ŽIVOT BĚCHOVIC

*/12

prosinec 2011

zpravodaj MČ Praha – Běchovice

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



Lampiónový průvod

V Životě Běchovic 12/2011 najdete:

- Slovo starosty str. 1
- Zastupitelstvo, Rada, Úřad MČ str. 2
- Novinky a zajímavosti z Běchovic str. 4
- Ohlédnutí za děním v Běchovicích str. 5
- ZŠ a MŠ str. 6
- CSSB str. 10
- Sbor dobrovolných hasičů str. 12
- Kultura str. 12
- Knihovna str. 15
- Běchovický uličník str. 17
- Neposeda str. 18
- Policie informuje str. 19
- Sport str. 20
- Okénko zdraví str. 22
- Názory občanů str. 24
- Křížovky, sudoku a jiné str. 24
- Inzerce str. 25

Vánoční slovo starosty



Milí Běchovičáci,

blížíme se do závěru roku 2011 a s ním se opět dostáváme k mezníku, u kterého je dobré si připomenout, co se letos v naší městské části událo. Že je na co vzpomínat a o čem přemýšlet do roku následujícího se Vás pokusím přesvědčit na následujících řádcích.

Předně lze konstatovat, že naše městská část prožila rok 2011 bez větších útrap a vcelku úspěšně. Rok jsme začali oživením již málem zapomenutých tradic a společně jsme se tak po dlouhých 38 letech viděli na 1. Hasičském plese. V únoru pak proběhl první Běchovický masopust pořádaný opět jako jedna z akcí mající za cíl připomenout zvyky a obyčeje, které se nám z běžného života postupně vytrácejí. Krom již dobře známých a léty prověřených akcí jako jsou jarní Karneval a Běchovická pouť, jsme si v květnu nově mohli vyzkoušet své znalosti v Běchovické stopované. V průběhu prázdnin pak místní hasiči uspořádali silový pětiboj a období léta jsme uzavřeli opět již tradičním Loučením s prázdninami spojeným se Dnem zdraví. Akcí bylo samozřejmě mnohem víc, a co mi osobně dělá velkou radost je stoupající návštěvnost. Je perfektní, že si lidé po dlouhé době našli k sobě cestu a mají chuť se ve svém volném čase vídat a poznávat nové přátele a známé. Proč o tom všem, o čem vlastně všichni už víte, ve svém sloupku píši? Protože městská část ve spolupráci se všemi zájmovými spolky a organizacemi připravuje i pro rok 2012 stejné, ba co možná větší množství příležitostí kam vyrazit, co nového si vyzkoušet a kde se potkat s lidmi, které jste už dlouho neviděli.



Rok 2011 se nesl i ve znamení menších úspěchů, někdy musím přiznat i dílčích proher. Stálým nešvarem, se kterým se nám nedaří bojovat, jsou černé skládky. Zejména v odlehlých koutech našeho katastru se neustále objevují objemné hromady komunálního a jiného odpadu. Je to zvyk ze starších časů, kdy neexistovaly sběrné dvory, kontejnery na odpad a podobné možnosti, jak s nepotřebnými věcmi naložit. Věřím, že se to časem naučíme. Stejně málo úspěšní jsme i v boji se zloději kovů. S rostoucí cenou kovů se nám opět začaly ztrácet kanalizační vpusti a nově i parapety na nově opravené škole. U krádeží kovů si dovolím jednu malou poznámku. Rád bych vyzval všechny občany ke spolupráci. Jedná se pouze o vyšší pozornost k neznámým lidem či skupinkám lidí. Jsou to právě ti, kteří pod rouškou tmy kradou věci, které pak městská část musí za nemalé peníze nahrazovat ze svého rozpočtu a tím brát i z peněz určených na rozvoj Běchovic. V případě parapetů na budově ZŠ se jedná o opakovanou krádež, kdy není možné z důvodu nutnosti udržení dotačního titulu nahradit parapety dlažbou či podobně nezpeněžitelným materiálem.

Abych nekončil pesimisticky, poslední roky sleduji, že až na malé výjimky nám v Běchovicích ubývá projevů vandalismu. Jde to sice pomalu, ale mám pocit, že si všichni začínáme více vážit toho hezkého okolo nás... a tak jen doufám, že mi můj pocit vydrží i potom, co tento článek vyjde.

Protože se již nacházíme v čase adventu a Vánoce nám velice brzy zaklepou na dveře, dovolím si Vám, všem Běchovičákům, popřát hodně zdraví a štěstí, a jen příjemné a klidné chvíle prožité v kruhu Vašich blízkých.

Ondřej Martan
Váš starosta

INFORMACE z jednání Rady MČ Praha - Běchovice



na svém 24. jednání dne 21. 9. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- nákup hasební techniky pro JSDH Praha - Běchovice
- souhlas s napojením pozemku parc.č. 643/12 v k.ú. Běchovice na veřejnou komunikaci
- vyjádření k záměru PREdistribuce, a.s. postavení sloupků se čtečkami karet na pozemku 1273/1 v k.ú. Běchovice
- vyjádření k žádosti manželů Paškevičových o souhlas s napojením svodu dešťové vody do dešťové kanalizace
- stanovisko k projektové dokumentaci pro územní řízení – SÉCHERON Tchequie spol. s r.o.
- souhlas zřizovatele s odpisem pohledávky CSS Běchovice
- nabídky na zpracování projektové dokumentace interiéru nové budovy ÚMČ Českobrodská č.p. 3
- souhlas s provedením stavebních úprav v prostoru pro občerstvení v objektu č.p. 536 v k.ú. Běchovice – Sportovní centrum Běchovice
- návrh na vypracování projektové dokumentace na sadové úpravy „Parku běžců“

na svém 25. jednání dne 5. 10. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- umístění do Centra sociálních služeb Běchovice a uzavření 2 nájemních smluv na byt
- výběr zhotovitele na akci „Cvičebna v Areálu SANK – Běchovice“
- výběr zhotovitele na akci „Demolice objektu na adrese Na korunce 280, Praha - Běchovice“
- schválení studie „Pasportizace stávajícího stavu a návrh na rozšíření kapacity Základní školy Praha - Běchovice ve stávající budově školy“
- schválení seznamu méněprací na stavbě Rekonstrukce objektu č.p. 8 – Běchovice
- vyjádření k položkovému rozpočtu k dokumentaci na akci „Odvodnění bytového domu Mladých Běchovic č.p. 252“

na svém 26. jednání dne 19. 10. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- souhlas s montáží zábradlí u schodiště bytových domů Mladých Běchovic č.p. 252 a č.p. 254
- uzavření dodatku ke smlouvě o dílo se Společností T.A.Q. s.r.o. na prodloužení termínu dokončení stavebních prací
- návrh vyhlášky o aktualizaci cenové mapy stavebních pozemků na území hl.m. Prahy pro rok 2011
- nařízení hlavního města Prahy o vymezení úseků místních komunikací a chodníků, na kterých se nezajišťuje sjízdnost a schůdnost odstraňováním sněhu a náledí
- smlouvu o smlouvě budoucí o zřízení věcných břemen k pozemku parc.č. 147/1 v k.ú. Běchovice pro vlastníky nemovitosti č.p. 538
- stanovení termínu 7. zasedání ZMČ Praha - Běchovice
- vyhodnocení veřejné nabídky ze dne 13. 9. 2011 na nájem bytů na dobu určitou a na uzavření smluv o nájmech bytů s vybranými zájemci
- využití programu SFRB ministerstva pro místní rozvoj na podporu výstavby nájemních bytů
- jmenování vedoucího odboru ekonomického ÚMČ Praha - Běchovice a stanovení platu podle zvláštních právních předpisů
- rozpočtovou změnu MČ Praha - Běchovice
- osázení zelených ploch
- zajištění realizace veřejných zakázek na výběr zhotovitele v souladu s usnesením RMČ č. 21/16/11 ze dne 11. 5. 2011

na svém 25. jednání dne 5. 10. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- umístění do Centra sociálních služeb Běchovice a uzavření 2 nájemních smluv na byt
- výběr zhotovitele na akci „Cvičebna v Areálu SANK – Běchovice“
- výběr zhotovitele na akci „Demolice objektu na adrese Na korunce 280, Praha - Běchovice“
- schválení studie „Pasportizace stávajícího stavu a návrh na rozšíření kapacity Základní školy Praha-Běchovice ve stávající budově školy“
- schválení seznamu méněprací na stavbě Rekonstrukce objektu č.p. 8 – Běchovice
- vyjádření k položkovému rozpočtu k dokumentaci na akci „Odvodnění bytového domu Mladých Běchovic č.p. 252“

na svém 27. jednání dne 2. 11. 2011 RMČ mimo jiné projednala:

- souhlas s výměnou parapetů na budově ZŠ Praha - Běchovice
- souhlas s vybudováním místnosti pro server společnosti T-SYSTEMS CZECH REPUBLIC, a.s. v budově nového úřadu Českobrodská č.p. 3
- vyvěšení záměru na nájem budovy č.p. 577 a pozemku parc.č. 775/4 a části pozemku parc.č. 775/1 zapsaných na LV 587 pro k.ú. Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl.m.Prahu
- uzavření smlouvy na nájem bytu na dobu určitou
- provedení změn v komisi Rady MČ Praha - Běchovice
- vypsání výběrového řízení na uzavření smlouvy o nájmu části Parku Běchovice 2006

tajemnice ÚMČ Praha – Běchovice
Mgr. Jitka Šnajdrová

Grantové řízení na podporu projektů ke zlepšení stavu životního prostředí hl. m. Prahy pro rok 2011

Grantové řízení pro rok 2012
(s ukončením realizace v roce 2013)

Grantové řízení bylo vyhlášeno usnesením Rady hl. m. Prahy č. 1741 ze dne 8. 11. 2011 s ukončením přijímání žádostí dne **19. 12. 2011**.

