

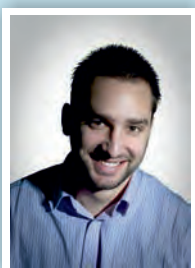


Život Běchovic



Zpravodaj MČ Praha - Běchovice

únor 2013



Slovo starosty

Milí Běchovičáci,

měsíc leden o sobě nenechal dlouho pochybovat a dostal svému jménu navzdory nadprůměrně teplému období okolo Vánoc a Nového roku. Stejně tak, jak se očekávala sněhová nadílka, očekávaly se v měsíci lednu i výsledky prvních prezidentských voleb. Oproti původním předpokládaným favoritům se do druhého kola dostali Karel Schwarzenberg a Miloš Zeman.

V naší městské části byla v prvním kole velice dobrá účast. V Běchovicích 1 téměř 70%, v Běchovicích 2 přesáhla volební účast těsně hranici 80 %. S výrazným náskokem zvítězil v obou volebních okrscích Karel Schwarzenberg. Co přineslo kolo, druhé čtenáři již zřejmě vědí. V době jeho konání probíhá tisk tohoto vydání. Věřím, že výběr ukáže budoucí směřování naší země a také momentální náladu ve společnosti. Na výsledek jsem skutečně moc zvědav! *

Jak se sluší a patří, pozvu Vás na již osvědčené kulturně společenské akce v měsíci březnu. Na únor jsme tentokrát nezapomněli, ale kombinace termínů jarních prázdnin nás donutila posunout termín Masopustního dne na 2. března. Navštívit ho rozhodně stojí za to a pozvánku najdete uvnitř tohoto vydání. Masopustní veselí bude probíhat v dopoledních hodinách, na večer je pak připravena večerní zábava v maskách. Rozhodně si obě akce nenechte ujít.

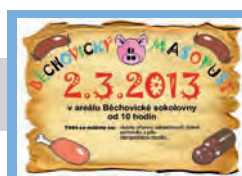
Prožijte měsíc únor ve zdraví a třeba na masopustu se těším na shledanou.

Ondřej Martan
Váš starosta

*pro přehlednost přikládáme tabulku s výsledky prvního kola obou volebních okrsků v naší MČ. Zároveň se omlouvám za špatně uvedené termíny pro první kolo voleb ve Slově starosty na leden.



1. kolo voleb prezidenta u nás v Běchovicích...více na str.3



Pozvánka na Běchovický
Masopust ...více na str. 10-11

Zápis prvňáčků do ZŠ...str. 7-8



Předvánoční čas v MŠ...str. 6-7

V Životě Běchovic 2/2013 najdete:

Slovo starosty	str. 1
Zastupitelstvo, Rada, Úřad MČ	str. 2-3
Ohlédnutí za dnem v Běchovicích	str. 4-6
ZŠ a MŠ	str. 6-9
CSSB	str. 9
Kultura	str. 10-11
Knihovna	str. 12
Neposeda	str.13-14
Sport	str. 15
Sudoku	str. 15
SDH Běchovice	str. 16
Okénko zdraví	str. 17 a 18
Poděkování od oslavenců	str. 19
Inzerce	str. 19





ZASTUPITELSTVO, RADA, ÚŘAD MČ



INFORMACE z jednání Rady MČ Praha - Běchovice

na svém 56. jednání dne 17.12.2012 RMČ mimo jiné projednala:

- řešení smluvních závazků vyplývajících z nájemní smlouvy na nájem budovy č. p. 1 – Stará pošta
- výběr externího subjektu na administraci a realizaci veřejné zakázky na výběr poskytovatele úvěru způsobem otevřeného zadávacího řízení
- vyhodnocení soutěže o nejhezčí historickou fotografii Běchovic
- souhlas s uzavřením Smlouvy o smlouvě budoucí o připojení na distribuční síť s PREdistribuce, a.s.
- souhlas se stavbou garáže a zahradního domku na pozemcích parc.č. 324 a 325 v k.ú. Běchovice ve vlastnictví Jiřího Váni
- zajištění opravy hasičského vozidla KAROSA
- vyhodnocení nabídek v rámci veřejné zakázky malého rozsahu "TDI - na akci Snížení imisní zátěže z dopravy pomocí izolační zeleně v Praze - Běchovicích"
- vyhodnocení nabídek v rámci veřejné zakázky malého rozsahu "Dodávka komunálního vozidla pro údržbu chodníků"
- vyhodnocení nabídek v rámci veřejné zakázky malého rozsahu "Autorský dozor investora na akci Snížení imisní zátěže z dopravy pomocí izolační zeleně v Praze - Běchovicích"
- poskytnutí příspěvků na akce a na činnost na rok 2013 z rozpočtu MČ Praha-Běchovice
- úpravu rozpočtu MČ Praha-Běchovice na rok 2012
- svolání mimořádného zasedání ZMČ
- úhradu dodatečných prací vyvolaných provozními požadavky Městské policie hl. m. Prahy na zajištění služebny v bytovém domě Českobrodská č.p. 8
- zadání celoměstsky významných změn IV ÚP SÚ hl. m. Prahy

na svém 57. jednání dne 9.1.2013 RMČ mimo jiné projednala:

