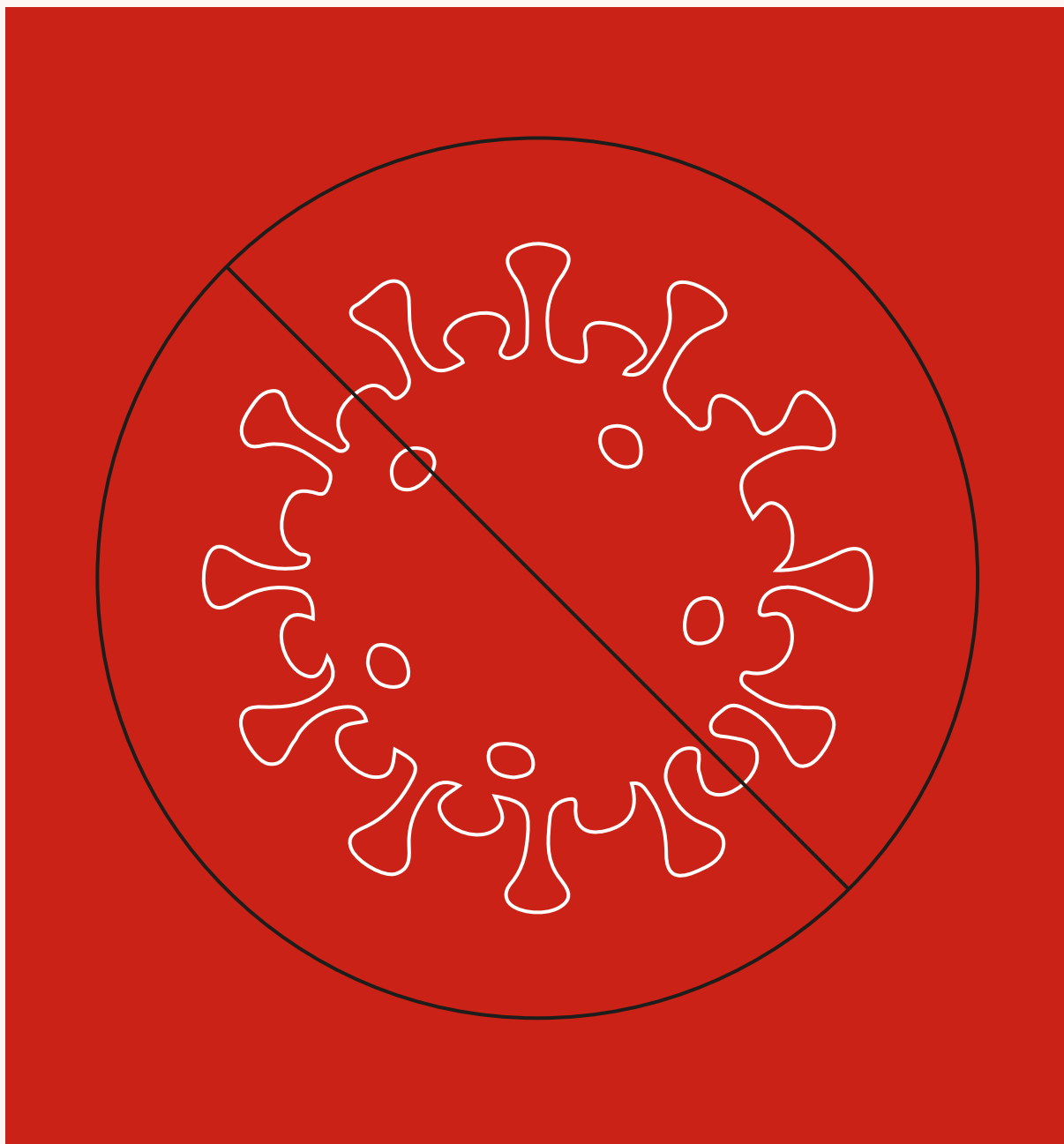


radniční noviny

městské části Praha 3



— 4
duben 2020

— strana 6

**Speciál: Praha 3
realizuje opatření
proti šíření epidemie**

— strana 18

**Robert Vano: Prožil jsem
vše možné, a teď abych
se bál koronaviru**

Důležité kontakty

pro pomoc v souvislosti
s epidemií koronaviru

Kontakty MČ Praha 3

→ **Bezplatná informační linka**

(pracovní dny 8—18 hod.,
sobota 10—18 hod.)

800 163 163

nebo infocentrum@praha3.cz

- informace o aktuální situaci
- organizace pomoci
- informace k fungování úřadu
- sběr a distribuce materiální pomoci (dezinfekce, roušky atd.)
- koordinace dobrovolníků

→ **Krizová linka**

(pracovní dny 8—18 hod.,
o víkendu v omezeném režimu)

777 465 159

- konzultace v nouzových situacích

→ **Ombudsman pro seniory**

(pracovní dny 8—18 hod.)

222 116 451

- pomoc při vyřízení úkonů na úřadě Prahy 3

→ **Přijedem s obědem**

(pracovní dny 10—14 hod.)

777 464 855

- organizace roznosu obědů pro ZTP a seniory nad 65 let, informace také na nechodteven@praha3.cz

Další kontakty

→ **Bezplatná informační linka**

(nonstop)

1212

- základní informační linka a rozcestník pro občany v souvislosti s koronavirem

→ **Bezplatná krizová linka pro seniory** (nonstop)

800 160 166

- dovážka nákupu potravin, léků a hygienických potřeb ad.
- zřizovatel: hl. m. Praha, Život 90, Český červený kříž

☎ Mobilní Rozhlas



Dostávejte aktuální informace z radnice na váš e-mail či mobil — přihlaste se k odběru zpráv zdarma na Mobilní rozhlas

→ <http://praha3.mobilnirozhlas.cz/registrace>

Sledujte informace na www.praha3.cz a www.facebook.cz/praha3.cz

Spolu to zvládneme.

Praha / ||

Milé čtenářky, milí čtenáři,

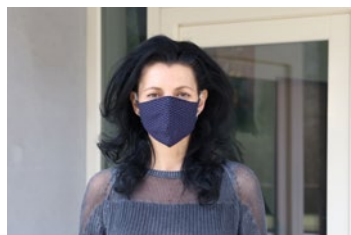
Jaro nám s sebou vedle prvních hřejivých paprsků přineslo i starosti. Opatřením bránícím šíření nákazy koronavirem se věnujeme především na stránkách Speciálu. Radnice v zájmu zajištění maximální informovanosti spustila v březnu Mobilní Rozhlas, který slouží jednak jako pohotovostní komunikační kanál při mimořádných okolnostech, jednak jako zdroj užitečných lokálních zpráv všeho druhu. Stačí, když se bezplatně zaregistrujete a upřesníte, o jaké informace máte zájem. Dorazí vám pak v podobě mailu nebo textovky. Podrobný přehled toho, jak se situace na Praze 3 vyvíjí a jaké kroky místní radnice podniká, najdete samozřejmě také na jejím webu a facebooku.