Přihláškové formuláře a další informace naleznete na adrese www. praha.eu – záložka Dotace a granty – Životní prostředí – Grantové řízení pro rok 2012.

Oznámení občanům
Změny týkající se sociálních dávek od 1. 1. 2012

Z důvodu Sociální reformy I. dochází od 1. 1. 2012 k přechodu agend dávek hmotné nouze, příspěvku na péči, dávek pro osoby se zdravotním postižením a posuzování nároku a vydávání průkazek ZP, ZTP a ZTP/P z Odboru sociálních věcí Úřadu městské části Praha 21 na Úřad práce České republiky.

Vzhledem k těmto změnám a stěhování kanceláří, bude provoz Odboru sociálních věcí ÚMČ Praha 21 a kontaktního pracoviště Úřadu práce Praha 9, oddělení státní sociální podpory v Újezdě nad Lesy ve dnech **28. 12. 2011 – 30. 12. 2011** omezen a to pouze na vyřízení nejnaléhavějších případů.

Jedná se zejména o agendu hmotné nouze, příspěvku na péči, dávky pro zdravotně tělesně postižené a dávky státní sociální podpory, jako přídavky na děti, na bydlení, rodičovský příspěvek a další.

Žádáme občany, aby vyřízení svých nároků nenechávali na poslední dny roku, ale přišli v dostatečném předstihu.

Od 1. 1. 2012 budou kanceláře kontaktního pracoviště Úřadu práce Praha 9, oddělení státní sociální podpory v Újezdě nad Lesy přesunuty z 1. patra budovy B do přízemí hlavní budovy – vedle podatelny – vstup z hlavního vchodu. Kanceláře Odboru sociálních věcí budou z přízemí přesunuty do 1. patra budovy B – vstup bočním vchodem z ulice Hulické.

Bc. Radka Lipanovičová vedoucí OSV
Pavla Jakubcová za úřad práce

Úřad městské části Praha - Běchovice

oznamuje, že

dne

22. – 30. 12. 2011

bude z provozních důvodů

zavřeno.

Dne 21. 12. 2011 bude možné provést platby v hotovosti, včetně poplatků, pouze do 16 hodin.

(Týká se: CzechPoint, ověřování, změny trvalého pobytu, poplatky z ubytování atd.)

Děkujeme za pochopení.

Mgr. Jitka Šnajdrová
tajemnice úřadu

DŮLEŽITÉ OZNÁMENÍ PRO DRŽITELE PSŮ



Z DŮVODŮ PŘECHODU NA CELOPRAŽSKÝ PROGRAMOVÝ SYSTÉM „GINIS“ OZNAMUJEME, ŽE PLATBU POPLATKŮ ZE PSŮ PRO ROK 2012, PŘIHLÁŠENÍ A ODHLÁŠENÍ PSŮ BUDE MOŽNO PROVÁDĚT AŽ PO DATU **20. 1. 2012**.

DĚKUJEME ZA POCHOPENÍ.

Úřad MČ Praha - Běchovice

17. - 18. PROSINCE 2011 (SOBOTA-NEDĚLE)

PROBĚHNE OD 9:00 HODIN SVOZ VELKOOBJEMOVÝCH KONTEJNERŮ

STANOVIŠTĚ:
ZA POŠTOVSKOU ZAHRADOU DO ŘÍČAN X VÁCLAVA KOVAŘÍKA

Pozvánka

na 7. jednání ZMČ Praha - Běchovice

Vážení, zveme Vás na 7. jednání ZMČ Praha - Běchovice

dne 14. prosince 2011 od 18:00 hod.

ve velké zasedací místnosti úřadu.

Program jednání bude oznámen na úřední desce úřadu MČ.

PRESS RELEASE

SVOZ ODPADU BĚHEM VÁNOČNÍCH SVÁTKŮ

Jako každý rok bude zajištěn standardní svoz směsného i tříděného odpadu v období vánočních a novoročních svátků na území hl. m. Prahy. Program svozu bude zorganizován tak, aby nedocházelo k přeplnění nádob a nevznikal kolem nich nepořádek.

Na Štědrý den a na Silvestra bude svoz odpadu zajištěn dle sobotních programů. Od 25. 12. do 31. 12. 2011 již bude zajištěna normální pracovní směna a odvoz směsného odpadu bude probíhat dle příslušných svozových programů, tedy jako v běžných všedních dnech. Na Nový rok bude zajištěn nadstandardní svoz odpadu z kritických míst vysoké zástavby (sídliště). U tříděného odpadu bude ve dnech 19.–31. 12. 2011 proveden mimořádný svoz skla a jinak bude vše probíhat také dle příslušných svozových programů.

Svoz směsného odpadu:

24. 12. 2011	normální svoz odpadu dle sobotních programů
25. 12. 2011	normální svoz dle nedělních programů
26. 12. 2011	normální svoz dle pondělních programů
27.–30. 12. 2011	normální pracovní směny, svoz dle příslušných svozových programů
31. 12. 2011	normální svoz odpadu dle sobotních programů
1. 1. 2012	normální svoz dle nedělních programů

Svoz tříděného odpadu:

24. 12. 2011	normální svoz v rozsahu sobotních programů
25. 12. 2011	normální svoz v rozsahu nedělních programů
26. 12. 2011	normální svoz v rozsahu pondělních programů
19.–31. 12. 2011	mimořádný svoz skla (1 odvoz navíc), jinak odvoz dle příslušných svozových programů
1. 1. 2012	normální svoz dle nedělních programů

Svoz vánočních stromků

Volně odložené vánoční stromky u nádob se směsným komunálním odpadem budou odváženy při pravidelném svozu od 25. 12. 2011 do 28. 2. 2012. Prosíme občany, aby vánoční stromky odkládali vedle nádob na směsný komunální odpad, aby nedocházelo ke snižování kapacity objemu nádob pro ostatní odpad. Vánoční stromky nepatří na stanoviště separovaného odpadu ani na stanoviště nádob směsného komunálního odpadu umístěných v domech, popřípadě vnitroblocích, kde se provádí vynáška nádob přes prostory objektu. V tomto případě odkládejte vánoční stromky před objekt, na místo přistavení nádob k výsypu.

PRAŽSKÉ SLUŽBY

NOVINKY A ZAJÍMAVOSTI Z BĚCHOVIC

Co bude s kavárnou v běchovickém parku?

Jak již bylo řečeno mnohokrát v minulosti, na konci letošního roku končí monitorovací období u projektu JPD 2 Park Běchovice 2006. Společně s ukončením doby monitoringu končí i stávající nájemce kavárny. Rada městské části již před časem vyhlásila výběrové řízení na pronájem a využití prostor kavárny pro roky následující. Tímto bychom se chtěl obrátit na širokou veřejnost a vyzvat potenciální zájemce o pronájem budovy kavárny o doručení nabídek. Podmínky pro přihlášení do výběrového řízení jsou na úřední desce úřadu MČ.

Pronájem samotný nemusí být nutně spojen s provozem kavárenského zařízení. Původně měla v úmyslu MČ využít objekt jako provozovnu malých potravin. Obchod s potravinami však v Běchovicích II již v průběhu roku vznikl, a proto se otvírají nové možnosti využití. Součástí pronájmu budovy bude i povinnost nájemce starat se o oplocený areál (tzv. sbírkovnu), provádět pravidelné seče a údržbu záhonů s květinami a keři.

Přihlášky se všemi požadovanými náležitostmi do výběrového řízení je možno podat do 2. ledna 2012 do 17:00 hodin. Věříme, že bude z čeho vybírat.

Ondřej Martan
starosta

Nový orientační systém v městské části



V letošním roce jsem Vás již mnohokrát informoval o finančních prostředcích, které získala naše městská část z revolvingového fondu v programu Místní Agenda 21. Peníze jsou pevně fixovány na účel jejich využití a v letošním roce je to krom jiného i na Nový orientační systém v městské části. Jedná se o ty nové dřevěné ukazatele na osmi směrnících. V průběhu dalších let bychom chtěli orientační systém zdokonalovat a doplňovat.

Co znamenají obrázky v ukazatelích?

Každý ukazatel by měl mít na sobě malé obrázky symbolizující zejména kočárek, cyklistu nebo brusle. Obrázky jsou různě zabarvené podle toho, jak je daná cesta v ukázaném směru vhodná pro jednotlivou kategorii. Základní rozdělení je na červenou a zelenou. Zelená je bez obtíží absolvovatelná, červená je již pro zdatnější cestovatele.

Všeobecně platí, že nový orientační systém je určen spíše pro přespolní návštěvníky Běchovic. Našinec se samozřejmě vyzná i bez ukazatelů…

Ondřej Martan
starosta



Foto: Ondřej Martan

Park u třech mostů



Mostek u třech mostů



Foto (3): Ondřej Martan

Výsadby v novém parku U TŘÍ MOSTŮ

Pokrok v MA21



Již v minulém školním roce žáci ZŠ Běchovice (6. a 7. třída) pracovali na modelech nového parku v lokalitě u tří mostů. Život Běchovic už přinesl zprávu o vítězném návrhu, podle kterého se v současné době park skutečně realizuje.