- schválení projektu "Izolační zeleň v ulici Do Dubče, Praha - Běchovice"
- schválení projektu "Park Běžců, Praha - Běchovice"
- uzavření Dodatku č. 1 ke Smlouvě o Roznášce informačních/propagačních materiálů číslo 982807-2538/2011
- vyhodnocení nabídek na uzavření smlouvy o zákaznickém úvěru na nákup komunálního vozidla na úklid chodníků
- vyjádření k záměru "Výroba výlisků z kompozitního materiálu Menzolit BMC 2300, Sécheron Tchequie, spol. s r.o. - změna užívání výrobní plochy, Praha - Běchovice"
- přijetí účelové neinvestiční dotace z rozpočtu hl. m. Prahy na rok 2012
- vyhodnocení veřejné nabídky ze dne 26.11.2012 na nájem bytů na dobu určitou a na uzavření smluv o nájmech bytů s vybranými zájemci v nemovitosti č.p. 8 v k.ú. Běchovice
- úpravu rozpočtu MČ Praha-Běchovice na rok 2012
- úhradu faktur na opravy kotelný a vzduchotechniky v MŠ Čtyřlístek v nemovitosti č.p. 588, zapsané na LV č. 587 pro katastrální území Běchovice u Katastrálního úřadu pro hl.m. Prahu, Katastrální pracoviště Praha

RNDr. Soňa Beroušková
tajemnice ÚMČ



Volba prezidenta republiky konaná ve dnech 11.01.-12.01.2013
Výsledky hlasování - okrsek č. 750 - Běchovice I.

	Voliči v seznamu	Vydané obálky	Volební účast v %	Odevzdané obálky	Platné hlasy	% platných hlasů
1. kolo	1 087	740	68,08	739	737	99,73

Volba prezidenta republiky konaná ve dnech 11.01.-12.01.2013
Výsledky hlasování - okrsek č. 751 - Běchovice II.

	Voliči v seznamu	Vydané obálky	Volební účast v %	Odevzdané obálky	Platné hlasy	% platných hlasů
1. kolo	444	356	80,18	356	353	99,16

Volba prezidenta republiky konaná ve dnech 11.01.-12.01.2013

okrsek č. 750 - Běchovice I

číslo	Kandidát příjmení, jméno, tituly	Navrhující strana	Politická příslušnost	1. kolo	
				hlasy	%
1	Roithová Zuzana MUDr. MBA	Občan	KDU-ČSL	33	4,47
2	Fischer Jan Ing. CSc.	Občan	BEZPP	103	13,97
3	Bobošíková Jana Ing.	Občan	SBB	11	1,49
4	Fischerová Taťana	Občan	KH	27	3,66
5	Sobotka Přemysl MUDr.	Poslanci	ODS	31	4,20
6	Zeman Miloš Ing.	Občan	SPOZ	155	21,03
7	Franz Vladimír Prof. JUDr.	Občan	BEZPP	35	4,74
8	Dienstbier Jiří	Senátoři	ČSSD	83	11,26
9	Schwarzenberg Karel	Poslanci	TOP 09	259	35,14

okrsek č. 751 - Běchovice II

číslo	Kandidát příjmení, jméno, tituly	Navrhující strana	Politická příslušnost	1. kolo	
				hlasy	%
1	Roithová Zuzana MUDr. MBA	Občan	KDU-ČSL	12	3,39
2	Fischer Jan Ing. CSc.	Občan	BEZPP	26	7,36
3	Bobošíková Jana Ing.	Občan	SBB	6	1,69
4	Fischerová Taťana	Občan	KH	12	3,39
5	Sobotka Přemysl MUDr.	Poslanci	ODS	15	4,24
6	Zeman Miloš Ing.	Občan	SPOZ	58	16,43
7	Franz Vladimír Prof. JUDr.	Občan	BEZPP	25	7,08
8	Dienstbier Jiří	Senátoři	ČSSD	45	12,74
9	Schwarzenberg Karel	Poslanci	TOP 09	154	43,62



OHLÉDNUTÍ ZA DĚNÍM V BĚCHOVICÍCH

STARÁ POŠTA - pokračování příběhu

V jednom z předešlých čísel Života Běchovic jsem Vás informoval o vývoji vyjednávání se společností SAOS s.r.o., která od roku 1998 provozuje celý objekt s č.p. 1 – Starou Poštu. Krom provozu měla zajistit i kompletní rekonstrukci. Ta však neproběhla v plném rozsahu. Dle logiky věci by měla mít naše MČ možnost nájemní smlouvu vypovědět, a získat tak celý objekt do „své moci“. Jenže tomu tak není.

K úplnému pochopení celé věci by bylo třeba, aby čtenář znal znění smlouvy. Pokusím se ji tedy alespoň přiblížit tak, aby byla pochopitelná oku nezasvěceného...