Ani v době zpřísněných hygienických pravidel bychom ale neměli zapomenout na Velikonoce. Přestože letošní pomlázka bude na většině míst spíše symbolická, tradičního beránka nebo mazanec si určitě dopřejte. Sladkosti totiž zlepšují psychiku. A co víc než hodně zdraví a pevné nervy právě teď potřebujeme...

Miroslav Štochl
šéfredaktor



— strana 6



— strana 13



— strana 25



— strana 29

- 4** **Expres** Bleskový přehled
- 6** **Speciál** Praha 3 realizuje opatření proti šíření epidemie
- 16** **Aktuality** Radnice mapuje klíčové aktéry městské části
- 18** **Dialog**
Robert Vano: Prožil jsem vše možné, a teď abych se bál koronaviru
- 20** **Scéna** Synchron jako dialog dvou generací
- 21** **Sport** Protáhnout tělo si můžete i doma
- 22** **Komunita** Za hranice všedních dní za časů koronaviru
- 23** **Senior** Fresh senior na Trojce slaví šest let
- 25** **Reflexe** Marie Kašparová: Podílíme se na komunitním životě
- 26** **Retrospektiva** Tragédie na stavbě
- 28** **Republika Žižkov** U nás v Rudolfově
- 29** **Gastronom** Rodinná pekárna Dvorník
- 30** **Relax** Křížovka a aktivity pro děti
- 31** **Fórum zastupitelů** Názorová tribuna
- 34** **Přehled mateřských škol**
Chystáte se k zápisu do mateřské školy?
- 36** **Info** Informační servis

Vydává městská část Praha 3, se sídlem Havlíčkovo nám. 700/9, 130 85 Praha 3, IČ 00063517. Periodický tisk městské části Praha 3, vychází zdarma 11× ročně. **Redakce** Lipanská 7, Praha 3, T: 222 116 242, 222 116 708, redakce@praha3.cz. **Inzertní oddělení** rn.inzerce@praha3.cz. **Připomínky k distribuci** distribuce@praha3.cz. **Návštěvní den v redakci** pondělí 9—17 h. Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí. Za věcnou správnost příspěvků odpovídají autoři. Neoznačené fotografie z archivu redakce. **Redakční rada** předseda — Pavel Králíček, místopředseda — Michal Vronský, členové — Ivo Denemark, Michal Dobiáš, Petra Jelínková, Tomáš Kalivoda, Jan Novotný, Josef Richter, Šárka Sedláčková. **Tajemnice** Mgr. Michaela Luňáčková. **Šéfredaktor** PhDr. Miroslav Štochl, stochl.miroslav@praha3.cz. **Redaktoři** Mgr. Martin Hošna, hosna.martin@praha3.cz, Mgr. Pavel Šmída, smida.pravel@praha3.cz. **Design** Jakub Vaněk Studio. **Grafická úprava** Lemon design. **Tisk** Asagraph s.r.o. **Distribuce** Česká distribuční, k. s. **Náklad** 65 000 výtisků. Vyšlo 31. 3. 2020. Registrační číslo MK ČR E12803.

Zprávy z rady

→ 9. března 2020

Bytové jednotky pro potřeby příspěvkových organizací

Na jednání Rady MČ bylo schváleno vymezení třinácti bytových jednotek pro potřeby příspěvkových organizací, a to pro účely nábory nových zaměstnanců nebo stabilizaci těch stávajících. Doba nájmu v bytech je vždy omezená na výkon stanovené profese. Jedná se o dva typy bytů — byty určené pro spolumýdlení a byty stabilizační. Byty pro školská zařízení jsou určeny výhradně pro bydlení pedagogických pracovníků.

Žádosti o finanční podporu z Národního programu Životní prostředí

Rada MČ schválila podání žádosti o finanční podporu z výzvy Národního programu Životní prostředí, kterou vyhlásilo Ministerstvo životního prostředí. Záměrem je realizace výsadby stromů na vytipovaných místech v parku Vrch svatého Kříže. Cílem výzvy je zlepšení životního prostředí v obcích a prostřednictvím podpory výsadby stromů, která přispěje k vytvoření kvalitního veřejného prostoru, k vyrovnaní teplotních extrémů, ke zlepšení kvality ovzduší a k zadržování vody. Městská část může získat dotaci až 250 tisíc korun na úhradu sazenic, potřebného materiálu i následné péče o stromy.

→ 16. března 2020

Jednání rady může být nově i distanční

Rada MČ schválila možnost, že starosta bude moci v odůvodněných případech svolat jednání rady s distanční účastí všech jejích členů. Jedná se o preventivní opatření, kterého by se dalo využít například v situaci, kdy by členům byla nařízena povinná karanténa apod.

Zprávy ze zastupitelstva

→ 17. března 2020

Zastupitelstvo zrušeno kvůli epidemii

Řádné jednání zastupitelstva bylo na základě pokynu Ministerstva vnitra ze dne 16. března v návaznosti na krizová opatření při epidemii koronaviru zrušeno. Avizované body budou projednány na dalším zasedání.

Kompletní seznam a znění usnesení RMČ a ZMČ jsou k nahlédnutí na odboru občansko-správním, oddělení rady a zastupitelstva, Havlíčkovu náměstí 9, nebo na praha3.cz.

BLÍŽÍ SE REKONSTRUKCE KONĚVOVY ULICE

Rekonstrukce Koněvovy ulice, kterou Technická správa komunikací (TSK) chystá na tento rok, by mohla podle zadávací dokumentace pro veřejnou zakázku začít už v květnu v úseku Prokopova—Rokycanova. Od srpna by pak měl přijít na řadu navazující úsek Prokopova—Ostromečská. Předpokladem zahájení stavby je však dokončení předcházejících kroků, jejichž realizace je ohrožena koronavirovou pandemií. „Zatím neskončilo výběrové řízení na zhotovitele stavby. Ještě před zahájením prací musí v tomto úseku dokončit Pražská vodohospodářská společnost výměnu sítí. TSK koordinuje svou činnost s dalšími devíti vlastníky inženýrských sítí, k jejichž výměně má nejprve dojít. Harmonogram a organizace dopravy během výstavby nebyly prozatím vydány. I vzhledem ke koronavirové pandemii je pravděpodobné, že rekonstrukce začne později než v květnu,“ upozorňuje místostarosta Ondřej Rut, který má na starosti dopravu.

Na jednání TSK a zástupců žižkovské radnice došlo k důležité dohodě ohledně toho, že během stavebních úprav zůstane Koněvova směrem do centra vždy otevřená a práce budou probíhat i v sobotu a ve dvousměnném provozu. Praha 3 zveřejní projektovou dokumentaci konečné podoby rekonstrukce, jakmile bude vydáno definitivní stavební povolení.

KONFERENCE MODROZELENÁ REALITA MĚNÍ TERMÍN

Konference Modrozelená realita, pořádaná Prahou 3 a Společností pro zahradní a krajinářskou tvorbu, která měla proběhnout 16. dubna v kongresovém sálu Tower Park Praha, se kvůli hygienickým opatřením přesouvá pravděpodobně na říjen tohoto roku. O přesném termínu vás budeme informovat.