Žáci ZŠ Běchovice se ale neúčastnili jen přípravy modelů, podíleli se také na samotných výsadbách. Dne 14. 11. 2011 se obě třídy, dnes již 7. a 8. ročník, sešly u tří mostů, aby společně zasadili připravené keře. Park bude následně osazen kameny, lavičkami a bude oset trávou.

Věříme, že postupem času vytvoříme příjemnou novou lokalitu, kde budou moci občané trávit svůj volný čas.

Projekt byl podpořen z Revolvingového fondu Ministerstva životního prostředí ČR.

Mgr. Emilie Pilátová



Foto (2): Mgr. Emilie Pilátová



Hloubka kanalizace – téměř 5 metrů



Foto (2): Ondřej Martan

Nová kanalizace v ulici Ke třem mostům

ZŠ A MŠ



Dravci a sovy

Dne 12.10. 2011 přilétli do naší tělocvičny dravci a sovy. Celá škola se byla podívat na vznešené a krásné opeřence.

Byla to zajímavá akce, na které jsme se i něco nového dozvěděli. Uměli o tom tak krásně vyprávět, že ztichl celý druhý stupeň a zaujatě poslouchal. Nakonec i vyndávali jednoho ptáka za druhým. Skoro každý se proletěl po naší



tělocvičně. Ti, kteří byli dobře vycvičení, přilétávali žákům a učitelům na ruku (musím říct, že to byl zážitek, když na vás sednul dravec. Já jsem si to sama vyzkoušela!!) Viděli jsme Káně lesní, Orla skalního, Poštolku obecnou, Káně pestré, Kondora havranovitého, Sovu sněžnou, Sovu pálenou a Puštíka.

Těšíme se na další setkání.

Za ZŠ Petra Kořínková, žákyně 8. tř.



DRUM CIRCLE

,,Každý má rytmus v sobě, jen má někdy problém ho sladit s rytmem ostatních. Skupinové bubnování nám pomůže najít společnou řeč.“

Nevlídné listopadové sychravo zpříjemnilo společné bubnování a návštěva pana Petra Šušora.

Představil nám hru na africké bubny. Všechno jsme si měli možnost vyzkoušet a rázem se tedy všichni posluchači stali zároveň i účinkujícími. Naučil nás jak v kolektivu udržet rytmus a potom jsme si chvíli povídali o zpěvu. Zdůraznil, že nikdo nezpívá falešně, ale že každý si musí najít svůj styl. Není to povzbuzující informace? Užít si hudbu, vnímat ji všemi smysly, vydovádět se s rytmy – to je to, oč tu jde. Hráli jsme na různé perkusní nástroje – bubny, bubínky, tamburíny, zvonce, dřívka, zvonky, chřestítka…. A všem nám to opravdu ladilo. Našli jsme společnou řeč, i když nás tu bylo 45 a všichni na něco hráli!



Foto (5): Z. Svátková, H. Horáková





Více informací naleznete na www.bubnujeme.cz

za všechny bubeníky
Zdenka Svátková, uč. HV

Nákupní

V černém lese
divné zvíře nákup nese.

O nohu mu pleská
vleče ho až z Tesca.

Neběhá tu pro srandu,
vždyť je akce v Kauflandu!

Zvíře funí, honí ceny,
pak se pídí, kdo mu poví,
co lze sehnat v Albertovi.

Za posledních mincí pár,
chce vykoupit Interspar.

Míša Havlů, 2.A

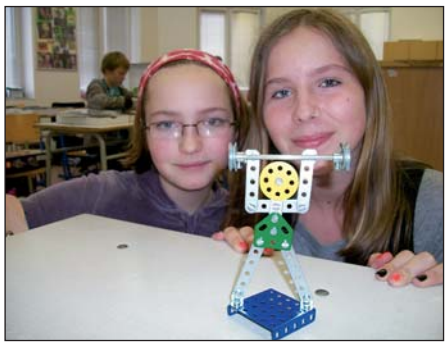
Polytechnická výchova zajímavě

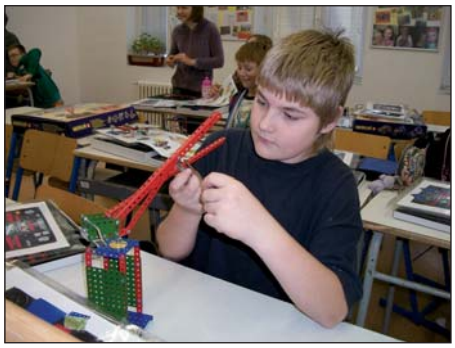


Foto (3): Martin Brabenec

V současném prostředí mladých lidí s mizejícím zájmem o polytechnické předměty se zdá být těžké vyučovat a vychovávat žáky k sympatiím těchto směrů. Pokud se však budeme držet Komenského rady (Škola hrou – Názornost výuky- Zapamatuji si to, co si mohu vyzkoušet), výuka se může stát nejenom pro žáky zajímavou a praktickou, ale také zábavnou, na kterou budou třeba i rádi vzpomínat.

Díky sběrové soutěži a tedy díky Vám všem rodičům, prarodičům, tetičkám a strýčkům ….. získala škola první místo v této soutěži a finanční dar v hodnotě 20 000 Kč. Tato částka byla využita pro zakoupení 8 sad stavebnice MERKUR pro žáky. Na pracovních činnostech I. a II. stupně tak máme jedinečnou příležitost vyzkoušet si hravou a zábavnou formou svojí zručnost, zapojit fantazii, učit se pracovat a sestavovat různé objekty podle návodů.





Snažíme se s žáky také navštěvovat předváděcí semináře s atraktivními pokusy z praxe u méně oblíbených předmětů jako je např. chemie. Žáci zde mohli pozorovat laboratorní výbuch sopky, čištění vody od řas, sestavit si molekuly látek, nebo sledovat tvorbu „Faraónových hadů“……

Jestli se nám podaří vzbudit větší zájem alespoň u některých žáků o tyto předměty, ukáže až budoucnost. Přejme proto našim dětem mnoho zdaru při namáhavé, dlouhé, ale zajímavé cestě stát se odborníky, specialisty, inženýry a jinými kapacitami v oborech.

Děkujeme také Vám všem za spolupráci.

Martin Brabenec

Zlatá vidlička – gastronomická soutěž pro žáky 8. a 9. ročníků

15. listopadu se Katka, Kristýna, Martin, Thi Tramy a Táňa odvážně vypravili reprezentovat naši školu ve výše uvedené soutěži ve čtyřhvězdičkovém hotelu Crowne Plaza Prague (pro pamětníky Hotel International v Praze-Dejvicích).

Vědomostním testem prošlo všech sto soutěžících ze všech dvaceti týmů.

Po občerstvení připravovaném profesionály před našima očima jsme postupně prošli čtrnácti stanovišti s různými úkoly.

Katka si skvěle vedla při servírování. Martin byl barmanem pochválen jako nejšikovnější při míchání nápojů. Táňa s Kristýnou nás zastoupily při oblékání kuchařského rondonu a při pletení vánočky. Thi Tramy pojídala na čas špagety, skládala patero způsoby látkové ubrousky. Táňa loupala pomocí lžíce, vi-





dličky a nože banán. Martin pojmenovával různé byliny a koření a odklízel ubrus, aniž by z něho odstranil nádobí. Katka určovala se zavázanýma očima různé suroviny podle vůně a chuti a pojmenovávala součásti inventáře. Úspěšná byla i tříčlenná štafeta – Thi Tramy, Martin a Katka. V určeném časovém limitu doběhli s třemi poháry nápoje, aniž by z jejich obsahu kapičku ztratili.

Celé družstvo chválím za pěkné chování po celých šest hodin pobytu v tomto mezinárodním hotelu.

Eva Hlávková, učitelka ZŠ Běchovice









Foto (4): Eva Hlávková



E-mail: msbechovice@seznam.cz

Měsíc listopad v MŠ:

ŠKOLKOVÉ „DÝŇOVÁNÍ“

DNE 3. 11. 2011 PROBĚHLO V NAŠÍ MATEŘEKÉ ŠKOLE DÝŇOVÁNÍ

Na tuto akci jsme pozvali také rodiče našich dětí. Sraz byl v plánu v půl páté večer. To jsme také splnili a tak jsme mohli začít. Rodiče se sešli s dětmi vždy ve



Foto (4): Linda Šmídová a Lucie Hendrychová



své třídě, aby měli na práci své „domácí prostředí“. Původně jsme si říkali, že by práce probíhaly pouze ve spodním patře, ale rodiče se sešli v hojném počtu, což je pro nás velice příjemné a tak jsme společně s nimi vydlabali dýni, kterou si každý donesl z domova.

Kreativitě a nápadům se meze nekladly…. Proto každá dýně byla originální a nápady rodičů byly úžasné. Při dlabání se využila i vykrajovátka na vánoční cukroví, což byla skvělá inspirace také pro paní učitelky.

Myslíme si, že jsme spolu s rodiči vytvořili fajn atmosféru a společně si popovídali. Pro děti i rodiče byl k dispozici čaj a v červené třídě dokonce rodičům připravily paní učitelky kávu.



Když byly dýně vydlabané a venku nastala tma, spolu s rodiči jsme je donesli na zahradu a rozestavěli podél pěšinky až na konec zahrady. Děti se pak nemohly dočkat, až si cestičku projdou a na konci pro každého školkáčka čekala sladká odměna a vystřihovánky.