V roce 1997 řešila MČ Praha – Běchovice bývalou starostkou M. Zajacovou zásadní otázku budoucnosti objektu Stará Pošta. Objekt byl v dezolátním stavu - s propadlými střechami a narušenou statikou. Sama MČ na rekonstrukci neměla peníze. Úvěry byly tenkrát až nepochopitelně drahé, a tak zbývaly dvě varianty řešení. Nechat budovu svému osudu – pravděpodobně spadnout, nebo najít (jak se dnes říká) strategického partnera. Tím se tehdy stala společnost SAOS.

MČ se SAOS, s.r.o., uzavřela na jaře roku 1998 nájemní smlouvu, ve které se nájemník zavazuje proinvestovat cca 68 milionů Kč do roku 2010 (jak jsem již zmínil, tak se nestalo) a MČ pronajme objekt zmíněné firmě na 70 let.

Ihned v roce 2010 jsme zahájili jednání. Nejprve s právním zástupcem MČ o možném dalším postupu. Začali jsme analýzou znění nájemní smlouvy. Z analýzy vyplynula nedobrá zjištění. První byl fakt, že výpověď smlouvy byla možná bez problémů a náhrady investovaných prostředků pouze do roku 2001. Tehdy měla být skončena 2. etapa rekonstrukce. Další zjištění ukázalo, že v případě jednostranné výpovědi z naší strany bychom měli za povinnost uhradit nájemníkovi veškeré proinvestované prostředky vyjma peněz jdoucích z dotací státu (dle společnosti SAOS 24 milionů Kč bez dotací). Nechali jsme si proto vypracovat znalecký posudek jedním z nejlepších znalců v naší republice, panem Motyčkou. Zadání znělo: zjistit objem investovaných prostředků za léta 1998 – 2010. Cílem bylo dojít ke zjištění realistického objemu prostředků, které byly v dané nemovitosti prostavěny. V zadání rovněž bylo i sdělení znalci, aby se ve svém odhadu držel co nejnižší při zemi, protože by mohl SAOS s.r.o. vyšší objem prostředků ve znaleckém posudku využít ke své argumentaci při vyjednávání o případném odstupu.

Znalecký posudek odhadl objem investovaných

prostředků na cca 22 milionů Kč s tím, že je od něj třeba odečíst cca 8 milionů Kč, které byly investovány v rámci dotací z ministerstva kultury.

Výsledkem tak bylo jasné číslo, které hovořilo o reálně prostavěných prostředcích a pro MČ vytvářelo jasnou vyjednávací pozici.

Právním posouzením vyplynuly vcelku jasné závěry o tom, že jít s touto smlouvou k soudu a soudit se se SAOS, s.r.o., by bylo riskantní, na dlouhé roky a také pravděpodobně velmi drahé. Na doporučení právního zástupce jsme poté podstoupili mnohá jednání se zástupci SAOS s.r.o., o možném odstoupení od smlouvy. Vyjednávání byla vedena s cílem přimět zástupce SAOS s.r.o. k vyklizení objektu bez placení odstupného. Na výzvu k vyklizení SAOS s.r.o. nepřistoupil. Další jednání byla započata s cílem dohodnout se na částce, kterou MČ vyplatí SAOS s. r. o., za vyklizení objektu a zrušení stávající, velmi nevýhodné nájemní smlouvy. Požadavky SAOS s.r.o. byly zprvu nereálné: minimálně 20 milionů Kč a dalších sedm let v nájmu, posléze „pouze“ 20 milionů Kč a teprve po mnoha dalších vyjednáváních jsme se dostali na výsledných 14 milionů Kč. Veškerá komunikace a vyjednávání jsou zaznamenána v postě MČ.

Běchovice mají na výběr z několika variant.

První nabízí bezplatně pokračovat v nájemním vztahu se SAOS s.r.o. To by nebylo dobrým rozhodnutím zejména pro Starou Poštu a občany Běchovic. SAOS s.r.o. již deklaroval, že nemá prostředky na provedení rekonstrukce, a proto by jen dále „udržoval“ nemovitost v provozuschopném stavu a vybíral by z ní nájemné. Pro obyvatele Běchovic z tohoto rozhodnutí neplyne žádná přidaná hodnota a to, co by se mohlo stát zcela novým živým srdcem MČ, by bylo ponecháno osudu.

Druhá nabízí již zmíněnou cestu pře. Jedná se o cestu velmi rizikovou, s nejistým koncem a každopádně drahou. Při negativním výsledku soudu (a máme zkušenosti různé) by v krajním případě mohla naše MČ skončit v bankrotu.

Třetí variantou je dohoda se SAOS s.r.o.. Dohoda na odstupném, rozvázání smlouvy a vyklizení nemovitosti. Dohoda, která přinutí MČ si vzít úvěr na vyplacení SAOS s.r.o. v minimální výši 14 milionů Kč.

Je třeba říci, že stávající uzavřené nájemní smlouvy bude MČ nárokovat jako součást dohody o narovnání. Roční příjem z těchto nájmu činí téměř 1 milionů Kč, což podle předběžných propočtů stačí i s přebytkem několik set tisíc na splátku úvěru.

