



1/2022

Život ěchovic

On-line verzi zpravodaje naleznete na www.praha-bechovice.cz



Foto: Jan Jech

Mikulášský koncert na Staré poště...
Více fotografií na str. 13

Slovo starosty
 Úřad MČ, Rada MČ
 MŠ a ZŠ
 Klub Běcho
 Knihovna
 SSB
 Kultura
 Sport
 Okénko zdraví

str. 3
 str. 3-4
 str. 5-6
 str. 7
 str. 8
 str. 9
 str. 10 a 16
 str. 12
 str. 14

Uzávěrka inzerce a příspěvků pro č. 2/2022 je 15.1.2022

CENÍK INZERCE ŽIVOTA BĚCHOVIC



Ceník je platný od 1.1.2016

Velikost 1 strany A4-uvnitř	3 840,- Kč
Velikost 1 strany A4-poslední strana	4 480,- Kč
Velikost 1/2 strany A4-uvnitř	1 920,- Kč
Velikost 1/2 strany A4-poslední strana	2 240,- Kč
Velikost 1/3 strany A4-uvnitř	1 440,- Kč
Velikost 1/3 strany A4-poslední strana	1 680,- Kč
Velikost 1/4 strany A4-uvnitř	960,- Kč
Velikost 1/4 strany A4-poslední strana	1 120,- Kč
Velikost 1/6 strany A4-uvnitř	720,- Kč
Velikost 1/6 strany A4-poslední strana	840,- Kč
Velikost 1/8 strany A4-uvnitř	480,- Kč
Velikost 1/8 strany A4-poslední strana	560,- Kč
Velikost 1/16 strany A4-uvnitř	240,- Kč
Velikost 1/16 strany A4-poslední strana	280,- Kč

Uvedené ceny jsou včetně DPH.

Šéfredaktor: Šárka Hudečková

Redakční rada: RNDr. Soňa Beroušková, Martina Rafačová, Dis. a Michaela Čížková

Veškeré příspěvky, inzerci a osobní zprávy přijímá sekretariát Městské části Praha - Běchovice, Šárka Hudečková, tel: 281 028 602, mobil: 725 762 710, 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: Lenka Vichová, Náklad: 900 ks

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

Reg. č. MK ČR E 19752

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

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

Milí Běchovičáci,

před vánočními svátky sedím ve své kanceláři a marně si lámu hlavu nad tím, jak začít slovo starosty nastupujícího roku. Chtěl bych se vyhnout obvyklým klišé o předsevzetích a hubnutí. Ale! ono to prostě o těch předsevzetích a hubnutí asi bude. Nebudu tedy nikoho zrazovat od novoročního entusiasmů do sportu, menší prokrastinace či čehokoli dalšího, pro náš organismus prospěšného. Každý si svou míru nových cílů musí stanovit sám. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že dlouhodobě se dá vydržet jen to, co vás bude opravdu bavit a do čeho se s chutí zakousnete.

Rok 2022 bude ale plný výzev i pro ty z nás, kteří předsevzetím neholdují. Poprat se budeme muset s vysokou mírou inflace i omezeními, které pravděpodobně přinese nová vláda. Dá se v nutné míře očekávat zdražování a utahování opasků. Věc, se kterou jako občané svedeme jen málo, ale bez které bychom se velmi brzy mohli dostat do stavu odkud není cesta zpět. Naším hlavním úkolem proto bude zatnout zuby a vydržet. Kde jsem opatrným optimistou, a doufám, že ne marným, je vývoj cen energií i pandemie covid. Jestliže náprava stavu veřejných financí bude trvat i několik let, věřím, že ceny energií i pandemie covid se podaří v letošním roce zvládnout... alespoň do únosných mezí.

Běchovice jdou do roku 22 připravené. Jak na boj s pandemií, tak na rostoucí náklady spojené s energiemi.

Budeme dále rozvíjet a kultivovat náš veřejný prostor i bohatý společenský život. A to i přes dílčí omezení, které nám zima ještě zřejmě přinese. Chtěl bych, abychom se potkali na hasičském plese i vepřových hodech, stejně jako se povedlo úspěšně uspořádat Mikulášský koncert. Dokončíme rozsáhlou přístavbu základní školy a zahájíme revitalizaci náměstí. Budeme usilovat o zmírnění dopadů dopravy do našich životů a maximalizovat požadavky na stavitele dálnic a železnic. To a mnoho dalšího. Rok 2022 je pro nás rokem opravdových výzev.

Jsem přesvědčen, že se s virem budeme muset naučit žít a přes všechna očkování a karantény začít zase normálně fungovat. Proto, pokud nebude výslovně zakázáno se veřejně vídat, budu se s vámi těšit na některé z mnoha letos připravovaných akcí na viděnou.