Na úplný závěr moc děkujeme rodičům za účast! Bylo to také pro nás příjemné posezení a již nyní se těšíme na další setkání s rodiči našich dětí.

Nejbližší takovéto setkání budeme mít v měsíci prosinci na „Vánočních besídkách“ v každé třídě. Bližší informace budou na nástěnkách v jednotlivých třídách

kolektiv učitelek MŠ Čtyřlístek

Dne 12. 11. 2011 proběhlo vítání občánků. Naši MŠ Čtyřlístek reprezentovala třída motýlků s našimi učitelkami. Děti předvedly krátké pásmo básní a písní k uvítání malých dětí do nového života. Za odměnu dostaly sáček dobrůtek od zřizovatele.

Tímto chceme poděkovat rodičům dětí z motýlka, že obětovali svůj volný čas.

Za MŠ Erika a Lucka



CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB BĚCHOVICE
Za Poštovskou zahradou 557, 190 11 Praha 9 - Běchovice Tel.: +420 281 045 782 www.cssb.cz

PRAŽŠTÍ TAMBURAŠI V BĚCHOVICÍCH

Na podzim, konkrétně ve čtvrtek 20. října 2011, jsme po dvou letech opět pozvali do prostor Centra sociálních služeb Běchovice soubor Pražští tamburaši.

Pražští tamburaši mají 20 – 25 hráčů i zpěváků a jako jediný soubor v Praze dodnes udržují dlouholetou tradici. Soubor je originálním orchestrem složeným z drnkacích nástrojů, repertoár je sestavován z tvorby českých a moravských lidových autorů 20. – 40. let i z populárních skladeb světových skladatelů.







Foto (4): Martin Stromský

Téměř dvouhodinové vystoupení přišlo zhlédnout téměř 40 návštěvníků, a to nejen obyvatel našich domů s pečovatelskou službou, ale též obyvatel Běchovic. Všichni si společně se souborem zazpívali a odpoledne u nás si moc užili. Už se těšíme na další podobnou akci!

Akci finančně podpořila Městská část Praha - Běchovice.

PODZIMNÍ BĚCHOVICKÝ BAZÁREK

Po roce jsme navázali na tradici vzájemného prodeje zánovních věcí a tentokrát ve spolupráci tří organizací jsme v prostorách Centra sociálních služeb Běchovice uspořádali podzimní běchovický bazar.

Nabídli jsme dvě varianty – buď lidé mohli využít zprostředkovaný prodej (jejich věci jsme prodávali my), nebo si mohli přijít své věci prodávat sami. Více prodejců využilo zprostředkovaný prodej, a tak se nás v sobotu 22. října 2011 v jídelně Centra sociálních služeb sešla menší skupinka. Nakoupit za velmi příjemné ceny bylo možno nejen oblečení, boty či módní doplňky pro dospělé i pro děti, ale též knížky pro děti, hračky a hry, kočárky nebo kola a kolečkové brusle.

Nakonec nakupujících dorazilo méně než jsme očekávali, i přesto se některým prodávajícím podařilo utržit pár korun do rodinných rozpočtů. Naše organizace byla navíc podpořena charitativním projektem POTEX (sběrné kontejnery použitého textilu). Dohodli jsme se, že výtěžek z věcí, které jsme od f. Aquastor s.r.o. obdrželi, bude ponechán pro Centrum sociálních služeb Běchovice. Výtěžek z manipulačních poplatků ve výši 1.350,- byl rozdělen mezi CSS Běchovice a o.s.Neposeda na provoz sociálních služeb.



Chtěli bychom Vás pozvat na jarní bazar, a to nejen k prodeji – ti, kteří se zúčastnili v letošním roce obdrží na jaře věrnostní bonus, ale i k nákupu – přikládáme několik fotografií. Na jaře určitě neváhejte přijít. Kde jinde můžete koupit svým blízkým krásné dárky za pár korun?

Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka;
tel.: 281 045 783, 775 203 100, melanie@cssb.cz,
http://www.cssb.cz

KONEC ROKU V CENTRU SOCIÁLNÍCH SLUŽEB BĚCHOVICE

Vážení čtenáři,

tentokrát bychom Vás rádi pozvali na aktivity, které plánujeme do konce letošního roku.

Do konce roku nabízí naše pedikérka a manikérka Hanka Lánská parafínové zábaly na ruce za zvýhodněné ceny. V listopadu Hanka navštívila Klub důchodců a účastníky seznámila s pravidly péče o ruce a nohy v zimních měsících a poskytla na ukázku parafínové zábaly. Pokud jste se nemohli účastnit, a přesto byste rádi péči o ruce a nohy konzultovali, nebo využili parafínové zábaly na ruce, neváhejte nás kontaktovat. Objednávky na pedikúru i manikúru přijímají naši pečovatelé na tel. 281 045 782.

V Klubu důchodců je dále na programu cestova-

telská přednáška, tentokrát o Indonésii. Výklad bude doplněn vlastními zkušenostmi a zážitky cestovatele a prezentací fotografií.

Poslední úterý před Vánoci již tradičně stráví společně členové Klubu důchodců a klienti Centra sociálních služeb Běchovice v přítomnosti vedení CSS Běchovice a starosty MČ Běchovice. Společné setkání s přípitkem do nového roku se uskuteční v jídelně CSS.

Také čtvrteční aktivity se po celý prosinec budou věnovat tématu Vánoc. Na programu je zdobení perníčků, nepečené cukroví, výroba vánočních přání, ustrojení vánočního stromku i společné posezení a zpívání koled.

Všechny vánočně laděné aktivity završíme 17. prosince 2011 odpoledne. Letos jsme poprvé propůjčili naše prostory ke konání tradičního Adventního koncertu. Společně se zástupci o.s. Neposeda a MČ Praha – Běchovice se budeme těšit na zastavení se v předvánočním shonu a příjemně strávené odpoledne.

S přáním úspěšného roku 2012

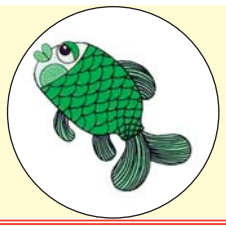
Mgr. Melanie Zajacová, ředitelka;
tel.: 281 045 783, 775 203 100, melanie@cssb.cz
http://www.cssb.cz

SBOR DOBROVOLNÝCH HASIČŮ

Vážení občané, dovolte nám, abychom Vás pozvali na 2. Hasičský bál dne 21. 1. 2012, více se dozvíte na pozvánce, kterou najdete v záložce kultura.

Tomáš Hrubý – velitel JSDH
Ondřej Martan – starosta SDH

ZÁROVEŇ NÁM DOVOLTE POPŘÁT PŘÍJEMNÉ PROŽITÍ VÁNOČNÍCH SVÁTKŮ A ŠŤASTNÉ VYKROČENÍ DO NOVÉHO ROKU 2012.



KULTURA

Na co se můžete těšit v lednu r. 2012

DATUM	NÁZEV	ORGANIZÁTOR	ČAS	MÍSTO KONÁNÍ
7. – 8. 1. 2012	Zimní liga mladších a starších přípravek	TJ Sokol - fotbalisti	9:00 – 15:00	Sportovní centrum Běchovice
14. 1. 2012	Výroční členská schůze MO ČRS	MO Českého rybářského svazu	14:00 – 17:00	Centrum sociálních služeb Běchovice
14. – 15. 1. 2012	Zimní liga mladších a starších přípravek	TJ Sokol – fotbalisti	9:00 – 15:00	Sportovní centrum Běchovice
17. 1. 2012	Den bezpečného internetu	MČ – knihovna	14:00 – 18:00	Knihovna
21. 1. 2012	Hasičský bál	Sbor dobrovolných hasičů	od 20:00	Sportovní centrum Běchovice
21. 1. 2011	Bruslíkův karneval	Sokol Běchovice 2	od 15:00	Sportovní areál na Korunce
28. – 29. 1. 2012	Zimní liga mladších a starších přípravek	TJ Sokol – fotbalisti	9:00 – 15:00	Sportovní centrum Běchovice
27. – 29. 1. 2012	Výlet dětí do Maxova	MČ, Květ	od 16:00	Maxov u Sloupu Čechách

Lampiónový průvod



Ve čtvrtek 17. 11. 2011 jsme opět rozsvítili Běchovickou známou trasu lesoparkem a připomněli si tak Den boje za svobodu a demokracii. Bylo velice příjemné, s jakou účastí dorazil lampiónový průvod k prvnímu stanovišti, kde je za plápolání ohně a loučí přivítal starosta MČ Praha - Běchovice. Účastníci s i zde mohli změřit své vědomosti a znalosti ve speciálním kvízu, který byl pro ně připraven. Na všechny čekala odměna v podobě dárečků od firmy GLOBUS Černý Most a sladkostí věnované městskou částí. Naše odborná porota vyhlásila soutěž o tři nejhezčí, doma vyrobené, lampióny. A kdo vyhrál? – opět rodina Bláhových. Gratulujeme!!! Je vidět, že doma nezahálí, vyhráli již letos také soutěž o nejlepšího, doma vyrobeného draka. U pamětního kamene jsme hromadně vypustili červeně svítící létající lampióny a sledovali jsme na rozsvícené obloze nádherný, v dáli mizející útvar. Na závěr jsme se zahřáli teplým čajem a medovinou. Co dodat? Příští rok opět nashledanou.



Děkuji za pomoc při organizaci SDH Běchovice (Tomáš Hrubý, Roman Kožušník, Martin Štellner, Martin Outrata, Antonín Zeman, Karel Kuk, Libor Vlk) a Nikole a Janě Matušíkovým, Šárce Hudečkové a Janu Jechovi.