RADNICE VYVĚŠÍ ROMSKOU VLAJKU

Vyvěšením romské vlajky na radnici 8. dubna oslavíme Mezinárodní den Romů. V tento den roku 1971 se ve Velké Británii konal první světový romský kongres, který vybral mezinárodní romskou vlajku a hymnu (Gejľom, gejľom). Každoroční oslavy ukazují společný původ, jazyk a kulturu Romů, ale také připomínají potřebu vzájemného respektu a spolupráce s většinovou společností a odstranění předsudků.

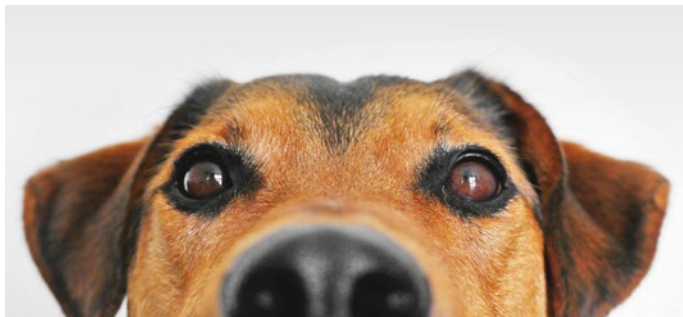


OLŠANSKÁ ULICE SE PROMĚNÍ

Institut plánování a rozvoje (IPR) zpracuje zadání pro vytvoření studie na rozvoj Olšanské ulice a jejího okolí. Cílem je prověřit kapacity lokality a stanovit objemovou a prostorovou regulaci pro budoucí výstavbu. Plán počítá s rozsáhlými stavebními investicemi včetně vzniku bytových i administrativních budov, revitalizací veřejného prostranství, ale i možnou demolici některých stávajících domů. Úpravy okolí Olšanské ulice mají zároveň zkvalitnit podmínky pro cyklistickou a veřejnou dopravu a zajistit i lepší prostupnost území pro pěší. O plánu bude IPR jednat s městskou částí Praha 3, Dopravním podnikem nebo například památkáři.

PŘIPOMENEME SI DEN ZEMĚ

Ve středu 22. dubna si připomeneme tradiční ekologicky motivovaný svátek, který znovu upozorní na dopady ničení životního prostředí. Oslavy Dne Země doprovází řada akcí. Jednou z nejpobulárnějších u nás je Uklidme Česko. Jejím cílem je mobilizovat dobrovolníky a za jejich účasti likvidovat nelegálně vzniklé černé skládky i další nepořádek na veřejném prostranství. V roce 2019 proběhlo 3 895 úklidů, do kterých se zapojilo 157 163 dobrovolníků. Ti v přírodě vysbírali celkem 2 612 tun odpadu.



ZTRACENÍ A NALEZENÍ PSI MAJÍ SVOU DATABÁZI

Státní veterinární správa umožňuje nově sdílet na jednom místě informace o nálezů nebo ztrátě psa prostřednictvím aplikace. K záznamu do Databáze ztracených a nalezených psů slouží jednoduchý formulář. V něm stačí specifikovat, zda se jedná o ztrátu nebo nález, dále pak plemeno psa nebo stručný popis, číslo čipu nebo tetování, místo a datum ztráty či nálezu, jméno majitele, respektive nálezce, kontakt, fotografii psa a případně další okolnosti. Všechny uvedené údaje mají za cíl propojit majitele psa a nálezce či případného nálezce. Aplikace dočasně nahrazuje centrální registr psů, který má fungovat od roku 2022. Najdete ji na adrese svscr.cz/databaze-ztracenych-a-nalezenych-psu.

HLASTE SE NA VELETROJKU

Ve čtvrtek 11. června uspořádá třetí městská část na náměstí Jiřího z Poděbrad již posedmé akci Veletrojka aneb veletrh sociálních a návazných služeb. Veřejnost se díky ní dozví o službách v sociální oblasti podporovaných městskou částí a možnostech konkrétní pomoci každému, kdo ji aktuálně potřebuje. Organizacím působícím na Praze 3 nabízí příležitost představit se vlastní formou a prostor k užší spolupráci. Zájemci se mohou přihlásit do 30. dubna. Stačí vyplnit dotazník a doručit jej v elektronické či tištěné podobě na e-mail tumova.katerina@praha3.cz nebo adresu Úřad městské části Praha 3, Bc. Kateřina Tůmová, odbor sociálních věcí, Seifertova 51, 130 85 Praha 3. Dotazník je k dispozici ke stažení na webových stránkách Prahy 3. V případě dotazů kontaktujte Kateřinu Tůmovou na telefonním čísle 222 116 481.

PROGRAMY KULTURNÍCH A NEZISKOVÝCH ORGANIZACÍ

Z důvodu opatření vlády bránících šíření nákazy koronavirem omezily kulturní a neziskové instituce svou činnost, a jejich programy proto v dubnovém vydání Radničních novin neuvěřujeme. Aktuality se dozvíte na webových stránkách jednotlivých organizací.

Kriminálka Jarov

Požár bytu si vyžádal evakuaci

Dne 16. února přijal dispečer linky 158 oznámení o požáru bytu v ulici Jana Želivského. Na místo okamžitě vyslal všechny složky integrovaného záchranného systému včetně hlídky Místního oddělení policie Jarov. Policisté se na místo události dostavili jako první a ihned provedli lokalizaci bytu, ve kterém požár vypukl. Zároveň se rozhodli pro urychlenou evakuaci všech obyvatel, kteří se nacházeli ve svých bytech na stejném poschodí. Z domu vyvedli celkem devět osob. Mezitím na místo dorazil Hasičský záchranný sbor, který za použití dýchacích přístrojů a vysokozdvížené plošiny provedl evakuaci dalších šestatřiceti osob žijících ve vyšších poschodích. Jelikož se před domem nacházelo větší množství lidí, vytvořili zasahující policisté improvizované evakuační místo v blízké restauraci. Tam záchranáři ošetřili část evakuovaných nájemníků, kteří se nadýchali kouře. Hasičům se po několika minutách podařilo požár uhasit. Následným prověřováním bylo zjištěno, že požár vznikl od zapálené svíčky, protože jeden z nájemníků bytu nedodržel bezpečnostní zásady zacházení s otevřeným ohněm.

Alkohol za volant nepatří

Dne 2. března v podvečer oznámil řidič tramvaje na linku 158, že v ulici Koněvova blokuje tramvajový pás osobní vozidlo. Hlídka z Místního oddělení policie Jarov po příjezdu na místo zjistila vozidlo blokující tramvajový pás a vedle něj muže, který byl podle řidiče tramvaje pod vlivem alkoholu. Jakmile policisté začali s mužem komunikovat, nabyli podezření, že střízlivý rozhodně není. Šetřením na místě bylo posléze zjištěno, že osmačtyřicetiletý občan Slovenska je řidičem vozidla, které po krátké jízdě nakonec odstavil na tramvajovém pásu. Provedenou dechovou zkouškou naměřili policisté řidiči v dechu 2,52 promile alkoholu. Z toho důvodu cizince na místě zadrželi a převezli na služebnu Policie ČR. Po dohodě se státním zástupcem mu pak sdělili podezření ze spáchání trestného činu ohrožení pod vlivem návykové látky. Policistům se spisový materiál podařilo zkompletovat během několika hodin, a tak mohl být muž postaven před soud ve zkráceném přípravném řízení ve lhůtě do 48 hodin. Za uvedený trestný čin mu v případě odsouzení hrozí až jeden rok vězení.