Do roku 2022 vám přeji hodně štěstí a zdraví. Ať máte úspěch ve všem, co děláte a udržíte si životní optimismus.



Ondřej Martan
váš starosta

ÚŘAD MČ PRAHA - BĚCHOVICE

Termíny zasedání Zastupitelstva MČ Praha - Běchovice

Zastupitelstvo MČ Praha – Běchovice usnesením číslo 129/17/21 ze dne 15.12.2021 schválilo termíny zasedání Zastupitelstva MČ Praha – Běchovice v roce 2022

- 16.2. 2022
- 20.4. 2022
- 15.6. 2022
- 21.9. 2022
- 14.12.2022

a to vždy od 18 hodin ve velké zasedací místnosti Úřadu MČ Praha – Běchovice.

POPLATKY ZE PSŮ

UPOZORŇUJEME CHOVATELE PSŮ, ŽE TERMÍN PRO ZAPLACENÍ POVINNÉHO POPLATKU ZE PSA ZA LETOŠNÍ ROK SKONČÍ POSLEDNÍM DNEM LHŮTY, tj. DNE 31.3.2022.

Po uplynutí této lhůty bude všem dlužníkům podle platné právní úpravy vyměřena dlužná částka platebním výměrem a zároveň může být poplatek zvýšen až na trojnásobek.

Úhrada bankovním převodem na účet:

2112140621/2700, KS: 1341, VS (číslo na přihlášce vpravo nahoře v kroužku), do poznámky uveďte jméno poplatníka.

Tyto údaje jsou nutné pro identifikaci platby.



ÚMČ Praha - Běchovice

Na svém 81. jednání dne 1.12.2021 mimo jiné Rada MČ projednala:

- návrh Rozpočtového opatření č. 23/21 – přesuny ve výdajích;
- návrh na poskytnutí příspěvku Mateřské škole Čtyřlístek Praha – Běchovice;
- návrh na souhlas s nákupem výpočetní techniky pro Základní školu Praha – Běchovice;
- návrh na nákup stříbrných pamětních mincí na Vítání občanů;
- návrh na odpuštění nájemného v důsledku dopadu proticovidových opatření;
- návrh na uzavření smluv s PREdistribuce, a.s. – „Dostavba 3. pavilonu CSSB“;
- návrh stanoviska MČ Praha – Běchovice k opatřením uvedených v dokumentu „Opatření sloužící ke zmírnění negativních vlivů stavby SOKP 511“ – kompenzační opatření dopadů výstavby za účelem ochrany životního prostředí;
- návrh termínů zasedání Zastupitelstva MČ Praha – Běchovice v roce 2022;

Na svém 82. jednání dne 14.12.2021 mimo jiné Rada MČ projednala:

- návrh na vydání osvědčení náhradníku o vzniku mandátu za člena Zastupitelstva Městské části Praha – Běchovice na uprázdněný mandát;
- návrh Rozpočtového opatření č. 26/21 – zvýšení rozpočtu – dotace ze SR Šablony III ZŠ Běchovice;
- návrh Rozpočtového opatření č. 27/21 – úpravy rozpočtu 2021;
- návrh na plán kulturních, sportovních a společenských akcí pořádaných MČ Praha – Běchovice v roce 2022 a výši finančních příspěvků poskytnutých na jednotlivé akce;
- návrh na likvidaci a vyřazení majetku z účetní evidence příspěvkové organizace Mateřská škola Čtyřlístek Praha – Běchovice;
- návrh na vyřazení majetku z účetní evidence příspěvkové organizace Základní škola Praha – Běchovice;
- souhlas s rozšířením účelu dotace z grantového programu poskytnuté Sociálním službám Běchovice z.ú.;
- návrh na odpuštění nájemného v důsledku dopadu proticovidových opatření;
- žádost nájemce prostor k podnikání Stará pošta provoz 3 a 4 o snížení nájemného;
- návrh na přidělení jednotky dostupného bydlení pro seniory;
- návrh na uzavření dodatku ke smlouvě o nájmu bytové jednotky v nemovitosti č.p. 1, Praha – Běchovice, byt č. 3–1. prodloužení;
- návrh na souhlas s nabídkou na zahradnické práce – výsadbu dubů na cyklostezce za HZS;
- návrh na souhlas s nabídkou na zahradnické práce – výsadbu za poškozené jeřáby v ulici Do Říčan;
- návrh na uzavření Dodatku č. 1 ke Smlouvě o dílo se společností Kontiga s.r.o. na zpracování projektové dokumentace „Cyklostezky 2020“;
- návrh na schválení zhotovitele studie „Úprava účelové komunikace u bytového centra – DVZ“;
- návrh na schválení zhotovitele studie „Návrh chodníku a úprava komunikace v ulici K Železnici“;