Kamila Dömeová







Foto (5): Jan Jech

*Samozřejmě největší díky patří **Kamile Dömeové**, všichni víme, že je hlavou našich kulturních akcí.*

-red-

Vítání občánků 12. 11. 2011

- Toník Bradáč
- Tobiášek Drábek
- Evička Hercoková
- Amálka Kopejsková
- Esterka Kraidlová
- Kubík Květoň
- Lucas Ljubačivskij
- Vojtíšek Martan
- Kristýnka Mevaldová
- Sebastian Mudra
- Šimonek Semko
- Vojtíšek Těšický
- Alžbětka Vlachová
- Toník Zeman
- Patrik Šůs
- Daniel Atef Novák





Srdečně gratulujeme.



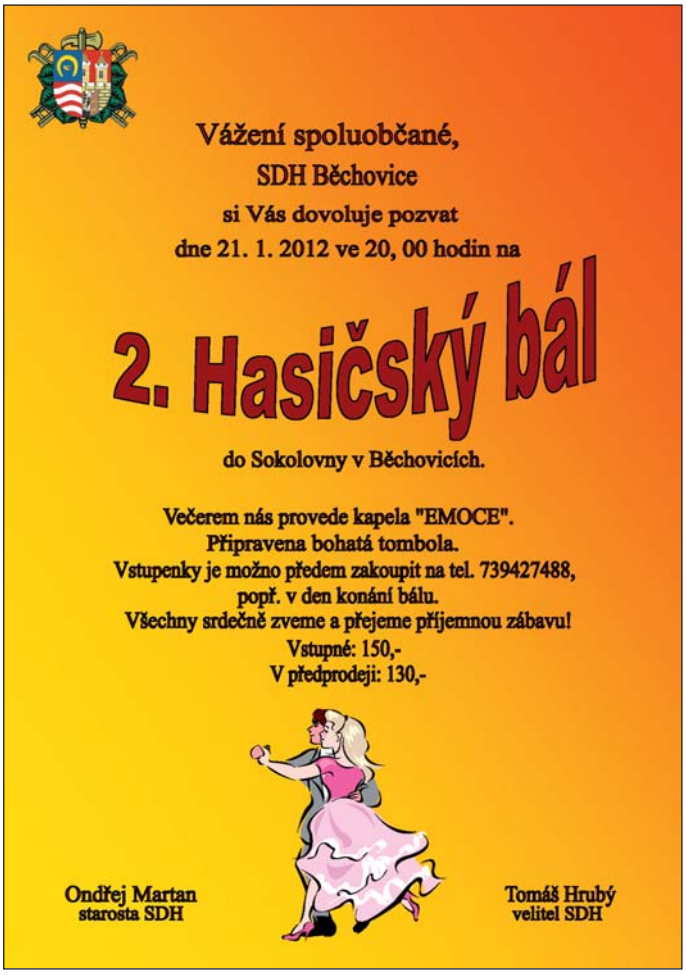




Foto (4): Jan Jech

Pozvánky





KNIHOVNA

Milí čtenáři,

letošní podzimní akce v naší knihovně byly věnovány především dílu K. J. Erbena. 7. listopadu navštívili besedu o Erbenovi žáci 6. třídy základní školy. Báseň z Kytice přednesly svým mladším spolužákům Šárka Vášová, Andrea Babjáková a Táňa Malinovská z deváté třídy.

Do výtvarné a literární soutěže odevzdalo své práce asi 50 dětí, v době uzávěrky tohoto čísla ještě nebyly známy výsledky. Jména výherců uveřejníme v dalším čísle. Nejlepší práce budou v prosinci a lednu vystaveny v knihovně.

V letošním roce bude knihovna naposledy otevřena ve čtvrtek 22. prosince. V posledním prosincovém týdnu, o vánočních prázdninách, bude zavřeno.

Všem vám přeji pokojné Vánoce a těším se na setkávání v knihovně opět v lednu 2012.

Ing. Hana Santolíková
knihovnice

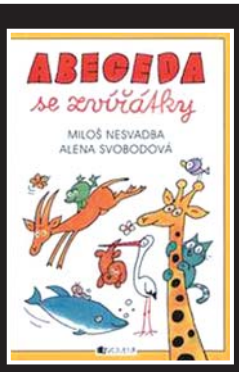
❖❖❖

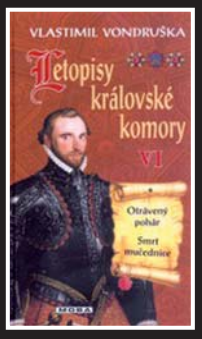
Z nových knih:

Pro děti a mládež:

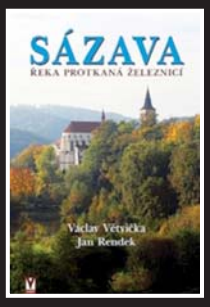
Brezina Thomas: **Brána času – Magický kámen vikingů**
Brána času – Pod pirátskou vlajkou

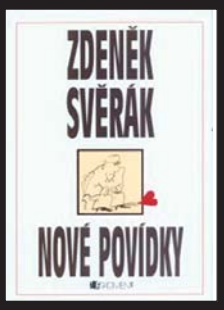
Čornej Petr: **Panovníci českých zemí**
Flanagan John: **Hraničářův učeň 1 – 10**
Kinney Jeff: **Deník malého poseroutky 2,3,4**
Kirschnerová Denisa: **Hurvínkova cesta do tramtárie**
Morkes Petr: **Komisař Vrťapka – Sebrané spisy 3**











Nesvadba Miloš: **Abeceda se zvířátky**
Preussler Ottfried: **Malá čarodějnice**
Sís Petr: **Zeď**
Syrovátka Oldřich: **Bajky a říkanky pro nejmenší**
Šironina Jelena: **Jak souhvězdí dostala svá jména**

Beletrie pro dospělé:

Čechura Rudolf: **Dr. Sherlock Holmes v Čechách a jiné případy**
Dousková Irena: **Darda**
Kantorek Pavel: **Povídky**
Lustig Arnošt: **Dita Saxová**
Rudiš Jaroslav: Alois Nebel
Soukupová Petra: **Marta v roce vetřelce**
Svěrák Zdeněk: **Nové povídky**
Svěrák Zdeněk: **Ladislav Smoljak hrající, bdící**
Váňová Magda: **Pavouk v síti**
Vondruška Vlastimil: **Zloději ostatků**
Prokletí brněnských řeholníků
Letopisy královské komory VI
Adams Will: **Achnatonův poklad**
Biermann Verner: **Léto 1939**
Brown Dan: **Digitální pevnost**
Cunningham Michael: **Za soumraku**
Cussler Clive: **Medůza**
Cussler Clive: **Ničitel**
Falcones Ildefonso: **Katedrála moře**
Fieldingová Joy: **Trest života**
Kepler Lars: **Paganiniho smlouva**

Naučná literatura:

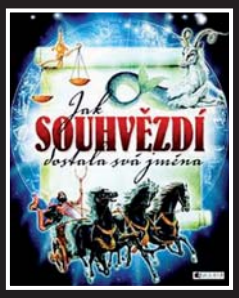
Burenhult Goran: **Velké civilizace**
Knappová Miloslava: **Jak se bude vaše dítě jmenovat?**
Větvička Václav: **Berounka, řeka bez pramene**
Sázava, řeka protkaná železnicí
Vltava

Doplnění titulů povinné četby pro středoškoláky:

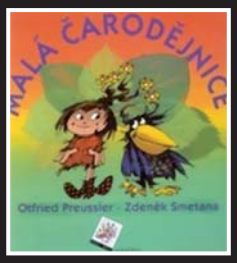
Dostojevskij, F.M: **Zločin a trest**
Kerouac Jack: **Na cestě**
Kosmas: **Kronika česká**
Saroyan William: **Tracyho tygr / Tracy'sTiger – zrcadlové anglicko české vydání**

Divadelní hry:

Čapek Karel: **Loupežník**
Věc Makropulos
Goldoni Carlo. **Sluha dvou pánů**
Havel Václav: **Hry 1, 2, 3**
Jirásek Alois: **Lucerna**
Molière: **Misantrop**
Shaw, G. B.: **Pygmalion**
Schiller Friedrich. **Loupežníci**











BĚCHOVICKÝ ULIČNÍK

V posledním díle Běchovického uličníku se podíváme na dosud nezmíněné ulice, které se nachází v jihovýchodní části Běchovic I. Dozvíme se například o legendárním řediteli běžeckého závodu Běchovice – Praha nebo jak se vykládá vznik názvu ulice Do Panenek.

Ke Kolodějům



Foto: Josef Červený

Pohled na ulici Do Koloděj v roce 1959 (směrem z Běchovic)

Ulice začíná u místní základní školy a pokračuje východním směrem na Koloděje. Dříve byla v blízkosti školy křižovatka a tam se z Českobrodské silnice na Koloděje odbočovalo. Pro zklidnění prostoru před školou byla křižovatka zrušena a dnes se z hlavní páteřní silnice procházejícími Běchovicemi odbočuje na Koloděje až v ulici Do Panenek.

Název vychází ze směru ulice, která vede k Městské části Praha-Koloděje.

Koloděje bývala ves kolodějů, tedy kovářů a první zmínky o nich pocházejí ze 14. století, kdy zde stávala tvrz. Ta byla zničena za třicetileté války a na jejím místě byl kolem roku 1710 postaven barokní zámek, který donedávna sloužil k reprezentačním účelům vlády.