Připraveno ve spolupráci
s npor. Mgr. Markem Svobodou, MBA,
vedoucím oddělení PČR MO Jarov

Praha 3 realizuje opatření proti šíření epidemie

Třetí městská část přijímá v souvislosti s rizikem nákazy koronavirem průběžně mimořádná bezpečnostní opatření. Přinášíme vám přehled těch nejdůležitějších. Sledujte prosím náš web, facebook i letáky.

Text
Martin Hošna
Foto
Šimon Ornest, Pavel Šmída

Radnice spustila v souvislosti s šířením koronaviru dezinfekci dětských hřišť a veřejných prostranství, kde dochází ke zvýšenému výskytu obyvatel. U dětských hřišť, která jsou přístupná veřejnosti, se dezinfekce provádí každý den. Výjimku tvoří hřiště, která jsou uzamykatelná. Ta byla vydezinfikována a nyní jsou až do odvolání uzavřena. Od úterý 24. března přistoupila radnice také k dezinfikování vybraných veřejných prostranství. Předmětem dezinfekce jsou chodníky, komunikace uvnitř parků, schodiště, zábradlí, lavičky, koše, cyklostojany a ostatní mobiliář či vstupy do vybraných obchodů.

Provozní doba úřadu pro veřejnost je omezena na pondělí 9—12 hodin a středu 14—17 hodin. Otevřeno má podatelna, pokladna, oddělení osobních dokladů a evidence obyvatel, oddělení matrik a státního občanství, odbor živnostenský, odbor sociálních věcí a odbor výstavby. K dispozici je bezplatná informační linka radnice 800 163 163 a krizová linka 777 465 159. Provoz je zatím zajištěn v pracovní dny v rozmezí 8—18 hodin, v omezeném režimu bude funkční i o víkendech. Zaměstnanci radnice také nově rozšiřují aktuality pomocí letáků, které vylepují na vstupy budov na území Prahy 3. Ombudsman pro seniory je k dispozici na telefonním čísle 222 116 451. V případě neodkladných záležitostí si můžete domluvit návštěvu v domácím prostředí.

Městská část v zájmu zajištění maximální informovanosti obyvatel Prahy 3 urychleně spustila službu Mobilní Rozhlas, kterou rozesílá aktuální informace na e-mail a SMS. Bezplatnou registraci provedete na adrese praha3.mobilnirozhlas.cz/registrace.



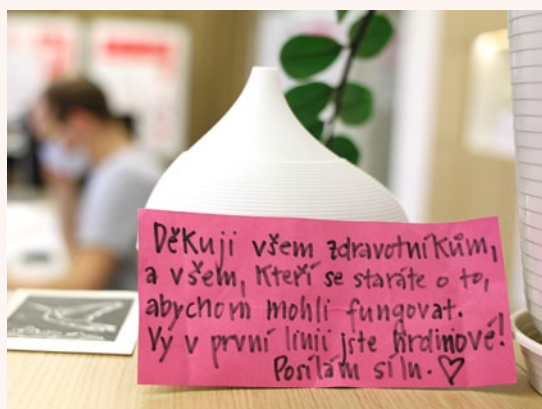
Operátorky v infocentru se vám hlásí každý všední den od osmi hodin



Momentálně rekordmanka v šití roušek, jinak ekonomka oddělení komunikace a propagace Jiřina Saidová

Přijedem s obědem

Online přihlášku k odběru obědů vyplníte na adrese www.praha3.cz/prijedemsobedem. Prodrobnosti najdete na straně 10.



Poděkování patří profesionálům, dobrovolníkům a vůbec všem těm, kdo pomáhají



Ředitel ZŠ Chmelnice Václav Havelka je další ochotnou posilou infocentra



Infocentrum teď koordinuje činnost zaměstnanců úřadu i dobrovolníků



Rozvozu obědů v rámci služby Přijedem s obědem se ujala autoskola Horázný



Služba Přijedem s obědem nasytila první strážníky už koncem března



Kuchařky ze ZŠ a MŠ Chelčického v plném nasazení

Informační centrum na náměstí Jiřího z Poděbrad koordinuje pomoc obyvatelům Prahy 3. Dobrovolníci i ti, kteří potřebují pomoc například s nákupem, se mohou ozvat na e-mail infocentrum@praha3.cz nebo na bezplatnou linku 800 163 163, která je v provozu od pondělí do pátku v rozmezí 8–18 hodin.

Pro seniory nad 65 let a držitele průkazu osoby se zdravotním postižením jsme zahájili rozvoz obědů do domácností, který zajišťuje autoskola Horázný. Přihlášku najdete na webu www.praha3.cz/prijedemsobedem nebo vám ji doručí naši pracovníci. Žádejte ji na telefonu 777 464 855 nebo mailu nechodteven@praha3.cz. Naskenované přihlášky pošlete na mail sedlackova@chelcickeho.cz nebo je po domluvě předejte zaměstnancům odboru

sociálních věcí. Rozvoz probíhá v pracovní dny mezi 10. a 14. hodinou, kdy je třeba být doma. Cena oběda v jednorázovém obalu je 75 Kč. Platbu je třeba provést bezhotovostně na účet školní jídelny ZŠ a MŠ Chelčického, který má číslo 556009/0300. Variabilním symbolem je rodné číslo strážníka. První obědy dorazily předplatitelům už koncem března.

Rada městské části se dohodla na odložení plateb nájemného včetně záloh na služby za pronajaté nebytové prostory, které jsou ve správě nebo majetku Prahy 3 na dobu tří měsíců, a to pro všechny nájemce nebytových prostor. Pokud se nájemci dostanou z důvodů spojených s epidemií koronaviru do finanční tísně, radnice jim umožní případné dlužné nájemné hradit i na základě splátkových



Radnice dezinfikuje veřejná prostranství...

kalendářů. Neúčtovaly by se ani úroky z prodlení za případné opožděné platby nájemného v období od 12. března 2020 do ukončení nouzového stavu.

Zápisy do základních škol proběhnou do konce dubna dle doporučení ministerstva školství bez přítomnosti dětí. Školy budou podrobně informovat o procesu zápisu na svých stránkách. Základní školy na Praze 3 vytvářejí možnosti pro komunikaci ohledně zápisů na dálku, nicméně osobní přítomnost zákonných zástupců je při podpisu žádosti, doplnění osobních údajů a některých citlivých informací nezbytná. Průběžně aktualizované informace najdete na webu školy, do které chcete dítě zapsat. Všechny školy pak budou pro budoucí prvňáčky organizovat akce, během nichž se děti mohou s prostředím školy seznámit. Jejich forma a termíny však závisí na vývoji bezpečnostní situace a době, kdy bude škola dětem opět otevřena.