- návrh na souhlas s uložením kanalizační, splaškové přípojky k pozemku parcela č. 875, k.ú. Běchovice, do místní komunikace Pplk. Nováčka 426;
- návrh na souhlas s povolením vjezdu na místní komunikace vozidly o hmotnosti vyšší než 6 tun;
- návrh na schválení výběru dodavatele pro VZMR s názvem „Dodatečné stavební práce a dodávky pro ZŠ Běchovice“;
- souhlas s využitím nabídky prezentace Městské části Praha – Běchovice na omalovánkách Bezpečně na silnici;
- návrh na souhlas se zpracováním realizační PD na přeložku kabelů pro stavbu „Praha-Běchovice, Mladých Běchovic, přeložka kvn, knn, SDK“;
- návrh na uzavření Dodatku č. 3 ke Smlouvě o dílo se společností Tiskárny Úvaly, spol. s r.o.;
- návrh na zaslání podnětu a žádosti o spolupráci hl. m. Praze – vraky ve VÚ

RNDr. Soňa Beroušková
tajmnice ÚMČ

ÚŘAD MČ PRAHA - BĚCHOVICE

ÚMČ Praha - Běchovice



Českobrodská 3
190 11 Praha 9



+ 420 281 028 611



podatelna@praha-bechovice.cz

Úřední hodiny:

Pondělí	8-12	13-17
Středa	8-12	13-18
Pátek	8-12	

**Ve vnitřních prostorách úřadu
platí povinnost nosit respirátor.**



Mikuláš v Mateřské škole Čtyřlístek

Také v letošním roce přišli do školky nadělovat dárečky Mikuláš, Čert a Anděl. Tentokrát, vzhledem k opatřením, jsme se rozhodli, že Mikuláše budou dělat paní kuchařky a paní uklízečka. A tak se dopoledne převlékly do kostýmů, připravily si košíky s nadílkou a mohlo se začít.

V jednotlivých třídách jim děti zazpívaly koledy, zarecitovaly básničky. Potom jim Mikuláš přečetl, jaké měly malé hříšky během roku a děti slíbily, že se polepší.

Všem se setkání moc líbilo a děti si domů odnesly mikulášský balíček. Děti z Berušek se bohužel setkání kvůli nařízené karanténě nemohly zúčastnit, ale o balíček nikdo nepřišel. Na čertíky si děti zahrály jiný den v týdnu.

Eva Mašitová
ředitelka MŠ



Foto (3x) : Eva Mašitová

Školní družina se v prosinci činila

Děti ze Školní družiny se v prosinci činily. Pilně trénovaly koledy, které jsme sestavili pro vystoupení na běchovické Mikulášské. Všechny se krásně oblékly do kostýmů andělů, pastýřů, zvířátek, Josefa a Marie a na nádvoří Běchovického dvora zazpívaly koledy rodičům i všem ostatním divákům.



Moc se jim to povedlo.

Celý měsíc všichni pilně vyráběli různé ozdoby, svícny, závěsy do oken a další vánoční „parádičky“ domů a také, pro seniory do domu s pečovatelskou službou, se kterými sousedíme a moc rádi jsme jim je pro radost, předali.



Foto (3x) : archiv školní družina

Za odměnu nás pak na konci měsíce čekal výlet do Svíčkárny Rodas, kde si děti vyráběly vánoční čokoládu a na úplný závěr vánoční divadelní představení divadla DAMDAM.



Do nového roku 2022 přejeme všem hlavně zdraví.

Děti a vychovatelky ŠD

SUDOKU

Sudoku č. 1

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

Sudoku č. 2

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

Co máme za sebou a co nás čeká?

V prosinci napadl sníh a spolu s ním na nás všechny padla i vánoční nálada. Od začátku měsíce jsme se ponořili do adventní atmosféry, což znamená, že jsme vyráběli ozdoby, přáníčka a povídali si o tom, jak kdo doma slaví Vánoce.

Naše slavnostní naladění vyvrcholilo ve středu 15. prosince, kdy jsme uspořádali vánoční párty nejen pro děti, ale také pro jejich rodiče a mladší sourozence. A protože jsme nechtěli, aby se spolu s dobrou náladou šířil po klubu i covid, přesunuli jsme se ven. Vyndali jsme stoly, cukroví a spoustu barevných papírů a vánočních ozdob, které si děti u nás v klubu předpřipravily, aby je mohly zdobit a vybarvovat. Naštěstí nám přálo počasí a my se tak mohli seznámit i se sousedy, kteří žijí v blízkosti klubu. Některé už známe od vidění, protože kolem našich oken třeba chodí venčit psa, jiné jsme viděli poprvé. Všichni jsme odcházeli s prsty ulepenými od cukroví, lepidla a třpytek, ale náramně jsme si to užili.