Foto: Ing. Aleš Rudl

Ulice Do Koloděj na konci roku 2011 (směrem do Běchovic)

Dnes bydlí na území této městské části zhruba 1300 obyvatel.

Do roku 1976 nesla ulice název **Kolodějská**. Po připojení Běchovic k Praze v roce 1974 byl název pro duplicitu změněn.

Richtrova



Foto: Ing. Aleš Rudl

Označení komunikace Richtrova

Ulice je zhruba 100 m dlouhá a propojuje Českobrodskou silnici s komunikací Do Koloděj.

Vede kolem sportovního areálu Běchovice (tělocvična Chanos) a částečně slouží jako parkoviště. Pojmenována je po Rudolfu Richterovi, jehož osobnost je nerozlučně spojena s běžeckým závodem Běchovice – Praha. Richter byl zaměstnancem Magistrátu hl. m. Prahy a již od svého mládí byl znamenitým sportovcem. Byl členem Českého klubu sportovního Karlín 1885 a vynikal zejména na závodech velocipedistů. Zakladateli mistrovského závodu v silničním běhu na 10 km se startem v Běchovicích a cílem na žižkovské Ohradě byli členové Českého klubu sportovního v Praze, jehož ustavující valná hromada se konala 3. března 1897. První ročník závodu byl uspořádán ve čtvrtek 27. května 1897. Richter byl ústřední postavou, kolem které se soustřeďovala organizace každoročního závodu. Jako ředitel vypouštěl běžce na trať výstřelem ze své historické startovní pistole nepřetržitě od roku 1905 až do své smrti v roce 1962. Pečlivě se staral nejen o organizaci závodu, ale i o záznamy o průběhu každého ročníku.

Se svojí manželkou bydlel v jednom z činžovních domů na smíchovské straně Vltavského nábřeží. Závěr života prožil v rodinné vilce v Hradišťku u Štěchovic.

Do roku 1976 se ulice jmenovala **Pustá**. Název byl odvozen z jejího charakteru.

Travnatá

Název nese nedlouhá ulice, která spojuje silnici Českobrodskou s komunikací Do Koloděj. Pro motorová vozidla je tato ulice částečně slepá, a proto je velice poklidná. Silnici tvořenou zámkovou dlažbou

lemuje travní porost, který jí dodává příjemnou atmosféru. Ten zároveň předurčil její název.

Do roku 1976 se jmenovala **Hořejší**. Název pravděpodobně vycházel z polohy ulice. V souvislosti s připojením Běchovic k Praze bylo toto pojmenování pro duplicitu změněno.

Antonína Hodného

Ulice Antonína Hodného je souběžná se silnicí Českobrodská a propojuje komunikaci Travnatá s ulicí Do Panenek. Rodinné domky v jejím okolí byly postaveny v letech 1923–1928. Pojmenována je po místním rodákovi Antonínu Hodném, který byl synem místního malozemědělce. Byl zaměstnancem státní dráhy a pracoval na nádraží v Libni jako posunovač. Jednoho tmavého rána roku 1929 jej při posunu v prostoru libeňského nádraží zachytil a smrtelně zranil jeden z nákladních vagonů. Pohřben je na kolodějském hřbitově.



Foto: Ing. Aleš Rudl

Ulice Antonína Hodného během prosluněného podzimního dne tohoto roku

Do roku 1976 nesla ulice název **Blatovská**. Název byl odvozen od jejího směřování k Blatovu, což je dnes místní část Újezda nad Lesy. Blatov byla dříve ves vzniklá v 18. století. Původními osadníky Blatova byli dřevorubci, pracující v lese Vidrholec. Jméno Blatov je odvozováno od dřívějšího místního jména „Na blatie“, tj. místo, kde jsou močály, mokřady a bláto, ke kterému byla přidána přípona –ov

Do Panenek

Ulice Do Panenek odbočuje z Českobrodské silnice a po zhruba 200 m vyúsťuje do komunikace Ke Kolodějům. Dnes po ní jezdí vozidla mezi Běchovicemi a Koloději.

Při pátrání po původu jejího dnešního názvu je důležité, že jižně od této silnice je návrší nazývané Jelen, kde býval v minulých dobách les. V minulosti, když po císařské silnici, dnešní Českobrodské, táhly vojenské jednotky domácích nebo cizích pluků, do něj podle pověsti ukrývali své manželky a dcery místní sedláci a mlynáři. Les zvolený za útočiště mladých žen v dobách nebezpečí postupně mizel a změnil se v rozlehlé pole. Místní panenky a panny si už beztak dávno našly jiné způsoby ochrany.

Do roku 1976 se ulice jmenovala **Spojovací**. Název byl odvozen z funkce ulice, která sloužila jako spojnice.

Ing. Aleš Rudl



Orientační plánek popisovaných ulic

NEPOSEDA

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

DOUČOVÁNÍ

– individuální výuka pro žáky ZŠ i SŠ
– prohloubení a upevnění znalostí získaných ve škole
– pomoc s přípravou na přijímací zkoušky na SŠ a víceletá gymnázia
– matematika, český jazyk, anglický jazyk (po dohodě i jiné předměty)
– místo konání: ZŠ Běchovice a malý klub

Více informací na www.neposeda.org, tel. č. 739 491 633

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

KOLOBĚŽKA

Občanské sdružení Neposeda a Rodičovské centrum Koloběžka Vás zvou na

KURZ

Vázání šátků na nošení dětí

Termín: dle dohody

V prostorách RC Koloběžka – o.s. Neposeda, Českobrodská 1, Praha - Běchovice, v objektu Staré pošty

Pro všechny, kdo chtějí být dětem blíž a zároveň mít volné ruce. Máte doma šátek na nošení dětí a nevíte si rady s tolika metry látky? Chcete si vázání vyzkoušet, než se rozhodnete pro koupi šátku?

Volejte tel. 733 182 520
nebo pište na e-mail kolobezka@neposeda.org

Doba trvání cca 1,5 hodiny



Teda, mami, jak mě do tohohle chceš zavázat?



Aha, takhle!

e-mail: kolobezka@neposeda.org Tel.: 733 182 520
Informace také na internetu: www.neposeda.eu

POLICIE INFORMUJE

Řidiči, nezapomeňte na dálniční známku!!!!!!

Dálniční známka na rok 2012 bude k dostání na více než 6 600 prodejních místech. Například na čerpacích stanicích a pobočkách České pošty. Dálniční známky by měli platit od 1. 12. 2011 do konce ledna 2013.

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY

Cena dálniční známky 2012

Dálniční známka do celkové hmotnosti 3,5 t vyjde řidiče na 1500 Kč. Měsíční potom na 440 Kč a pouze desetidenní dálniční známka stoji 390 Kč. Ceny dálničních známek pro rok 2012 shrnuje následující tabulka:

Rozsah	Platnost	Cena
Dálniční kupón do celkové hmotnosti 3,5 t	1 rok	1 500 Kč
Dálniční kupón do celkové hmotnosti 3,5 t	1 měsíc	440 Kč
Dálniční kupón do celkové hmotnosti 3,5 t	10 dní	390 Kč

Platnost dálniční známky

Měsíční kupóny nabývají platnost datem vyznačeným na kupónu a končí uplynutím dne bezprostředně následujícího měsíce, který je číselně shodný s dne nabytí platnosti kupónu. Vychází-li tento den v následujícím měsíci na den, který v tomto kalendářním měsíci není, připadá konec platnosti kuponu na jeho poslední den. Např.: Zakoupíte-li měsíční kupón 30. 1. 2012, tak platí do 28. 2. 2012.

Desetidenní kupóny začínají platit ode dne vyznačeným na kupónu a končí po uplynutí desátého kalendářního dne. Dálniční známky pro rok 2012 je třeba využívat na všech úsecích.

Informace o dálničních známkách 2012

Výnosy z prodeje dálničních známek jdou do příjmu Státního fondu dopravní infrastruktury. Z fondu jsou placeny opravy, údržby a výstavby dálnic a silnic. Dálničních známek pro rok 2010 se prodalo října 2010 téměř 4,4 milionu kusů. Díky tomu byl příjem ve výši 2,24 mld. Kč. Stát má připraveno vydat pro rok 2012 dát do distribuce 2,15 mil. kusů ročních dálničních známek. Měsíčních má v plánu 700 tisíc a téměř 2,72 mil. kusů desetidenních dálničních kuponů.



Adéla Hudečková
s použitím internetu

SPORT

Velká cena města Úval zakončila Újezd.net „Seriál tří závodů pro Zdraví“

Úvaly hostily závod v cross-country na horských kolech, který uzavřel povedenou sezónu Újezd.net „Seriálu tří závodů pro Zdraví“. Zajímavá technická trať přilákala jak profesionální cyklisty, tak amatéry, kteří se tak mohli porovnat s těmi nejlepšími. Janu Matouškovi a Anně Kolářové se povedlo prolétnout nejrychleji okruhy Na Vinici a stali se tak vítězi svých kategorií. A kdože se stal celkovým vítězem seriálu? Po dubnovém Warmpeace Újezdském duatlonu a květnovém Klánovickém MTBO měl vše ve svých rukou Jakub Vít a v Úvalech seriálové vítězství potvrdil. Vyrovnanější byla situace mezi ženami, kde nakonec zvítězila teprve čtrnáctiletá Anna Chotěbo-



Foto: Tomáš Eisnar

rová. Pořadatelé v rámci závodu připravili také pestrý doprovodný program, bohatou tombolu a na slavnostním vyhlášení byl předán šek v hodnotě 13 037 Kč na podporu handicapovaných sportovců ze sdružení Černí koně. O kulturní tečku se postarala kapela Medvěd 009, která svůj koncert odehrála vzdor nepříznivému počasí.

