky do Anglie. Během přepravy přes moře zbývající cukr vykvasil a příjemce – (**tajenka**) – byl tehdy mile překvapen výsledkem. Podle jiné legendy je za otce šampaňského považován Dom Perignon, benediktinský mnich, opat kláštera nedaleko Remeše v kraji Champagne. Víno samotné a způsob jeho výroby sice nejsou Perignonovým dílem – šampaňské

vzniká druhotným kvašením vína, ale právě onen ctihodný mnich učinil důležitý objev; jako první použil k uzavření lahví s kvasícím vínem korkových zátek. Až to té doby se totiž k uzavření používalo olejem napuštěné konopí.

VODOROVNĚ: A. Nechatí oschnouti; vysokoškolský titul; pádová otázka. – B. Editovat; opětovat (odborně); ukrajinské mužské jméno. – C. Mongolský pastevec; obyvatelka slovenského kraje; ženské jméno. – D. Proud (básnický); zdaleka; SPZ Opavy; sázková otázka; zkratka bývalého evropského státu. – E. Tajenka. – F. Podmořský útes; Eliška (domácky); opice gibbon; tílka; číslovka. – G. Kladná elektroda; panstvo; železářny. – H. Brýle; týkající se odhadování výsledku; zahradní besídka. – I. Ohled; značka doutníků; evropský jazyk.

SVISLE: 1. Uvařené vepřové maso z hlavy nebo kolena; odpočinek (slang.) – 2. Jedlá houba. – 3. Stanovené předem; druh populární hudby. – 4. Oděv; zdvihat. – 5. Anglicky „ono“; značka ústní vody; a sice. – 6. Nabubřelá řeč; citoslovce povzbuzování. – 7. První latinský překlad bible; jméno dramatika de Vegy. – 8. Měna cizího státu; Evropan. – 9. Latinsky „kraj“; velikán; SPZ Ostravy. – 10. Italsky „s“; řecký přístav. – 11. Malá Eva; saně. – 12. SPZ Náchoda; důstojník (obecně). – 13. SPZ Trnavy; anglicky „koks“; české město. – 14. Semilský podnik; lok. – 15. Náš odbytový podnik; váti. – 16. Oblast Indu a Gangy. – 17. Lehká mlha; nálož.

Pomůcka: coke, ora, Osip, ríf.

INZERCE

Nabízím z naší farmy prodej a rozvoz kvalitních domácích brambor na uskladnění během celého roku.

Věra Kellerová-Svitáková
Martinice 15, 259 01 Votice
tel. 602 438 388 nebo 317 812 876

PRODÁM DĚTSKÉ OBLEČENÍ NA DVOJČATA – KLUKY (VĚK: 5–6 LET). VELMI ZACHOVALÉ. NUTNO VIDĚT!

TEL.: 603 568 656 (HORNÍ POČERNICE)

PLASTOVÁ OKNA • PARAPETY • ŽALUZIE

AKPA OKNA  Tel./fax: 272 703 018
Mobil: 602 780 346
E-mail: info@akpa.cz
www.akpa.cz

NABÍZÍME OKNA 4,5,6,7 KOMOR
ŠÍŘKA RÁMU AŽ 93mm, 2-3 SKLA, 2-3 TĚSNĚNÍ

Motto: „Každý má svá práva...“

JUDr. Jiří Vyvadil
advokát

*nabízí široké zkušenosti
soudce Nejvyššího správního soudu
trestního soudce
advokáta s třicetiletou praxí ve všech právních oborech
rozhodce Rozhodčího soudu
při Hospodářské komoře ČR a Agrární komoře ČR*

Sídlo: K Jízdárně 9/20, 19016 Praha 9,
radnice MČ Praha-Koloděje,
GSM: + 60647760, e-mail: J.Vyvadil@seznam.cz

PRÁVNÍ SLUŽBY

Nabízím právní zajištění
při prodeji Vaší nemovitosti
advokátní kanceláří po dohodě
zdarma (Praha 9).

Volejte pro více informací:

Tel.: 723 601 032

nebo pište na e-mail:
sluzbyAk@mail.cz



Ing. JIŘÍ MALINA - M - Cyklus

Skartace dokladů, výkup, likvidace všech druhů
papírů, včetně probarvených, samopropisovacích,
polaminovaných a s kopírákem. Též provádíme
výkup PE fólií, čirých i barevných.