Zápisy do mateřských škol budou probíhat podle plánovaného harmonogramu v květnu zřejmě také bez účasti dětí. Žádosti o přijetí do MŠ a potřebné formuláře budou umístěny na jejich webových stránkách. Doplnující informace najdete na stranách 34 a 35.

Městská část Praha 3 vytvořila ve čtyřech školách prostor a materiální i personální zajištění pro provoz pěti skupin dětí ve věku 3–10 let, jejichž rodiče pracují ve složkách integrovaného záchranného systému. Zákonní zástupci těchto dětí hlásí zájem o docházku prostřednictvím svého zaměstnavatele, ten postupuje informací odboru zdravotnictví Magistrátu hlavního města Prahy, který pak komunikuje s městskou částí, kdy a v jakém počtu je třeba skupiny otevřít.

Platnost zón placeného stání je pozastavena. Rezidenti si až do odvolání nemusí na úřadě prodlužovat parkovací kartu. //



... i dětská hřiště

Anketa: Trojka během koronavirové krize

Ondřej Rut (Zelení a nezávislí), místostarosta

Sousedská výpomoc je v této době nenahraditelná a je ohromně povzbuzující, jak to u nás na Praze 3 funguje a jak si lidé vzájemně pomáhají. Snažíme se o to, abychom i my jako radnice pomohli, kde se dá. Distribuujeme ochranné pomůcky od dobrovolníků, zaměstnanci přepážkových pracovišť usedli k šicím strojům, jiní zas pomáhají s rozvozem obědů seniorům. Krizové plány pro případ lokálního výskytu nákazy připravuje naše pečovatelská služba a domov pro seniory. Zásadní je, že nikdo nesmí zůstat bez pomoci a péče.

Margita Brychtová (Piráti), koaliční zastupitelka

Mám-li okomentovat současnou situaci, nejvíc se mi asi na mysli dere jediná věc: díky! Díky zdravotníkům, díky policistům, díky učitelům ve školách pro děti těch předchozích vyjmenovaných. Žijeme v době, kdy si situaci, která během minulého měsíce nastala, už nikdo neumí představit. Na tzv. španělskou chřipku před sto lety ale zemřelo možná až 100 milionů lidí. To už znovu nesmíme připustit!

Úspěšný konec krize se snad blíží, ale neusínejme na vavřínech! Nosme roušky, budme ohleduplní jeden k druhému, obzvláště pak k seniorům či nemocným. Rozhodně nemáme vyhráno a nemůžeme polevit. Díky všem, kdo pomáháte.

Michal Vronský (TOP 09 a STAN), koaliční zastupitel

V prvních dnech nákazy jsme za klíčovou považovali informovanost, a proto jsme během pár dnů zprovoznili aplikaci Mobilní Rozhlas a centrem dění se postupně stalo info-centrum na Jiřáku. Vzniklo zde také centrum pro distribuci roušek.

Průběžně dezinfikujeme vybrané ulice a dětská hřiště. Ve snaze minimalizovat vycházení osob nad 65 let jsme připravili službu rozvozu obědů. Vytvořili jsme také dětskou skupinu určenou pracovníkům integrovaného záchranného systému. Podnikatelům prodloužíme splatnost nájemného. Vedlejším efektem je i větší digitalizace radnice, rada MČ Praha už dnes umí hlasovat i online.

Alexander Bellu (Pro Prahu 3), opoziční zastupitel

Opatření vlády České republiky můžou někomu přijít zbytečně přísná či tvrdá. Ačkoliv s vládou ve spoustě otázek nesouhlasíme, tak v tomhle případě tomu tak není. Ty kroky jsou nezbytně nutné k tomu, aby se koronavirus přestal šířit. I v současné době by ale měla vláda komunikovat lépe a restriktivní opatření zavádět systematicky a ne nahodile, jak to může působit. Je správně, že se snaží chránit občany, a především starší obyvatele.

Apeluji na všechny, aby současná opatření dodržovali — žádné výlety, chataření. Když budeme disciplinovaní, pak je naděje, že současná situace potrvá kratší dobu.

**Přihlaste se zdarma
do Mobilního rozhlasu
Prahy 3 a dostávejte
nejaktuálnější
informace z radnice**



Infocentrum pomáhá v krizi

Poslání informačního centra na náměstí Jiřího z Poděbrad se v březnu radikálně proměnilo — vzniklo tu totiž krizové středisko pomoci obyvatelům Prahy 3.



Zástupkyně místní vietnamské komunity donesly 145 roušek

Text
Pavel Šmída
Foto
Pavel Šmída, Šimon Ornest



Eva Slezáková dává palec nahoru všem dobrovolníkům

Donedávna galerie a kulturní středisko teď koordinuje činnost zaměstnanců úřadu i dalších osob, které se rozhodly přispět k boji proti šíření koronaviru. „Aktuálně evidujeme 56 dobrovolníků,“ upřesňuje vedoucí Informačního centra Praha 3 Eva Slezáková. Část z nich zajišťuje například distribuci letáků s informacemi o nových bezpečnostních opatřeních nebo službách, které městská část nabízí místním. „Roznášeli jsme i letáky ve vietnamském jazyce na provozovny vietnamských večerek,“ doplňuje Eva Slezáková. Pomáhají při tom i zaměstnanci příspěvkové organizace Nová Trojka nebo třeba Václav Havelka, který by za normálních okolností seděl v ředitelském křesle Základní školy Chmelnice.

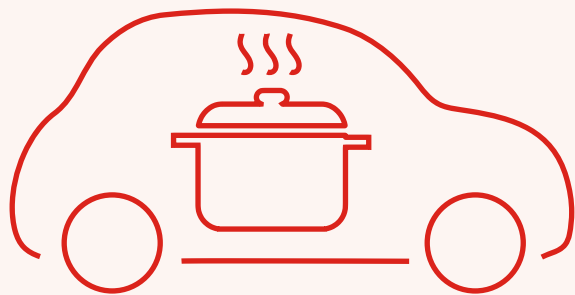
Vedle toho, že centrum dál poskytuje informační servis, plní nově funkci logistického překladiště. Shromáždilo například přes sto litrů dezinfekce, která putovala mateřským školám, Poliklinice Jarov a charitativní organizaci Naděje. Lidé sem ochotně přinášejí také hotové roušky nebo potřebný materiál — bavlněné látky, z nichž tu pak vznikají další ochranné masky. Ty mají pomoci zejména nejohroženější skupině — seniorům.