Pokračování na str.5



Pokračování ze str.4

Situaci vnímáme všichni jako velice vážnou. Prioritním zájmem nás, zastupitelů a radních, je získat Starou Poštu zpět do rukou MČ. Zásadou je transparentní a efektivní postup vzhledem k možnostem naší městské části a k právním normám tohoto státu. Riskovat finanční ztrátu, nebo budoucnost naší MČ nelze. Zároveň je třeba, abyste o takto závažných krocích svých zastupitelů věděli, pokud možno, vše. Nelze vyloučit různá zaručená tvrzení o lepších řešeních situace. Kdyby nevznikla, měl bych podezření, že snad nejsme ani v Česku. Pravdou je, že jednání probíhala 2 roky a výstupem se stal návrh dohody, o které budou zastupitelé jednat (resp. o ní již jednali).

Jak již bylo řečeno, cílem je získat „zpět“ Starou Poštu do našich rukou. V případě úspěchu máme velikou šanci udělat z této kulturní památky opravdové živé centrum naší MČ. V opačném případě je zřejmě její osud na dlouhá léta zpečetěn.

Ondřej Martan
starosta

Rekonstrukce čp. 479 pokračuje, pousud'ťe samy.



foto (5x): Jan Jech



Zimní údržba v Běchovicích

Městské části stejně jako všechna města a obce v naší republice mají již déle než dva roky povinnost uklízet veřejná prostranství na své náklady a svými silami. Platí jasné pravidlo – čím je chodník, ten ho uklízí. Mohu s jistotou dávkou sebedůvěry konstatovat, že se podařilo zimní údržbu optimalizovat do té míry, že do 4 hodin od konce sněžení máme běchovické chodníky uklizené, zametené. Kde máme jisté rezervy, jsou stále ještě ulice. V Běchovicích provádí úklid ulic pan Horný se svou technikou. Pro letošní rok jsme společně zakoupili nový kartáč pro zajištění odpovídajícího zametení – stejně jako v případě chodníků. Významnou komplikací v zametání ulic se však stávají automobily stojící ve většině případů

na přeskáčku tam, kde člověk zrovna bydlí. Údržbu to buď znesnadňuje, anebo rovnou zcela vylučuje – traktor se místem prostě neprotáhne.

Vážení občané – řidiči,

chtěl bych Vás touto cestou požádat o dobrovolné stanovení jedné strany Vaší ulice pro parkování a dbát tohoto rozhodnutí zejména ve dnech, kdy má sněžit. Svou vstřícností zajistíte zejména lepší servis pro Vás a Vaše sousedy.

Děkuji mnohokrát za ochotu a pochopení.

Ondřej Martan
starosta

ZŠ A MŠ

Mateřská škola „ČTYŘLÍSTEK“



Výzdoba v oknech, blikající stromečky a děti zpívající krásné vánoční koledy, i to byla MŠ Čtyřlístek v předvánočním čase. Děti si tuto dobu ve školce užily opravdu naplno. Pekli jsme perníčky, připravovali dárečky pro rodiče a postupně obešel všechny třídy i Ježíšek, který donesl dětem nové hračky. Než jsme se rozloučili a rozešli se na prázdniny, proběhla v každé třídě besídka.

Jako první představili svůj sváteční program Motýlci. Jejich vánoční besídka se uskutečnila 11. prosince. Děti zazpívaly moderní i klasické vánoční písně, koledy a recitovaly básně. Součástí besídky bylo vyhlášení výsledků a předání cen v soutěži „Andělé už přiletěli“. O výsledek soutěže měli možnost rozhodnout rodiče z celé MŠ. Touto cestou bychom rádi poděkovali základní škole za vypůjčení zvukové aparatury.

13. prosince následovala besídka Broučků, kteří svým rodičům zarecitovali básničky, zazpívali písně i vánoční koledy. V neposlední řadě uvedli premiéru vlastní písničky s názvem „Učení, cvičení“ a program byl zakončen dramatizací pohádky Tři prasátka, na což jsme ve spolupráci s rodiči připravili krásné masky a rekvizity. Děti připravily pro své maminky i tatínky velmi hezké dárečky z keramické hmoty.



Berušky si pro své rodiče připravily krásný program, který kromě básní a písní obsahoval dramatizaci známé pohádky O Sněhurce a sedmi trpaslících. Po skončení programu předaly děti svým rodičům velice povedené keramické adventní věnečky a přáníčka. Než se všichni rozešli do svých domovů, zazpívali si společně vánoční koledu.

Jako poslední přišly se svou besídkou žabičky, které hned na začátku překvapily originálním nástupem na písničku „Jede, jede mašinka“. Děti pokračovaly zpěvem známých koled a recitací básně „Bude zima, bude mráz“, celou besídku provázela příjemná atmosféra, kterou dokreslila dramatizace Vánočního příběhu z Betléma. Podvečerní akce byla zakončena rozdáním přáníček rodičům a děti si vybraly pod stromečkem nového plyšového kamaráda.

Vykouzlit úsměv na tváři a popřát příjemné prožití vánočních svátků jsme šli také babičkám a dědečkům z místního domu pro seniory. Pro ně jsme si připravili sérii básní, písní a koled, které si společně s dětmi všichni rádi zazpívali. Na závěr děti předaly vlastnoručně vyrobená přáníčka.