Přestože naše vánoční party vypukla ještě před Štědrým dnem, my v klubu jsme dostali několik krásných dárků. První z nich je nová velká místnost. Využíváme ji hlavně na pohyb všeho druhu. V klubu se tak rozmohly různé hry, výzvy, opičí dráhy, diablo, žonglování nebo závody v tom, kdo udrží pingpongový míček nejdéle ve vzduchu. Někdy si použijeme hudbu a tancujeme.

Jestli je ti venku zima, ale přesto máš chuť si trochu zasportovat, přijď se k nám podívat, co všechno se u nás dá dělat! Z čeho máme ale největší radost je, že spoustu aktivit a nápadů vymýšlíte vy, děti. A my se jen nestačíme divit, jak ze starých krabic vznikají před našima očima bunkry a pevnosti, z nafukovacích balonků nás učíte vyrábět obaly na mobil nebo vymýšlíte nové hry s novými pravidly.

Druhým dárkem, který potěšil nás, a ještě víc potěšil všechny děti, je stavebnice Lego. Máme totiž nově na klubu doslova hromadu krabic Lega. Chvilími to v klubu vypadalo jako na kurzu jógy, protože všichni soustředěně stavěli a stavěli a někteří u toho vydrželi celé hodiny.

A co nás čeká v lednu? O vánočních prázdninách byl klub zavřený. To ale neznamená, že bychom zaháleli. Naopak jsme vymýšleli program na příští rok. Čekají nás odpolední workshopy, kdy se naučíme úplně nové dovednosti, víkendové akce, přespávačky a v létě snad i několikadenní výjezd. Máme se všichni na co těšit!

A do té doby k nám můžeš přijít každé pondělí a středu od 12.00-17.00 a ve čtvrtek od 12.30-17.00. Kromě spousty aktivit si u nás také můžeš udělat domácí úkoly, domluvit si doučování nebo s námi probrat, když tě něco trápí. Jsme v Běchovicích pro všechny děti a mladé lidi od 9-18 let, jsme zadarmo a jsme anonymní, což znamená, že k nám nepotřebuješ žádnou přihlášku. Znamená to ale také, že když se nám s něčím svěříš, zůstane to jenom mezi námi. Těšíme se na tebe i na celý nový rok!

Zuzanna Zelenková Bedřichová



Foto (4x): Neposeda, z.ú.



Neposeda

MÍSTNÍ KNIHOVNA PRAHA – BĚCHOVICE



Za Poštovskou zahradou 479
 úterý 9–12 15–18
 čtvrtek 12–18
 www.knihovna-bechovice.cz
 tel: 703 148 033

Milí čtenáři,
 po vánočních prázdninách se knihovna opět vrací do běžného provozu. V závěru loňského roku byla pořízena řada nových knih, doufám, že si vybere každý z vás. O některé z nich může být velký zájem, využijte proto možnost si tyto novinky rezervovat, buď přímo ve vašem online čtenářském kontu, nebo telefonicky, emailem či při návštěvě knihovny.

Hana Santolíkova
 knihovnice

Historické romány

Ken Follett: Kolo štěstěny
 Muž s podivnou minulostí
 Rebecca Gablé: Úsměv štěstěny
 Mirka Zlatníková: Marie Terezie – Tchyně Evropy
 Ildefonso Falcones: Malíř duší
 Luca di Fulvio: Všechny touhy vedou do Říma
 Hana Whitton: Vyzvědačka jejího veličenstva
 Judith Kinghornová: Ozvěna Soumraku

Detektivky a napětí

Karen M. McManusová: Rodina především
 J. P. Delaney: Slušní lidé
 Jane Corryová: Pokrevní sestra
 Bernard Minier: Údolí
 Jeffery Deaver: Poslední důkaz

Knihy českých autorů

Libuše Štědrá: Lidka z Malé Strany
 Patrik Hartl: 15 roků lásky
 Karel Šíp: Do hrobu si to nevemu
 Michal Viewegh: Dula
 Miroslav Žamboch: Kapitán
 Michael Třeštík: Hodně jsem nikde
 Miroslav Macek: Saturnin se představuje
 Petra Stehlíková: Naslouchač
 Alena Damijo: Češka v Anglii
 Mirka Skočilková: Opuštěný dům
 Kateřina Procházková: 5. patro bez výtahu
 Radka Třeščíková: Tajemství

Světová beletrie

Kelly Rimmerová: Utajená dcera
 Anne Youngsonová: Tři ženy a člun
 Jane Johnsonová: Dům na útesu
 Ocean Vuong: Na zemi jsme na okamžik nádherní