Pokud si je ze zdravotních důvodů nemohou vyzvednout sami, dovezou jim je dobrovolníci. „Od zahájení činnosti jsme jich rozdali přes 1 500,“ počítá Eva Slezáková. Distribuce roušek není přitom omezena jen na starší osoby, dostávají je i ošetřovatelé v pečovatelských domech,

Krizové středisko rozdalo už přes 1 500 roušek

zdravotníci, úředníci nebo lidé bez domova. Nové majitele našlo rychle také 145 roušek, které věnoval svaz vietnamské komunity — sdružení Ban Viet a sdružení Vietnamských žen v Praze 3, stejně jako 200 kusů jednorázových roušek od vietnamského obchodníka. Roušky z infocentra směřují například i do největších místních prodejen potravin. Personál je tam nabídne seniorům, kteří na své cestě za nákupy podcenili bezpečnostní rizika. //

Přijedem s obědem



→ telefon 777 464 855

Městská část Praha 3 spolu se školní jídelnou ZŠ a MŠ Chelčického připravila v době nouzového stavu v České republice z důvodu epidemie koronaviru rozvoz obědů do domácností.

Služba je určena pro seniory ve věku nad 65 let a držitele průkazu osoby se zdravotním postižením (průkazy TP, ZTP a ZTP/P) žijící v městské části Praha 3. Tyto skupiny patří mezi nejohroženější, proto se městská část snaží vytvořit podmínky k tomu, aby nemusely vycházet ze svých domovů.

- Obědy lze objednat prostřednictvím jednoduché on-line přihlášky pouze na celé období **do 17. 4. 2020**. V případě přetrvání nouzového stavu bude možné zajistit obědy na další týden od 20. 4. 2020 na základě platby do 15. 4. 2020 se stejným variabilním číslem strávnicka. O Velikonocích 10.—13. 4. 2020 se nevaří.
 - Ideální forma přihlášky je on-line na **www.praha3.cz/prijedemsobedem**, lze ale také využít papírovou formu (ke stažení tamtéž), kterou můžete zaslat jako scan e-mailem na **sedlakova@chelcickeho.cz** nebo předat pracovníkům odboru sociálních věcí ÚMČ Praha 3.
- 
- **Cena oběda v jednorázovém obalu je 75 Kč.** Jedná se o klasickou vyváženou a pestrou kuchyni nezohledňující dietní stravování. Velikost porce odpovídá dospělému strávnickovi školního stravování. Rozvoz probíhá v pracovní dny, v době od 10 do 14 hodin, kdy je třeba být doma. Obědy rozvázejí zaměstnanci Úřadu městské části Praha 3 a dobrovolníci.
 - Platbu je třeba provést bezhotovostně na účet školní jídelny ZŠ a MŠ Chelčického č. účtu **556009/0300**, variabilním symbolem je rodné číslo strávnicka. Případný přeplatek vzniklý na základě ukončení nouzového stavu bude vrácen zpět na účet plátce.
 - Prosíme, při vyplňování přihlášky věnujte pozornost vyplňování údajů o dostupnosti bytu, poschodí, číslu bytu a především tel. číslu, na kterém budete k zastížení v době doručení, aby se Vám pracovníci mohli dovolat, pokud by měli problém při vstupu do domu.
 - Veškeré doplňující informace získáte na čísle **777 464 855** (v pracovní dny od 9 do 15 hodin) nebo e-mailem **nechodteven@praaha3.cz**.

Sledujte informace na www.praha3.cz a www.facebook.cz/praha3.cz

Spolu to zvládneme.

Službu Přijedem s obědem organizuje
MČ Praha 3 ve spolupráci se školní jídelnou
ZŠ a MŠ Praha 3, Chelčického 43/2614



Jiří Ptáček: Vážím si všech, kteří pomáhají

Podle starosty Prahy 3 Jiřího Ptáčka vzedmula epidemie vlnu solidarity, uznání patří proto nejen profesionálům, ale i dobrovolníkům. Radnice zároveň chystá pomoc živnostníkům.



Text
Miroslav Štochl

Jaká je úloha městské části během aktuální krize?

Zajistit informovanost obyvatel a co nejefektivnější chod úřadu, funkčnost příspěvkových organizací a řešit mimořádné situace, se kterými se na nás obrací obyvatelé Prahy 3. Je třeba si uvědomit, že mezi příspěvkové organizace spadá například pečovatelská služba, která poskytuje služby zhruba 650 klientům z řad seniorů. Naši infolinku kontaktují stovky lidí s dotazy či s konkrétní žádostí o pomoc.

Která skupina obyvatel je nejohroženější?

Mezi nejvíce ohrožené osoby patří senioři. Je mi samozřejmě zcela jasné, že to není nic příjemného, ale v ideálním případě by měli zůstat v dobrovolné karanténě. Snažíme se pro to vytvořit vhodné podmínky. Ve spolupráci se školní jídelnou ZŠ a MŠ Chelčického a s dobrovolníky jsme spustili systém doručování obědů pro občany nad 65 let a občany se zdravotním handicapem. Za normálních okolností je většina z nich zvyklá postarat sama o sebe a nepotřebují podobné služby využívat, ale v tomto případě by bylo lepší, kdyby své vycházky omezili na minimum a nechali si jídlo doručit.

Byla Praha 3 na takovou situaci připravená?

Tohle je velmi relativní věc. Například jsme z preventivních důvodů nakoupili 2 000 ochranných roušek a dezinfekční gely ještě v době, kdy epidemie zuřila pouze v Asii a mnoho lidí si myslelo, že se něco takového Evropě vyhne. Tahle zásoba mimo jiné pomohla našim pečovatelkám prvních 14 dní, kdy se zmíněné pomůcky prakticky nikde nedaly sehnat. Nicméně kdybych tehdy věděl, co vím dnes, zásobili bychom se mnohem více. Jak se říká, po bitvě je každý generálem.

Jak hodnotíte opatření přijatá vládou?

Jednoznačně musím ocenit rychlost přijatých opatření na začátku krize. Byl to od vlády dobrý tah. Nicméně kvalitu hmotného zajištění poznala většina z nás. Stát musel udělit výjimku pro galanterie,

abychom si svépomocí mohli ušít roušky. Popravdě mě zamrazilo, když jsem na facebooku četl výzvu Podolské porodnice. Toto vysoce profesionální pracoviště bylo závislé na rouškách od domácích švadlenek, protože zcela selhalo zásobování zdravotnickými pomůckami. Politické exhibice a poklonkování u letadel, jež dorazila z Číny, též pochvalu nezaslouží. Více bych to nechtěl komentovat. Čas na případné hádky bude, až to celé skončí.

Bude mít současná situace na Prahu 3 dlouhodobý dopad?

Bezpochyby ano. Pochopitelně nikdo z nás neví, jak dlouho budou opatření trvat a jakým směrem se ještě události vyvinou. Nicméně již nyní je zřejmé, že obrovské škody vznikají u živnostníků a podnikatelů, kteří zde poskytují služby. Řada z nich se současně řadí mezi nájemníky radnice a my jim budeme muset pomoci. Už nyní jsme schválili odklad splatnosti nájmu a v návaznosti na další kroky státu jsme připraveni přijmout i další opatření pro zmírnění škod. Ale napadají mě i pozitivní věci. Všichni se teď snaží efektivizovat postupy, narostla ochota vyřizovat věci prostřednictvím internetu a seznamovat se s technologiemi, které do nedávna stály na okraji zájmu. Zkusme tuto zkušenost využít a posunout se v digitalizaci veřejné správy.