Přejeme vám všem mnoho zdraví a úspěchů v roce 2013.

MŠ Čtyřlístek
Fotografie na str.7





Fotografie z Mateřské školky Čtyřlístek



foto (4x): PhDr. Melanie Zajacová a učitelky MŠ



ZŠ

Ve středu 16. ledna proběhl na naší škole zápis dětí do prvního ročníku pro školní rok 2013/2014. Zápisu se zúčastnilo 51 dětí.

Chceme poděkovat všem, kteří projevili zájem o naši školu, rodičům především za trpělivost a spolupráci při

přijímacím řízení, paním učitelkám za vzornou přípravu, našim „deváťákům“ za pomoc při organizaci a ostatním žákům za výrobu drobných dárečků a pozorností pro budoucí „prvňáčky“.

Novým prvňáčkům přejeme mnoho zdaru ve školních lavicích, další kamarády, chuť do čtení a radost z napsaných prvních řádků.

ZŠ Praha - Běchovice

Fotografie na str. 8



Fotografie ze zápisu do školy.



foto (6x): Jan Jech





TERMÍNY PRÁZDNIN

JARNÍ**16.2.- 24.2.2013****VELIKONOČNÍ****28.3. - 1.4.2013****HLAVNÍ****29.6. - 1.9.2013**

CENTRUM
SOCIÁLNÍCH
SLUŽEB
BĚCHOVICE



Vážení čtenáři,

jako každý rok jsme se po celý leden věnovali především uzavření účetnictví předchozího roku, odevzdání všech vyúčtování, statistik a evidencí a přípravě na kontrolu auditora. Nezapomněli jsme však ani na plánování aktivit a činností ve prospěch seniorů a jejich rodin. O konkrétních akcích Vás budeme včas informovat.

Největším „oříškem“ roku 2012 pro nás byla neočekávaná ztráta jednoho ze stabilních donátorů – hlavního města Prahy. V grantových pravidlech HMP je právě od loňského roku formulka, jež vylučuje příspěvkové organizace z možnosti podávat žádosti. Větší podíl financování tedy připadl a připadá na našeho zřizovatele. Velmi si vážím přístupu pana starosty a pánů radních, potažmo všech zastupitelů, kteří svými rozhodnutími naši organizaci doslova zachránili před krachem.

V souvislosti s touto změnou je nabílední otázka budoucnosti naší organizace a jejích služeb. Na úrovni Rady městské části se vedly a nadále jistě budou vést diskuse ohledně přínosu služeb a jejich efektivitu pro městskou část. Za organizaci říkám, že usilujeme o to být centrem s velkým „C“ – místem, kam rádi zavítají nejen

senioři, ale i jejich děti a vnoučata – a každý si zde pro sebe něco najde. S těmito plány se ruku v ruce pojí již mnohokrát vyslovené přání – z hlediska konkurenceschopnosti, zvýšení kvality bydlení a služeb i získání nových možností samofinancování je pro nás stěžejním tématem potencionální rozšíření – přístavba budov CSS Běchovice.

Jak se u nás žije, jaká je tu atmosféra, či jak nás vnímá radnice, ostatně zdokumentovala Česká televize ve svém předvánočním dílu vysílaném 22. prosince 2012 v pořadu „Z metropole“. Pokud jste reportáž neviděli, je možno ji zhlédnout na internetových stránkách iVysílání České televize. Ještě před Vánoci jsem také obdržela milý dopis s poděkováním od rodiny naší bývalé klientky.

Věřím, že v tomto směru nám bude umožněno pokračovat a v dalších letech budeme mít nadále příležitost se u nás potkávat.

Máte-li jakékoli další náměty, neváhejte nás kontaktovat!

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



KULTURA - pozvánky





VĚČERNÍ MASOPUSTNÍ REJ MASEK

OD 20:00

V MUSIC BARU BARCHEETAH

**SOUTĚŽ O NEJNÁPADITĚJŠÍ MASKU
O HODNOTNÉ CENY**

HUDBA: DJ PETR VICH

V PRŮBĚHU VEČERA DALŠÍ SOUTĚŽE



VSTUPNÉ S MASKOU ZDARMA
bez masky 50,- Kč





KNIHOVNA



Místní knihovna v Běchovicích

úterý 9-12 15-18

čtvrtek 12-18

www.praha-bechovice.cz/knihovna

Čísla z knihovny

Všechny veřejné knihovny musí každoročně poskytovat ministerstvu kultury statistické údaje o své činnosti. Ráda bych se s vámi o čísla z naší knihovny podělila.

Naše knihovna nabízí k vypůjčení 10 682 svazků knih a 905 časopisů. Nových knih bylo v roce 2012 zapsáno do fondu 257, z toho 142 nakoupených a 115 darovaných. Odebíráme 6 titulů periodik: Vesmír, National Geographic Česko, Domov, Praktická žena, Burda, Sabrina a Čtyřlístek.