Knihy pro mládež

Ransom Riggs: Sirotčinec slečny Peregrinové, Kniha pátá – Ptačí sněm
 Kasie Westová: Okamžik pravdy
 Leigh Bardugová: Prohnité město
 Griša – Zkáza a naděje
 Kim Liggettová: Prokletý rok
 W. Bruce Cameron: Psí domov
 Jeff Kinney: Deník malého poseroutky 16. – Velká šance

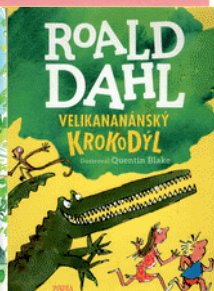
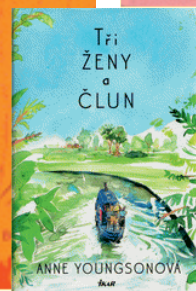
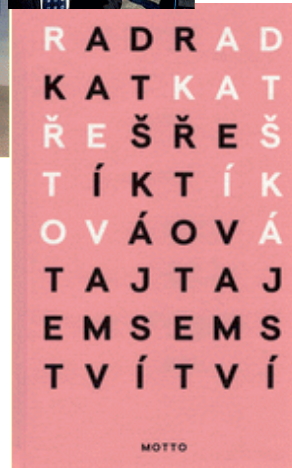
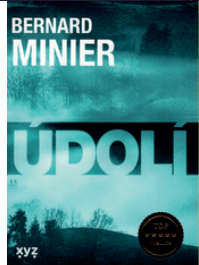
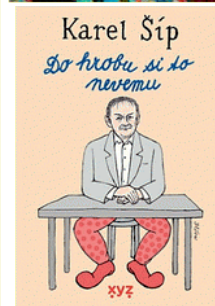
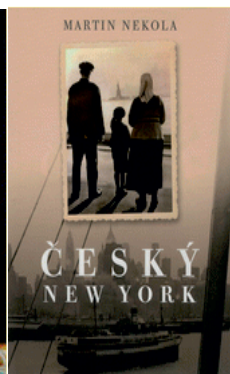
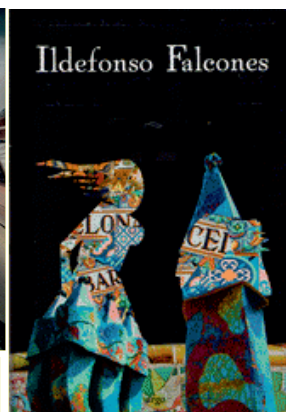
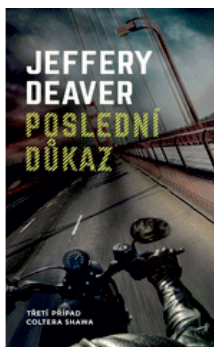
Pro nejmenší děti a malé čtenáře

Daniela Krolupperová: Tady straší naši
 Jak kouzlo do houslí vklouzlo
 Bubáček a klobouková vila

Eva Papoušková: Sára Kalamita
 Zuzana Pospíšilová: Kouzelná třída – Další kouzlení
 Roald Dahl: Velikananášský krokodýl
 Dori Hilestadová: Strašidelná knihovna – Tajný pokoj
 Liz Kesslerová: Emily Vichrná a hrad v mlze

Literatura faktu

Petr Sojka: Příběhy pražských dvorků
 Martin Nekola: Český New York
 Miroslav Karas: A odkud bych asi tak byl?



SOCIÁLNÍ
SLUŽBY
BĚCHOVICE

Vážení čtenáři,

rok 2021 již odešel a byl v mnohém naplněn novými zkušenostmi, událostmi a také výzvami. Významnou skutečností bylo, že ke konci roku, po 14 letech práce pro klienty a organizaci, odešla sociální pracovnice Martina Rafačová. Sluší se, abych Martině na tomto místě poděkoval za její svědomitou práci pro organizaci, klienty, rodinné příslušníky a další, kteří její znalosti a schopnosti využili, aby vyřešili mnohdy složitou sociální situaci, ve které se díky přirozenému či nepřirozenému běhu života ocitli. Její práce měla atribut profesionality, trpělivosti, komunikačních dovedností na vysoké úrovni. Vždy byla ochotná spolupodílet se na akcích, událostech, které přinášely radost a pohodu do života především seniorské klientely a zároveň spoluvytvářely příjemné pracovní prostředí. Každý člověk je originál a musím konstatovat, že na tento „originál“ budeme s vděčností vzpomínat.

Sociální služby Běchovice, samozřejmě nemohou být bez sociálního pracovníka, který je klíčovou osobou jak pro uživatele služeb, tak pro organizaci. V souvislosti s odchodem Martiny bylo nezbytné hledat novou členku do pracovního týmu. Hledání se podařilo, a tak je možné se těšit na to, že nová sociální pracovnice Nela Kubálková bude dalším „originálem“ a pomocnou rukou do života.