Kontaktní údaje:

Adresa: Ing. JIŘÍ MALINA - M - Cyklus
Českobrodská, 190 11 Praha
(nákladové nádraží Běchovice)
Telefon WORK: +420 281 931 202
Telefon WORK: +420 281 930 220
E-mail: EMAILmcyklus@seznam.cz

Otevírací hodiny:

Pondělí – Čtvrtek	6:30 – 11:00	11:30 – 14:00
Pátek	6:30 – 11:00	11:30 – 13:00

ŽALUZIE 
SÍTĚ PROTI HMYZU

Dlouholetá praxe – 19 let na trhu!
Kvalitní a odborná montáž
přímo od výrobce!
Dodání od 3 do 7 dnů!
Záruka 42 měsíců!

CHCETE ZNÁT PŘESNOU CENU?
Zašlete rozměry skel e-mailem
nebo SMSkou, tentýž den obdržíte
cenovou nabídku.

Tel.: 777 208 491
E-mail: info@har.cz
www.har.cz

Po předložení tohoto inzerátu **SLEVA 10 %** z celkové ceny.

LÉČBA OBEZITY

**PORADNA PRO LÉČBU
NADVÁHY**
pro dospělé i mládež
poliklinika Kutná Hora

MUDr. J. Polák **tel: 602 721 869**
www.obezitologie.cz

Řešení ze strany 26

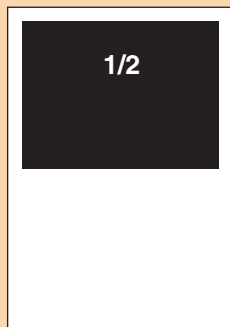
Řešení ke kris-krosu
DŮSTOJNÍK LETECTVA

Řešení ke křížovce
VÉVODA Z BADFORDU

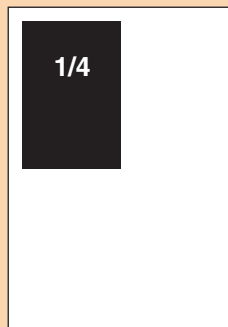
Ceník inzerce



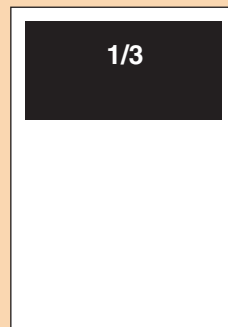
186 x 246
3 200,-/měsíc



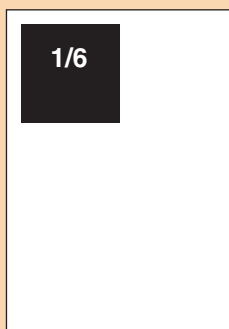
186 x 123
1 600,-/měsíc



92 x 122
800,-/měsíc



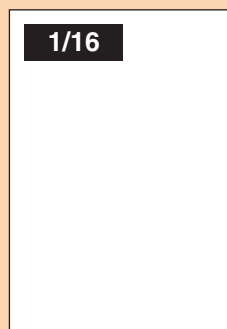
186 x 81
1 200,-/měsíc



92 x 81
600,-/měsíc



92 x 60
400,-/měsíc



92 x 29
200,-/měsíc

Příjem inzerce a příspěvků:

tel.: 281 028 611, 734 448 768

zivotbechovic@seznam.cz

pí Šárka Hudečková

Šéfredaktor: Šárka Hudečková,
redakční rada: Mgr. Jitka Šnajdrová, Mgr. 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: Marta Frnková.
Náklad: 850 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,
Za Poštovskou zahradou 479, 190 11 Praha 9.
tel. 281 028 611, fax 281 028 610,
e-mail: podatelna@praha-bechovice.cz.
Internetová adresa měsíčníku je
http://www.praha-bechovice.cz/1435_Nove-cislo-ZB-na-webu.

Fotografie na titulní straně: Petr Vich st. a ml.

Uzávěrka inzerce a příspěvků

pro č. 11/2011 je

14. 10. 2011



Pro usnadnění komunikace
a bezproblémové zaslání
příspěvků do Života Běchovic
byla založena nová společná
e-mailová adresa:

zivotbechovic@seznam.cz,

kam můžete zasílat své příspěvky
a připomínky, ale také Vaši inzerci.

redakční rada