V loňském roce jsme měli 1979 návštěv a 223 registrovaných čtenářů. Počet návštěv udává, kolikrát si čtenáři přišli do knihovny vypůjčit, vrátit, prodloužit nebo rezervovat dokumenty. Počet registrovaných čtenářů udává, kolik lidí přišlo do knihovny a zaregistrovalo se na další rok. Toto číslo obsahuje ty, kteří již byli našimi čtenáři v předchozích letech, a také ty, kteří přišli do naší knihovny poprvé a byl jim vystaven čtenářský průkaz. Naopak v tomto počtu nejsou zahrnuti ti z vás, kteří čtenářský průkaz máte, ale v loňském roce jste neměli žádné výpůjčky. Naši čtenáři si během minulého roku vypůjčili celkem 6623 dokumentů – 5971 knih a 420 časopisů. Nejaktivnější čtenářka si vypůjčila 152 dokumentů. Bezplatný přístup k internetu využilo 59 návštěvníků.

Doposud byla řeč o návštěvách fyzických, ale v knihovně máme zaevidovány i návštěvy virtuální. Internetové stránky www.praha-bechovice.cz/knihovna jste v loňském roce navštívili 1348x. On-line katalog knih byl využit 264x a

zadáno v něm bylo 1473 dotazů. Elektronický on-line výpůjční protokol, tedy správa čtenářských kont, kontrola vlastních výpůjček, jejich prodlužování a rezervace, byl použit celkem 65x.

Většina těchto čísel nedosáhla úrovně roku 2011. Počet nakoupených knih odpovídá finančním prostředkům na nákup, které v loňském roce drasticky klesly. Ze stejného důvodu bylo také ukončeno předplatné dvou titulů časopisů. Co se týče návštěv a výpůjček, lehký pokles přičítám období, v němž byla knihovna uzavřena z důvodu stěhování. Další stěhování nás čeká v tomto roce, knihovna se vrátí zpět na své místo po rekonstrukci budovy.

Naši knihovnu nejlépe poznají ti, kteří do ní chodí. Přesto věřím, že i „nudná“ čísla v sobě skrývají zajímavé informace a vypovídají o tom, že běchovická knihovna je důležitým místem v naší městské části a dobře slouží jejím občanům.

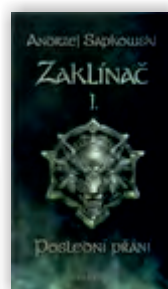
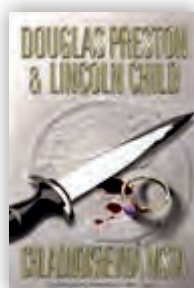
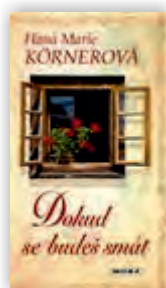
Hana Santolíkova,
knihovnice

Knihovna je dočasně na adrese: ul. Mladých Běchovic 2

Nové knihy:

Naším uživatelům je k dispozici výměnný soubor 100 titulů zapůjčených z Městské knihovny v Praze, nově také nabízíme 15 titulů CD s mluveným slovem.

Obálky knih zakoupených v lednu





neposeda



NEPOSEDA

PROGRAM KLUBU



Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek
				ZAVŘENO individuální konzultace po domluvě
ZAVŘENO Z důvodu personálních změn	5.2 14:00-19:00 Klub	6.2 13:00-18:00 Filmák Klub s programem	7.2 14:00-19:00 Klub	ZAVŘENO individuální konzultace po domluvě
ZAVŘENO Z důvodu personálních změn	12.2 14:00-19:00 Klub	13.2 13:00-18:00 Zimní aktivity Klub s programem	14.2 14:00-19:00 Klub	ZAVŘENO individuální konzultace po domluvě
ZAVŘENO Příměstský tábor	ZAVŘENO Příměstský tábor	ZAVŘENO Příměstský tábor	ZAVŘENO Příměstský tábor	ZAVŘENO Příměstský tábor
ZAVŘENO Z důvodu personálních změn	26.2 14:00-19:00 Klub	27.2 13:00-18:00 Turnaj pinčes/fotbálek Klub s programem	28.2 14:00-19:00 Klub	ZAVŘENO individuální konzultace po domluvě

NEPOSEDA vyhlašuje soutěž na témata **MÍSTO MÉHO SRDCE**

Jaké místo je pro Vás důležité? Jak vypadá? Jak voní? Jaké vzpomínky vyvolává?
Zachyťte pro ostatní místa Vašeho srdce prostřednictvím povídky, fotografie nebo jiného kreativního výtvaru.

a

NAŠE RODINA

Jaká je Vaše rodina? Jaký má příběh? V čem je jedinečná?

Přiblížte ostatním Vaši rodinu prostřednictvím povídky, fotografie nebo jiného kreativního výtvaru.

PRAVIDLA:**UZÁVĚRKA:****ODEVZDÁVÁNÍ:****VÝSLEDKY:****KONTAKT:**

Účastnit se může kdokoli, kdo žije nebo tráví volný čas v Praze 21, a předá svůj výtvar ve stanoveném termínu.
15. března. Výtvary bude hodnotit pětičlenná komise.