„Poděkování za celou sezónu patří především závodníkům, kteří vytvořili jedinečnou atmosféru, a na všech třech závodech jsme se mohli těšit z rekordní účasti. Naší snahou je uspořádat akce, které budou příchozí bavit a které se vyvíjejí“ prozradil ředitel závodu Ondřej Brouček. Na závěr dobrá zpráva: seriál se značkou 3+ žije dál a příští rok se můžete opět těšit na závody, které pobaví každého. Navštivte stránku www.triprozdravi.cz a dozvíte se víc.

Tomáš Eisner

Závody MO ČRS Běchovice



V říjnu se uskutečnily již tradiční závody na rybníčku v Běchovicích pořádané pro děti i dospělé Místní organizací Českého rybářského svazu Běchovice.

Závodům předcházelo zarybnění 7 q kaprů, 1 q bílé ryby (cejn, karas) a 1 q amur na náklady ČRS Praha.

Závody pro děti byly jako vždy otevřené nejen členům místních organizací z Běchovic a okolí, ale též dětem, které nejsou registrované, tj. pro příchozí.

V kategorii dospělých se mohou účastnit pouze registrovaní členové MO ČRS.

Počasí bylo přívětivé. Všem zúčastněným závodníkům se podařilo ulovit alespoň jednu rybu. Děti navíc dostaly věcné odměny, které jsme částečně zajistili sponzorsky a částečně z vlastních zdrojů organizace. Na závěr každý využil možnosti občerstvení v hospůdce u fotbalového hřiště.



Děkuji všem, kteří pomohli s organizací akce a zaměstnancům úřadu MČ za posekání trávy v okolí rybníčku. Již se těšíme na další závody.

S pozdravem
Petrův zdar

Karel Zajac
předseda MO ČRS







Foto (3): Iva Kafková

Posílení pánevního dna

Dříve se svalstvu pánevního dna nevěnovala příliš velká pozornost, teprve nedávno se rozšířilo povědomí o tom, že pánevní dno je centrem tělesné energie. Pánevní dno je významné pro náš pocit tělesné a duševní pohody, náš pocit sebehodnoty a pro náš vnitřní sebeobraz. Posílené pánevní dno nám dodává větší pocit síly, jistoty, vitality, většího sebevědomí.

K enormní zátěži a k oslabení pánevního dna dochází především v těhotenství a po porodu. Pánevní dno oslabuje také nadváha a často zaujímané nesprávné držení těla. Důsledkem neposíleného pánevního dna může být v pozdějších letech inkontinence (únik moči) při kašli, kýchání, smíchu, chůzi po schodech. Proto je třeba, nebrat posílení pánevního dna na lehko váhu a nějakým způsobem ho tabuizovat či přehlížet. Navíc pokud budete mít pánevní dno správně posílené, vyhnete se mnohým gynekologickým operacím.

U mužů se nachází v oblasti pánevního dna prostata.

Tak a teď již slíbené cviky na posílení pánevního dna:

1. Mezi kostí kostrční a sedacím hrbolem

- ❒ Postavte se rovně. Temeno hlavy se snažte vytáhnout nahoru, váš pohled směřuje dopředu.
- ❒ Pravá noha se nachází na malé stoličce nebo jiné vyvýšenině.
- ❒ Položte špičky prstů pravé ruky na pravý sedací hrbol, špičky prstů levé ruky na kost kostrční. Při tom si představujte oblast pravého zadního rohu pánevního dna. Do této oblasti se vědomě nadechujte a vydechujte.
- ❒ Při výdechu tuto stranu pánevního dna silně napněte, při nádechu ji zase uvolněte.
- ❒ Zopakujte to 4x až 6x. Zůstaňte stát rovně, ale uvolněně. Srovnejte obě strany. Vnímáte nějaký rozdíl?
- ❒ Proveďte cvičení na druhé straně.
- ❒ Zůstaňte rovně stát a ještě jednou se soustřeďte na obě zadní části pánevního dna. Jaké jsou nyní na dotek?

Soustřeďte se i na příznivý vliv na celou páteř.

- ❒ Toto cvičení můžete provádět také vsedě nebo v poloze na boku.

2. V poloze na boku

- ❒ Lehněte si na pravý bok a ohněte koleno. Hlavu položte na dolní paži. Horní paži ohněte směrem dozadu.
- ❒ Položte zadní ruku dlaní na zadeček na oblast svěrače konečníku. Špičky prstů směřují dopředu.
- ❒ Snažte se tlačit obě kosti sedací k sobě. Potom silně stáhněte zadní svalstvo pánevního dna a nasajte ho hluboko do sebe. Udržujte dál napětí, dýchejte pravidelně dál.
- ❒ Vyměňte strany.

3. V poloze na zádech

- ❒ Lehněte si na záda, chodidla postavte na zem.
- ❒ Pokud chcete, položte si pod hlavu malý polštářek, pod pánev srolovanou deku.
- ❒ Zvedněte pánev tak, aby vznikla rovná linie sahající od kolenou až k ramenům. Položte si ruku shora do klína, případně na přední část pánevního dna.
- ❒ Druhou ruku položte zdola na oblast svěrače konečníku.
- ❒ Nyní nejprve vyvolávejte přední rukou mírný tlak a soustřeďte se na přední svalstvo pánevního dna. Napněte je co nejsilněji. Snažte se je nasát dovnitř do těla.
- ❒ Vydržte toto napětí 6 až 10 sekund, poté uvolněte. Vyvolávejte zadní rukou trochu větší tlak, soustřeďte se na zadní sval pánevního dna.
- ❒ Silně ho napněte, nasajte ho dovnitř. Vydržte napětí 6 až 10 sekund, uvolněte.
- ❒ Položte pánev na zem a uvolněte.

Adéla Hudečková
s použitím internetu

DĚTSKÁ AMBULANCE – VÁNOCE 2011

MUDr. Jan Radina

V úterý 27. 12. 2011 a ve středu 28. 12. 2011 – dovolená.

V těchto dnech je zajištěn ZÁSTUP:

Ordinace praktického dětského lékaře
MUDr. Hana Kučerová, Žižkova 419, Šestajovice,
Tel: 281 961 359.

Ordinační doba pro nemocné:
Po 8–12, Út 8–11, Stř 13–17, Čt 8–11, Pá 8–12

MASÁŽE PRO VAŠE ZDRAVÍ, KRÁSU A DUŠEVNÍ POHODU

Nepodceňujte účinky odborně provedené masáže a nechte spustit ozdravné procesy ve svém těle!

Masáže jsou vhodné pro každého bez omezení věku. Účinně pomáhají řešit problémy s bolestmi svalů a kloubů, jsou nejlepším lékem na stres a únavu organizmu. **Pravidelně prováděné masáže spustí v těle samoléčící mechanizmy**, které se brzo pozitivně projeví na vaší zdravotní i psychické kondici.



Pravidelné masáže spustí v těle samoléčící mechanizmy a jsou nejlepším lékem na stres a únavu organizmu.

V běchovickém **wellness studiu FRESH BODY** si můžete dopřát z široké nabídky klasických, rehabilitačních, relaxačních i speciálních druhů masáží. **Masérka Nadiya Polyanychka**, která ve studiu masáže provádí, má nejen dlouholetou masérskou praxi, ale hlavně talent a mimořádný cit v rukou pro nalezení a **nápravu disbalancí lidského těla** … i duše. Nadiya o své práci říká: „Masáž není pouze fyzickou záležitostí, je v ní i mnoho psychologie. Uvolňuje psychické napětí, stažené a rozbolavělé svaly, zmírňuje bolest hlavy a odstraňuje nespavost. Za dobu své praxe, jsem si vypracovala vlastní způsob prováděné masáže, který přizpůsobím vždy konkrétním problémům a požadavkům klienta. K nejoblíbenějším patří kombinovaná masáž za použití technik švédské masáže, baňkování, lávových kamenů a tlakové masáže. Důležité je, aby si **klient z masáže odnesl pocit uvolnění a pohody**. Mým hlavním mottem je individuální přistup ke každému z Vás.“

Pokud by měl někdo pochyby, zvl. pánové, při pohledu na Nadiyi drobnou a útlou postavu o **dostatečné síle a tlaku** prováděné masáže, tak zdání klame, Nadiya masíruje mj. i členy hokejového týmu HC Letci Letňany a to opravdu žádní drobečci nejsou!



Studio Fresh body se nachází v komplexu „Centrum Běchovice“.



Masérka studia Fresh body Nadiya Polyanychka: „Masáž musí klientovi nejen ulevit od bolesti svalů a kloubů, ale hlavně dodat pocit uvolnění a pohody.“

Nabídka masáží studia FRESH BODY je samozřejmě zaměřena i na zpevňující a zkrášlující procedury pro ženy, např. anticelulitidní masáž s ozónovým zábalem, liftingovou omlazující masáž obličeje, remodelační masáž břicha s redukčním SPA zábalem, aj.

Oblíbené jsou i **cenově výhodné kombinace masáží**, kdy během zábalu si dopřejete uvolňující masáž šíje a ramen nebo antistresovou masáž hlavy. Balíček Silueta nabízí kompletní zpevňující program pro všechny problémové partie: břicho, hýždě, stehna. (Celou nabídku, ceník a podrobné info najdete na www.freshbody.cz.)