Co byste vzkázal místním?

Mám toho na srdci mnoho. V první řadě si vážím všech, kteří pomáhají. Ozvala se nám řada dobrovolníků a jsme svědky obrovské vlny solidarity. Zvláštní poděkování patří všem, kteří každodenně překonávají vlastní strach a nastupují službu ve zdravotnictví a pečovatelské práci. V podstatě jakákoliv práce s lidmi je teď spojena s rizikem nákazy, takže každý den myslím na prodavačky u pokladen, řidiče MHD či úředníky na přepážkách. Těch profesí je celá řada. Díky jim za to.

Budte prosím odpovědní a zůstaňte zdraví! //

Senioři jsou vystaveni těžké zkoušce

Starší lidé patří teď z hlediska fyzického i psychického zdraví k nejohroženější skupině obyvatel. Jak mohou překonat tíseň způsobenou izolací, radí ředitelka Pečovatelské služby Emilie Kalová (EK) a ředitelka Ošetřovatelského domova Petra Gabriel Lojdová (PGL).

Text
Miroslav Štochl

Jaký vliv má nedobrovolná izolace, například v právě souvislosti s karanténou, na psychiku seniorů?

EK — Senioři jsou v souvislosti s celosvětovou pandemií vystaveni těžké zkoušce. Patří k nejohroženější skupině a vědí to. Tyto dny jsou pro ně proto mimořádně náročné. Navíc mají významně omezené možnosti živého kontaktu s ostatními osobami a ocitli se více či méně v izolaci. Byly zrušeny společné aktivity. Senioři jsou tak odkázáni na individuální program. Hodně z nich sleduje televizní zpravodajství, které jim během těchto dnů na náladě také moc nepřidá. Nejlépe situaci po psychické stránce snáší ti, kteří mají pevné rodinné vazby a se svou rodinou jsou v častém kontaktu, byť někdy jen telefonickém či emailovém. Možnost své obavy a strach sdílet se svými nejbližšími je v tuto chvíli k nezaplacení. Pokud senior rodinu nemá nebo s ní neudrzuje žádný kontakt, je pro něj situace mnohem náročnější. Objevuje se smutek, se kterým je nutno pracovat.

PGL — Současná situace ovlivňuje psychiku nás všech bez rozdílu věku, narušení běžného režimu není příjemné nikomu. Nedobrovolnou izolaci prožívají jinak senioři, kteří žijí v domácím prostředí, a jinak ti, kteří žijí v zařízeních našeho typu. Všeobecně platí, že odloučení od blízkých přináší citové strádání a výrazné změny v denním režimu s sebou nesou pocity nervozity, nejistoty, mrzutosti a v takovém případě může dojít až k celkovému zhoršení zdravotního stavu.

Nařízená opatření proto přijímáme postupně a jsou nastavená tak, aby je naši klienti co nejlépe zvládli psychicky a zároveň, abychom pro ně zajistili maximální bezpečí. Přes všechna nařízení se snažíme, aby společenský život v našem domově

neustal. Klienti se nadále mohou setkávat na partičku karet, mohou se navštěvovat a setkávat ve svých navykých skupinkách, potkávat se s ostatními při procházce na zahradě. Každý den probíhá nějaká aktivita a je poskytována rehabilitace, jen s tím rozdílem, že jsou klienti rozděleni do menších skupin. Dobrá nálada, radost a optimismus jsou nejúčinnější prevencí proti všem nemocem a „chmurnám“, a právě proto se našim klientům věnujeme v takové míře, aby situaci zvládli co nejlépe a s úsměvem.

Jak mohou takové situaci čelit sami senioři?

EK — Seniorům doporučujeme, aby se pokud možno drželi předem daného denního režimu. Zůstali u svých rituálů, byť někdy třeba ani neopustí svůj byt. To znamená ráno se převléct do denních šatů, ustlat postel a stanovit si nějaké cíle i pěkné chvíle, které chtějí ten den zažít. Některé činnosti pro ně naopak mohou být novinkou a je nejlepší čas je vyzkoušet. Může to být například luštění sudoku či

Samozřejmě je v tuto dobu více než důležitý pocit bezpečí

připojení na internet, videohovory... Samozřejmě je v tuto dobu více než důležitý pocit bezpečí. Je vhodné, aby každý senior měl ověřené funkční kontakty pro případ, že bude potřebovat náhlou pomoc nebo se dostane do nouzové situace. Výhodou v tuto chvíli samozřejmě mají senioři, kteří žijí



Emilie Kalová

v domech s pečovatelskou službou, kde je případná pomoc doslova na dosah ruky. Ale i na ostatní seniory je v tomto smyslu myšleno. Například službu tísňové péče, kterou nabízí v Praze několik společností a která je schopná zajistit intervenci u seniora, pokud stiskne nouzové tlačítko, by v tuto chvíli dle mého názoru měli alespoň individuálně zvážit všichni samostatně žijící senioři. Za velmi vhodné považuji, aby senioři zůstali v kontaktu mezi sebou, byť třeba jen telefonicky. Vzájemná podpora od lidí, kteří jsou v podobné situaci, potěší vždy dvojnásob.

PGL — Dnešní senioři jsou výjimečnou skupinou současné společnosti, která zažila skutečné problémy. Zažili válku, převrat v roce 1948 a pocítili opravdový nedostatek, nutnost šetřit, museli se omezovat v radosti a v zábavě, jejich společenský život byl omezený, totalitní. Dříve se lidé museli často vypořádávat se situacemi, které je omezovaly, často ohrožovaly na životě, a právě proto staří lidé prožívají život s určitým nadhledem. Často se stává, že se stydí postěžovat si, jsou zvyklí neobtěžovat okolí. V našem domově je však jisté, že klient nebude vzniklé situaci čelit sám, a právě toto vědomí jim pomáhá situaci zvládat poměrně dobře a myslím i lehčeji. Klienti u nás v domově prožívají nová přátelství a mohou sdílet své starosti s ostatními. V tuto chvíli si myslím, že si uvědomují, proč jsou nastavena všechna opatření a omezení a že nám v konečném důsledku jde hlavně o to, abychom je ochránili, protože právě jejich životy jsou touto dnešní pandemií nejvíce ohrožené. Celý tým zaměstnanců se snaží klienty povzbuzovat a připravit jim dlouhý čas. Nelze však zpochybnit to, že největší hodnotou starého člověka je rodina a pak zdraví, proto je v současné situaci velice důležité si na klienta najít čas, dát mu najevo opravdový zájem a umět mu naslouchat.

Jak jim i při omezeném styku mohou pomoci druzí: pečovatelé, příbuzní, přátelé, sousedé?

EK — Pečovatelská služba P3 pracuje s celou škálou technik, které dokáží seniorům v jejich samotě a strachu ulevit. Nejjednodušším a nejúčinnějším nástrojem však pořád zůstává empatický rozhovor. Věnovat seniorovi čas a účast, vyslechnout jej, pochopit a povzbudit. Dát mu jistotu, že zítra přijdu zase, že jsem zde pro něj a je pro mě důležitý. Tuto podporu by seniorům měli umět dát jak profesionální pečovatelé, tak rodinní příslušníci, přátelé či sousedé.