Zároveň bych touto cestou rád poděkoval všem ostatním zaměstnancům organizace, za jejich celoroční práci pro uživatele služeb a jejich nejbližší. Práce, kterou mnoho lidí považuje za něco, co může dělat každý, ale k tomu, aby mohl člověk pomáhat druhému a vytvářet příjemné, stabilní zázemí, je zapotřebí mnoho vlastností, dovedností a schopností.

Přeji všem do nového roku pevné zdraví a klid do života.

S pozdravem a díky
Martin Stromský
ředitel SSB



Foto (3X) : Martina Rafačová

**Velmi děkujeme všem dárcům, kteří
se opět zapojili do akce
PŘÁNÍ SENIORŮ Z BĚCHOVIC.**

Zvládli jsme udělat radost osmnácti konkrétním lidem s mnohdy pohnutými životními cestami. Také jste obdarovali klienty společnými dárky a splnili některá velmi složitě sehnatelná přání. Klobouk dolů před vámi! Kéž byste kolem sebe měli takové lidi, jakými jste právě vy sami – lidmi, kteří myslí na druhé.

Přejeme všem mnoho dobrého do roku 2022, hodně zdraví, soudržnosti a respektu.

Martina Míková a Martina Rafačová

PODĚKOVÁNÍ OD OSLAVENCŮ



Děkuji MČ Praha – Běchovice za blahopřání k mým narozeninám a za dárek. Moc si toho vážím.
Pevné zdraví vám všem.

paní Náměstková

Děkuji panu starostovi a panu radnímu Jiříkovi za blahopřání k mým jmeninám.

Jarmila Vlková

I. COUNTRY VEČER S



Nota Bene

.. grass music

Kdy: 5.2.2022 od 19 hodin

**Kde: Sál na Staré poště v
BĚCHOVICÍCH**

Taneční vystoupení zajistí jistě
s velkým úspěchem skupina

KLEPETO

Další taneční překvapení se zcela nevyklučuje :-)

Country tance učí a večerem

provází Jiří Jeff Vašák

vstup 150,- Kč

CARAMELLA



Česko-anglická ZŠ a MŠ v Praze 9

individuální přístup

angličtina, španělština a němčina

s rodilými mluvčími

moderní vyučovací metody

celoroční program
„učíme se venku“

Přijďte se k nám

kdykoli podívat.

AKREDITACE
MŠMT

Victoria School s.r.o.

ZŠ: Slavětínská 82, Praha 9-Klánovice
MŠ: Lunikovská 2454, Praha 9-Újezd nad Lesy
737 456 654, steklacova@victoria-school.cz



Česko-anglická
ZÁKLADNÍ
ŠKOLA
v Klánovicích

ANGLICKÁ
MATEŘSKÁ
ŠKOLA
v Újezdě
nad Lesy



www.victoria-school.cz

**Půjčovna lyží
skiservis**

Po - Pá 9.00 - 18.00
So 9.00 - 12:00

Náchodská 708/79, Horní Počernice, Praha 9

www.cyklopocernice.cz 281 928 897

20
LET
2002-2022

MONTANA
AUTORIZOVANÝ SKI SERVIS

Plus Group
WINTERSTEIGER
Ski & Board Tuning

Bezkonkurenční ceny
půjčovny
a skiservisu

SUDOKU - řešení

Sudoku č. 1

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

Sudoku č. 2

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

ZDE BY MOHL BÝT VÁŠ INZERÁT
Velikost 1/8 A4
Cena 480,- Kč (včetně DPH)

Prosincový covid Sršňům zkazil halové plány

Běchovičtí sršni jsou na prahu roku 2022 plni sil a radosti z fotbalu! Probíhají tradiční týdny zimní přípravy. Všechny naše věkové kategorie trénují v hale, je důležité neztratit cit pro míč, a také neztratit kondici. Zahrát si rychlý fotbálek s mantinely je totiž paráda! Trenéři na všechno odborně dohlíží, příprava zejména mladších kategorií je zaměřena na celkovou tělesnou přípravu, nejen na kopání do balónu.

Prosinec nám všem bohužel přinesl i zklamání. Další covidová vlna nám překazila turnajové plány. Na program jsme v naší domácí hale měli několik turnajů, těšila se školička i mladší a starší přípravek. Turnaje jsme ke smutku nás všech museli zrušit. Nekonal se ani populární Mikulášské turnaje Běchovických sršňů. Víme, že leckde své turnaje i tak pořádali, ale většinou v nafukovacích halách, kde je zajištěna rychlá cirkulace vzduchu. Nám se to u nás z důvodu epidemické situace zdálo příliš riskantní. Doufáme proto, že běchovické turnaje 15.ledna pro školičku a mladší přípravek, stejně jako 12.února a 26.března, zorganizujeme už bez problémů.