Před každou masáží je vhodné a velmi příjemné zajít si do vibrosauny. Tělo se prohřeje, svaly uvolní, póry v pokožce otevřou... Účinky následně provedené masáže a vyživujících olejů působí pak na vaše tělo mnohem déle a intenzivněji. V prosinci můžete navíc v běchovickém studiu FB využít akci: **„Vibrosauna ke každé masáži ZDARMA“.**

Tip na vánoční dárek: Dárkový poukaz s masáží dle vlastního výběru jistě potěší každého☺

Ochotný a příjemný personál studia FRESH BODY vás rád seznámí s celou nabídkou služeb pro dámy, ale i pro pány a doporučí tu nejvhodnější proceduru právě pro Vás.

Studio FRESH BODY najdete na adrese:
Mladých Běchovic 2,
Praha 9 - Běchovice
objednávky:
tel. 777 780 528, www.freshbody.cz

FRESH BODY

S TÍMTO KUPÓNEM ZÍSKÁVÁTE
10% slevu na vaší 1. masáž

NÁZORY OBČANŮ

BĚŽECKÝ ZÁVOD BĚCHOVICE 2.

K napsání příspěvku mě inspirovala paní Blanka Gregorová, která se do Běchovic přistěhovala a její rodina má hezký vztah k závodu „Běchovice“. Paní B.Gregorová se zmínila, že předlohou jednoho z běžců na pomníku je její bratr, který byl úspěšný v tomto závodě. Rád bych věděl, a možná i další občané Běchovic, kdo další byl předlohou pro tento pomník. Mohl by to být zajímavý článek do Života Běchovic.

Já jsem také před mnoha léty běžel dvakrát „Běchovice“, i když zdaleka ne tak úspěšně. Můj čas byl 39 min. a nějaké sekundy (už si nepamatuji). Zúčastnil jsem se mnoha amatérských závodů i v jiných sportech. A jako funkcionář jsem se podílel na založení oddílů Amerického fotbalu v ČR, zejména pak Prague Panthers, dnes tak úspěšného a v Evropě známého oddílu. Ale na „Běchovice“ jsem rád vzpomínal pro jeho neopakovatelnou atmosféru.

Když se mi naskytla před dvěma léty možnost přestěhovat se do Běchovic, neváhal jsem. Jsem vždy na startu (dnes již jako divák), na startu jsem i bytem – z okna se díváme na slavný patník č. 13. Od té doby, co jsem běžel (1985) se v Běchovicích mnohé změnilo v prostoru startu „Běchovic“, zejména v poslední době. Velmi pěkně opravený dům č. 8, oprava domu pro MÚ, park a hřiště. Je to hezký počin pro účastníky „Běchovic“, aby se u nás cítili dobře. Děkuji tímto našemu starostovi panu Ondrovi Martanovi, který má na tom lví podíl.

Přeji „Běchovicím“, aby ta neopakovatelná atmosféra každého závodu přecházela i nadále ze závodníků na diváky.

Josef Melichar

KŘÍŽOVKY, SUDOKU A JINÉ

Sudoku č. 1

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

Sudoku č. 2

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

Cílem sudoku je umístit čísla v rozsahu 1 až 9 do políček herní plochy, kterou tvoří čtverec obsahující 9 menších čtverců. Velmi důležité je, že se v žádném z 9 čtverců, řádku a ani sloupci nesmí opakovat žádné z čísel. Jinak řečeno v každém z řádků, sloupců a menších čtverců musí být všechny čísla 1 až 9.

Řešení křížovky naleznete na straně 27.

INZERCE

LÉČBA OBEZITY

PORADNA PRO LÉČBU NADVÁHY
pro dospělé i mládež poliklinika Kutná Hora

MUDr. J. POLÁK

tel: 602 721 869 www.obezitologie.cz

SERVIS PLYNOVÝCH KOTLŮ

JUNKERS, BUDERUS, DAKON, PROTHERM, VIADRUS, VIESSMAN

Servis, montáž, revize, regulace

PlynTech Kalát – tel.: 608 62 64 96 – www.plyntech.cz



REZIDENCE KLÁNOVICKÝ LES

Cesta ke zdraví a rovnováze

BOLÍ VÁS ZÁDA, HLAVA, KLOUBY

NAVŠTIVTE NOVĚ OTEVŘENOU FYZIOTERAPII

WWW.REZIDENCE-KLANOVICE.CZ
Tel. 602 527 557

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

www.dekoracemando.cz

Netušilská 335, 19016 Praha 9 - Újezd nad Lesy

!!! nový **e-shop** se vzorkovnou ve vašem okolí !!!

při osobním odběru sleva 5%, netradiční dárkové balení zdarma

vánoční nákupy v klidu a pohodlí

Dekorace MANDO Pro krásu Vašeho domova

KADEŘNICTVÍ
Mýtní 97

Velká Vánoční akce na výrobky

MATRIX

MATRIX BIOLAGE



Profesionální vlasová kosmetika přichází k Vám!

Objevte krásu ze salonu za Vánoční akční ceny.
Šampony od 179 Kč; kondicionéry od 209 Kč
Dále můžete zakoupit hloubkové regenerační kůry, laky, tužidla, gely, vosky, olejíčky.

Nově v prodeji Dárkové poukazy na služby

Najdete nás v Běchovicích, ulice Mýtní 97.
50 m od autobusové
zastávky Běchovice a naproti vchodu do Školní družiny.

Otevírací doba

Lichý týden: Po-Pá 13:00–22:00
Sudý týden: Po-Pá 7:00–16:00

Web: www.kadernictvimytni.mypage.cz

Tel. 605 538 475

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


NEŽ MNE ZDE ODLOŽÍŠ – VÍŠ, ŽE...
...nekompletní
rozebraný spotřebič
= poplatek!
Velké spotřebiče
Nářadí, hobby dílna
Střední spotřebiče
Zahrada
Malé spotřebiče
Chlazení
elektrowin
vám radí
www.elektrowin.cz
...kompletní
nerozebraný spotřebič
= zadarmo!
Chraňme společně životní prostředí!


Marketing, reklama a média.
4eight
Do Vánoc jen pár dní zbývá,
na přípravu čas ubývá.
Dárečky a PF přání,
připravíme k předávání.
Užijte si tento čas,
práci nechejte na nás.
info@agentura48.cz
603 556 489
www.agentura48.cz

Příjem a výdej fotozakázek

Zhotovení fotoknihy, blahopřání a jiných dárkových předmětů i z donesených fotografií!

Výdej po tel. dohodě kdykoliv během dne v Běchovicích, Do Říčan 371.

Při zadání zakázky přes www.Fotostar.cz, zadejte sběrnu Jan Jech.

Dotazy a informace:
tel. 606 481 222



Řešení sudoku ze strany 24

Řešení sudoku č. 1

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

Řešení sudoku č. 2

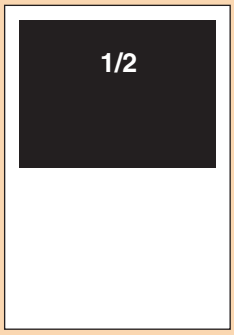
1	6	2	8	9	3	7	4	5
3	7	5	4	1	6	9	2	8
8	9	4	2	7	5	6	3	1
6	1	8	7	4	9	2	5	3
9	2	3	5	6	8	4	1	7
5	4	7	3	2	1	8	9	6
7	8	1	9	5	2	3	6	4
2	3	6	1	8	4	5	7	9
4	5	9	6	3	7	1	8	2



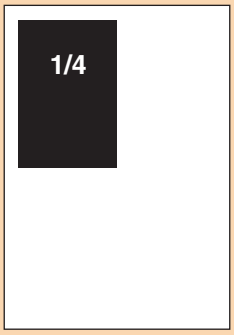
Ceník inzerce



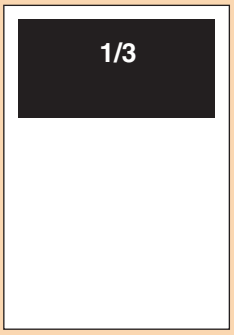
186 x 246
3 200,-/měsíc



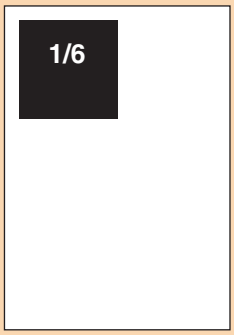
186 x 123
1 600,-/měsíc



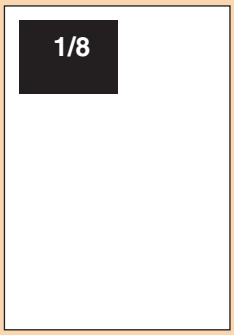
92 x 122
800,-/měsíc



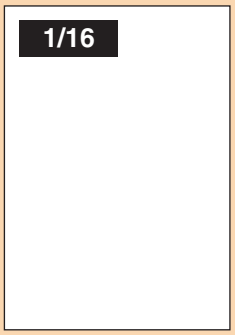
186 x 81
1 200,-/měsíc



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

Uzávěrka inzerce a příspěvků

pro č. 1/2012 je

19. 12. 2011

Redakční rada časopisu Života Běchovic tímto děkuje

panu Janu Jechovi

za všechny fotografie, které pro nás vytváří a zveřejňuje na na našich webových stránkách a tím i pravidelnou účast na akcích pořádaných naší městskou částí.

-red-

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: Jan Jech