Výtvary předávejte v otevíracích hodinách NZDM Autobus nebo Centra pro rodinu nebo zaslejte na adresu:
NEPOSEDA, o. s., Českobrodská 1, 190 11 Praha - Běchovice nebo rodina@neposeda.org.

Vyhlášení výsledků proběhne 26.3.2013 na akci Velikonoční zastavení. Vítězné výtvary budou odměněny!
Ivana Stefková, ivana@neposeda.org nebo 739 491 640.

Fond
T-MOBILE



Občanské sdružení

nep:seda

Pořádá v termínu jarních prázdnin od **18. do 24. února 2013**

JARNÍ PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR

Pro děti od 10 do 15 let

Odborné vedení, zážitkový program, zimní aktivity, hry a soutěže

❄️ Příchod dětí 8:30 až 9:30 ❄️ Odchod dětí 16:30 až 17:30

V prostorách Neposeda o. s. - Českobrodská 1, Praha – Běhovice

Cena: 1 500,- Kč

V ceně tábora je zahrnuto stravování, odborné vedení a materiál pro tvořivé činnosti. Nejsou zde zahrnuty případné náklady na celodenní výlet.

Více informací a přihlášky na www.neposeda.org.

Kontaktní osoba – Bc. Zuzana Hrzalová – zuzana@neposeda.org – 733 182 520.

VELIKONOČNÍ ZASTAVENÍ

akce pro celou rodinu

úterý
26.3.
14-19

- rukodělné činnosti spojené s tematikou Velikonoc
- prohlídka prostor Centra sociálních služeb Běhovice
- vyhlášení soutěží Místo mého srdce a Naše rodina
- čtení z dětských knížek
- po celé odpoledne občerstvení



prostory Centra sociálních služeb Běhovice
Za Poštovskou zahradou 557, Běhovice



Fond
T-MOBILE



SPORT

Hledáme hráče

Do nově vznikajícího klubu ledního hokeje
v Běchovicích hledáme hráče
od 18 let do 99 let.

Klub se bude účastnit Pražské ligy ledního
hokeje. Kdo si chce jednou týdně zasportovat
a pobavit se, necht' pro bližší informace
kontaktuje p. Michala Jiříka na tel. 603526117,
nebo pište na: miji16@seznam.cz.



SUDOKU

Sudoku č.1

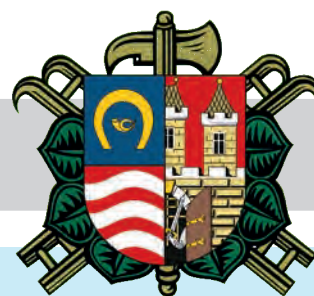
6	3	2		4				
4			1	5				
						8		3
							1	
	8	5	9	2		3		4
7				1				
	6		3					8
			5	9		2		1
					2			9

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



SDH BĚCHOVICE



Sbor dobrovolných hasičů Běchovice při odstraňování rampouchů a zmrzlé vody z okapů na Běchovické sokolovně

foto (6x): Michal Vrba





OKÉNKO ZDRAVÍ

Jogurty jsou dobrou součástí při udržování dobré postavy.

Nejlépe zhubnete úpravou jídelníčku

S novým rokem přichází i předsevzetí, že zhubneme, abychom byli zdravější, výkonnější, ale i krásnější. Často chceme všechno najednou, ale jak už to v životě bývá, vše má svůj čas. Urychlováním člověk dosáhne maximálně chvilkového úspěchu, který se velmi záhy změní na ještě větší problém.

Někdy je požadavků a změn mnoho, takže se následně ztrácíme v přemíře dobrých předsevzetí a v únoru končíme s veškerou snahou. Jak tedy letos uspět? V první řadě zvažte plusy a mínusy, které vám změna životního stylu přinese. Převažují plusy? Výborně, pak jste dostatečně přesvědčeni o prospěšnosti prováděných změn.

„Základem úspěchu je totiž "chtít sám" - ne proto, že nás ošetřující lékař nabádá, abychom zhubnuli,“ upozorňuje PhDr. Karolína Hlavatá, Ph.D. v rámci kampaně na podporu mléka a mléčných výrobků Bílé plus. „Ve druhém kroku si stanovte, kolik byste chtěli hubnout - zde buďte realisté - a jaký by měl být týdenní úbytek hmotnosti. Za optimální je považováno 0,5 -1 kg/týdně.“

Bez notýsku to nejde

Pořídte si notýsek a do něj si zapisujte vše, co sníte i vypijete. „Záznamy příjmu potravy jsou neocenitelným pomocníkem. Do deníku si zapisujte i pocity, proč zrovna teď sedíte a jíte již druhou čokoládu,“ zdůrazňuje odbornice.