S malým zpožděním přejeme všem čtenářům, hráčům i jejich rodičům úspěšný rok 2022. A hlavně už bez covidu...

P.S. Stále platí naše pozvání! Přivítáme každého nováčka, který by si rád zahrál za Běchovické sršně. Kluky i holky!

Rodiče nových Sršňů najdou potřebné kontakty na našich stránkách www.bechovictisrsni.cz v sekci NÁBOR.

Alan Hejma



Foto (3x): Archiv Sršni

Mikulášský koncert dne 4. 12. 2021



Vystoupení dětí ze školní družiny



Vystoupení dětí z běchovického Sokola



Ohnivá show Ilusias



Výrobky klientů a zaměstnanců SSB, které bylo možné koupit za dobrovolný příspěvek



Andělská nadílka



Mikuláš si poslechl mnoho krásných písní a básniček

Foto (8x): Jan Jech

První sníh v družině



Sněhová nadílka v družině



Sněhová nadílka v družině

Úplněk v lednu 2022

Kdy nastanou a jak vás mohou ovlivnit?

Měsíc v úplňku má tajemnou moc a magickou sílu. Každý z nás snáší toto období jinak, každopádně úplněk působí na psychiku i fyzickou stránku většiny z nás. Kdy bude úplněk v lednu 2022? Jak vás mohou ony úplňky ovlivnit a co při nich dělat nebo nedělat? Podle starých indiánských tradic má každý úplněk své jméno podle toho, co se obvykle v období, kdy k úplňku docházelo, dělo.

Lednovému úplňku říkali indiáni **vlčí**, protože právě v této době bývala velká zima, často i hodně sněhu a vlčí smečky hladově vyly kolem indiánských vesnic.

Leden 2022

· **18. ledna 2022 ve 00:48 hod.;**

· vlčí úplněk ve znamení Raka;
· úplněk, který bude stejně jako ten předešlý mimořádně zářivý, vás může zaskočit negativními emocemi, plačtivými náladami, úzkostmi nebo sebelítostí, kterým byste rozhodně neměli podléhat. Pro Raka je důležité úzké spojení s rodinou a přáteli, což mu dává pocit stability. Využijte toto období k tomu, abyste se víc věnovali svým blízkým, buďte vděční za to, co v životě máte. Dobu kolem úplňku můžete využít i k zútulnění svého bydlení;
· **zdraví:** Rak ovlivňuje trávení, zejména žaludek, játra, žlučník a dvanácterník, citlivé jsou i ženské orgány, prsa, děloha. Pozor na pálení žáhy a citlivou psychiku, kterou uklidní například čaj z meduňky;

10 věcí, které byste při něm (ne)měli dělat

Úplněk s sebou nese dobré i špatné a je dobré vědět, jak jeho síly využít. Čeho byste se měli v době kolem úplňku vyvarovat a čemu je dobré věnovat pozornost? Obvykle se například nedoporučuje jakýkoliv lékařský zásah. Ale hlavních doporučení je hned deset.

1. Vyhněte se lékařským zákrokům

Je obecně známo, že za úplňku se zhoršují nemoci, rány se nehojí a více krvácejí, záněty více hnisají. Říká se, že je v této době i více infarktů. Můžete také pociťovat větší bolest, například hlavy nebo zad. V době před úplňkem a při něm je velmi vhodné vyhnout se jakýmkoli operacím a zdravotním zákrokům, třeba i trhání zubů.

2. Ženy mohou otěhotnět

Úplňku se připisují blahodárné účinky na plodnost. Říká se, že v přírodních národech ženy menstruovaly všechny najednou o novoluní. To znamená, že jejich nejpłodnější dny byly právě během úplňku. Pokud toužíte po miminku a váš kalendářní termín ovulace se shodne s dobou úplňku, může být šance na otěhotnění hodně vysoká.

Některé starší studie také uváděly, že se v době úplňku rodí více dětí. Později se ale ukázalo, že šlo buď o náhodu, nebo se na zvýšení počtu porodů ve sledovaném období podílely i jiné faktory.

3. Pozor na to, co sníte

V dorůstající fázi Měsíce má tělo tendenci ukládat energii a tloustnout. Je to, jako kdyby metabolismus najednou hrozně zpomalil. V těchto dnech proto dávejte velký pozor na to, co jíte, protože všechny potraviny, které do sebe vpravíte, mají dvojnásobnou energii. Ve chvíli, kdy se Měsíc dostane do úplňku, tělo všechnu přijatou energii začne

přeměňovat na tuky. Snažte se tedy hodně odlehčit stravu, pít bylinné čaje, dopřávat si hodně zeleniny a salátů. Můžete si naplánovat i jednodenní očistnou kúru.

4. Možná se moc nevyspíte

Úplněk je často dáván do souvislosti s nespavostí. Reagují na něj hlavně citlivější lidé, které může trápit kromě nespavosti i náměsíčnost nebo noční můry.

5. Můžete mít zlé sny

S úplňkem je spojena zvláštní energie, která na člověka působí i v době, kdy spí. Je tedy možné, že se vám v této době budou zdát dynamické a velmi živé sny. Vyplovají v nich na povrch potlačované emoce a pocity našeho podvědomí, které v bdělém stavu nevnímáme.

6. Vyznejte někomu lásku

Úplněk v lidech odedávna vyvolává romantickou náladu. Je to období, které přeje milostným vztahům. Obzvláště účinná jsou v těchto dnech vyznání lásky, upevňování vztahů a odpuštění. Kterým znamením bude v lásce nejvíc práno? Přečtěte si horoskop lásky na rok 2021.

7. Relaxujte

V období kolem úplňku mohou hlavně citlivější lidé pociťovat nervozitu, úzkost nebo větší stres. Snažte se proto dělat v této době příjemné věci, relaxujte, přečtěte si hezkou knihu, pustte si oblíbený film, zajděte si do přírody. Nejenže vás to uklidní, ale vaše prožitky budou mnohem intenzivnější než v jiných dnech.

8. Využijte větší sílu bylinek

Už naši předkové věděli, že byliny se mají sbírat právě za úplňku, jelikož mají největší sílu. Obzvláště to platí u kořinků rostlin. Ty ale nesmí přijít do kontaktu s měsíčním světlem, jinak by svou sílu ztratily. Během úplňku je také dobré si vyrobit mastia krémy právě z bylin nasbíraných v této době.

9. Nic nepodepisujte

Úplněk ovlivňuje i naše myšlenkové pochody a říká se, že není dobré v této době podepisovat žádné důležité smlouvy nebo jiné dokumenty. Můžeme totiž přehlédnout některé důležité informace. Doporučuje se počkat pár dnů, až bude vaše mysl vyrovnanější a čistší.

10. Nezasťihujte květiny

Během úplňku jsou velmi citlivé i nadzemní části rostlin, proto se v této době nedoporučuje zaštipovat nebo zastříhovat květiny a rostliny, a to ani pokojové, stříhat živé ploty nebo prořezávat stromy či keře.

Šárka Hudečková
s použitím internetu



ZÁKLADY LATINSKOAMERICKÝCH TANCŮ

Taneční kroužek v Běchovicích

**10 lekcí
od 19.1.2022**

15-16h (6-11let)

16-17h (12-17let)

Cena: **1500Kč**

Kde tančíme:

Richtrova 536,
Praha 9-Běchovice
(zrcadlový sál v místní sokolovně)

Kontakt:

chytkova.libuse@gmail.com

Lektorka:

Libuše Hybšová

- vicemistryně MČR v latinskoamerických tancích
- mistryně ČR v showdance, porotkyně a trenérka



AKCE MČ 2022

TERMÍN KONÁNÍ	POŘADATEL	NÁZEV AKCE
1.1.2022	MČ	Novoroční ohňostroj
19.2.2022	MČ	Dětský karneval
1.4.2022	MČ, knihovna	Noc s Andersenem
30.04.2022	MČ, SDH	Pálení čarodějnic + koncert
05.05.2022	MČ	Pietní akty
14.05.2022	MČ	Vinný košt
04.06.2022	MČ	Den Běchovic
15.06.2022	MČ, knihovna	Pasování na čtenáře
25.06.2022	MČ	Běchovická Harmonika
15.07.2022	MČ	Letní kino
19.08.2022	MČ	Letní kino
27.08.2022	MČ, SSB	Den zdraví
03.09.2022	MČ	Svátek sousedů + Letní kino
17.09.2022	MČ	Slavnosti vína
3. - 7.10.2022	MČ, knihovna	Týden knihoven
02.10.2022	MČ,SDH	Drakiáda
28.10.2022	MČ	Den vzniku samostatného Československa
17.11.2022	MČ, SDH	Lampionový průvod
19.11.2022	MČ	Ples
26.11.2022	MČ, knihovna	Den pro dětskou knihu
27.11.2022	MČ	Rozsvěcení vánočního stromku
03.12.2022	MČ	Mikulášská besídka
01.12.2022	MČ	Adventní koncert
během roku 2022	MČ, Knihovna	Autorské čtení
	MČ	Koncerty na Staré poště