„Poznáte-li své jídelní chování a popudy k jídlu, lépe se vám bude pracovat. V neposlední řadě nezapomínejte na posilování motivace - zaznamenávejte si hmotnostní úbytky, měřte si obvody pasu, boků a radujte se z úspěchu. S tím souvisí i odměňování, kterého si dopřávejte hojně.“

Pozor ale na to, abyste se neodměňovali tabulkou čokolády! Optimální "osobní rozmazlování" se týká běžné péče o sebe, přístupu k sobě. Například si dopřejte masáž šíje, kupte si něco pěkného na sebe, nebo si udělejte čas na knížku, ke které jste se několik let nedostali.

Pokračování na str. 18



Pokračování ze str. 17

Jak upravit jídelníček

Jezte pravidelně - noste si jídlo do práce, ráno snídejte a odpoledne svačte.

Jezte pestře.

Pečivo a přílohy ze svého jídelníčku nevyřazujte, pouze omezte počet porcí za den (1 porce je 1 kus pečiva, krajíc chleba, kopeček rýže, 2 knedlíky; porcí za den snězte v průměru 4-5).

Mléčné výrobky jezte alespoň 2-3 x denně, získáte nejen hojně bílkovin (dobře sytí a chrání před ztrátami aktivní svalové hmoty), ale i vápník, který hubnutí pomáhá.

Jezte hodně zeleniny - lhostejno, jestli syrové, dušené nebo sterilované. Hodně se zeleninou vařte, ochucujte ji kořením nebo bylinkami, ať vám chutná.

Ovoce nejezte víc než 2-3 kusy za den, zrádné jsou i džusy.

Zařazujte hodně bílkovin. Za den byste měli přijmout alespoň 1,2 g bílkovin na kilogram tělesné hmotnosti. Zdrojem bílkovin jsou především maso, ryby, mléčné výrobky, sýry, vejce, luštěniny. Jen pozor na tučnost vybíraných potravin. Potraviny bohaté na bílkoviny jsou mnohdy i zdrojem tuku, proto vždy maso libové, mléčné výrobky méně tučné (jogurty, tvarohy polotučné, sýry do 30 % tuku v sušině, sýry přírodní).

Dbejte na pitný režim - nejlepší je obyčejná voda a čaje. Kávu vyřazovat nemusíte, jen ji neslad'te a nepopíjejte se smetanou.

Nepřehánějte to s alkoholem, a pokud možno se vyhýbejte uzeninám (vhodná je šunka s více než 90 % masa). Sladkosti si dopřejte, ale raději na bázi tvarohových dezertů, čokolády s vyšším podílem kakaa či ovocných dezertů.

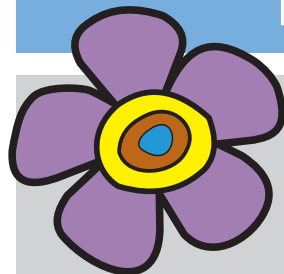
Rada na závěr: „Pokud se nebude vše dařit tak, jak si představujete, nezoufejte. Hlavní věcí je, že pro sebe něco děláte a každá změna k lepšímu se počítá. Trpělivost se vyplatí!“

Adéla Hudečková
s použitím literatury



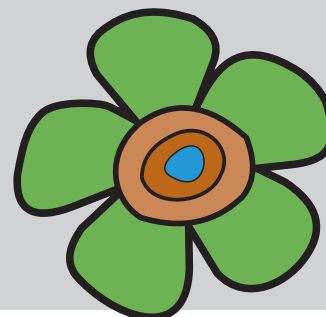


PODĚKOVÁNÍ OD OSLAVENCŮ



Děkuji úřadu MČ-Praha Běchovice za blahopřání a dárkový koš k mému jubileu.

Miloslav Klicpera



INZERCE

PLASTOVÁ OKNA • PARAPETY • ŽALUZIE



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

LÉČBA OBEZITY

PORADNA PRO LÉČBU NADVÁHY
pro dospělé i mládež poliklinika Kutná Hora

MUDr. J. POLÁK

tel: 602 721 869

www.obezitologie.cz

Nabízíte zajímavou službu??

Prodáváte či naopak něco sháníte??

INZERUJTE

V ŽIVOTĚ BĚCHOVIC!

telefon: 281 028 602

734 448 768

e-mail: zivotbechovic@seznam.cz

Informace na odkazu:

<http://www.praha-bechovice.cz/Aktuality-Sport-Volny-cas/Zivot-Bechovic>

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

Šéfredaktor: Šárka Hudečková
Redakční rada: Mgr. Jitka Šnajdrová, PhDr. Melanie Zajacová
Ing. Aleš Rudl

Veškeré příspěvky, inzerci a osobní zprávy přijímá sekretariát Městské části Praha - Běchovice, Šárka Hudečková, tel: 281 028 602, mobil: 734 448 768, e-mail: zivotbechovic@seznam.cz. Příspěvky, které nebudou doručeny na uvedené kontakty, nelze otisknout.

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

Rukopisy se nevracejí.

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

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

Reg. č. MK ČR E 19752

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

tel: 281 028 611, fax: 281 028 610
e-mail: podatelna@praha-bechovice.cz.
web: www.praha-bechovice.cz/1435_Nove-cislo-ZB-na-webu.

**Uzávěrka inzerce a příspěvků
pro č. 3/2013 je
15.2.2013**