Petra Gabriel Lojdová

Důležité jsou samozřejmě praktické věci. Senior potřebuje nakoupit, uvařit, vyprat, vyžehlít a uklidit domácnost, stejně jako každý z nás. V době izolace se některá z těchto „samozřejmostí“ může stát velmi komplikovanou. Je velmi vhodné ověřit v těchto dnech, zda je o seniory v naší rodině a v našem širokém okolí v těchto ohledech postaráno. Nikdo nesmí zůstat sám a bez pomoci. To je prvořadý úkol nás všech — příbuzných, pečovatelů, přátel, sousedů, spoluobčanů... Prosím, mějme oči a srdce otevřené a postarejme se o naše seniory. Tak jako se oni kdysi starali o nás.

Nejúčinnějším nástrojem pomoci zůstává empatický rozhovor

PGL — Uvědomujeme si, jak je tato situace pro blízké našich klientů zatěžující a že i oni strádají a stýská se jim. Přesto maximálně respektují snahu nás, zaměstnanců, o vytvoření bezpečí pro klienty. Koncem února došlo k omezení návštěv a začátkem března jsme domov úplně uzavřeli. Ještě před pár dny jsme umožňovali rodinám nosit drobné nákupy, ale s ohledem na zhoršující se situaci a z preventivních důvodů jsme možnost předávání balíčků zakázali. V tuto chvíli je kontakt rodin s klienty omezen na spojení mobilním telefonem, v kontaktu jsou prostřednictvím e-mailu, někteří posílají dopisy či pohledy. V kontaktu s našimi klienty jsou i dobrovolníci. Všichni zaměstnanci v přímé péči klientům pomáhají už jen tím, že dodržují nařízená opatření a hlavně že v této krizové situaci chodí do práce a že stále platí to, že péče o klienty je pro ně posláním. Odvaha, zdravý rozum a veselá mysl jsou v dnešní době k nezaplacení.

V souvislosti s tím nedokážu říct, komu dříve poděkovat. Pomoc přichází ze všech stran a já si toho nesmírně vážím. Zároveň si uvědomuji, že bez těchto zdrojů by byla vzniklá situace mnohem náročnější. Všechny dobré skutky, všechna milá psaní a poděkování jsou významnou zpětnou vazbou pro nás pečující. Vědomí, že v nastalé situaci nejsme sami, nás nesmírně posiluje. //

Integrační centrum Zahrada je denní stacionář, který pomáhá dětem s kombinovaným postižením. Jak funguje v současné situaci, popisuje jeho ředitel Jiří Drahota.



V Zahradě teď vrčí šicí stroje

Text
Martin Hošna
Ilustrace
Lukáš Fibrich

Jak momentálně funguje Zahrada?

Naše instituce pečuje o děti s kombinovaným postižením, z nichž většina spadá do velmi ohrožené kategorie. Rozumně se stáhly do bezpečí za hradby svých domovů. V integračním centru teď vrčí šicí stroje a na zahradě mečí kozy, které jsou na rozdíl od nás lidí v pohodě.

Nabízíte pestrou škálu služeb. Pokračuje některá z nich v omezeném provozu?

S rodinami našich klientů jsme ve stálém kontaktu. V tomto týdnu jsme pro ně šili roušky a poskytovali drobné odlehčovací služby. Zahrada je stále veřejnosti otevřená pro sousedské procházky. Vejít lze hlavním vchodem.

S čím teď nejvíc pomáháte klientům?

Popravdě řečeno, jako všichni v této zemi jsme zatím poněkud ve zmatku. Máme za sebou první týden z neznámo jak dlouhé doby. První týden všichni zvládli skvěle. Rodiny i kolegové. Nicméně nás pravděpodobně čeká dlouhý běh. Zatím mají všichni finanční, energetické a emocionální zdroje. Uvidíme za čas, co začne docházet a co bude potřeba dodávat.



Rodiny podporujete i po psychické stránce.

S jakými dotazy se na vás nyní nejvíce obracují?

Být týden doma není žádná tragédie. Samozřejmě že naši klienti — stejně jako my všichni ostatní — mají obavy, co přijde. Jsme na začátku této divné události a vůbec netušíme, co bude za měsíc. Možná nás to mine, možná někdo onemocní. Ale jsme zvyklí improvizovat. Máme tým, který je zkušený a profesionální. Zároveň máme velice přátelské a podpůrné vztahy mezi sebou i s rodinami našich klientů. Myslím, že zvládneme ledacos.

Možná z nás krize vymáčkne něco dobrého

Hodně vyrážíte na výpravy. Museli jste najít v tomhle směru jinou alternativu?

Pro všechny lidské bytosti — naše klienty nevyjímajíc — je důležitý pocit bezpečí. Ten máme ve známých prostorech. Držíme se za peci a využíváme prostory naší Zahrady.

Jste připraveni nějakým způsobem na krizovou situaci, která by mohla nastat?

Rodiny, které mají dítě s postižením, žijí v jistém slova smyslu v permanentní krizi. Obavy z toho, co přijde, jsou jejich denním chlebem. Vlastně si můžeme nyní představit, jaký tlak prožívají den co den. A teprve se ukáže, zdali je současná situace zocelí, nebo naopak vyčerpá jejich sílu. Ale v krizi jsme všichni. Plujeme vstříc neznámému. Jako lidé ze sociálních služeb jsme více navyklí tomu, že se potřebujeme navzájem. Ta krize nás zmáčkne, ale možná z nás vymáčkne i něco nečekaně dobrého. Ukáže se, že jsme nepřehlédnutelně všichni součástí jednoho velkého propojeného organismu, který drží pohromadě. //

Martina Marešová: Základem je omezit počet kontaktů

Pokud se chcete vyhnout nákaze, omezte svou přítomnost pouze na domov a pracoviště, radí ředitelka protiepidemického odboru Hygienické stanice hlavního města Prahy Martina Marešová.

Text
Miroslav Štochl
Ilustrace
Lukáš Fibrich

Co se týče rizika šíření nákazy koronavirem, liší se nějak hygienická situace v Praze a v Praze 3 od zbytku republiky? Jak?

Z hlediska šíření nákazy je situace v celé Praze stejná, Praha 3 se nijak neliší. Proti zbytku republiky je samozřejmě Praha na tom hůře z důvodu větší kumulace osob. V době, kdy se objevovaly první případy onemocnění v Itálii, byly jarní prázdniny v Praze 6 až 10, takže riziko importované nákazy bylo větší v těchto městských částech.

Aktuálně vláda deklarovala, že zásobování potravinami a léky je a bude zajištěno.

Část obyvatel se snaží předzásobit potravinami i hygienickými prostředky a pomůckami. Má předzásobení smysl? Lze doporučit některé potraviny a hygienické prostředky, v jejichž případě jsou navýšené zásoby vhodné?

Předzásobit se má smysl na přibližně dva až tři dny předem. Nemělo by jít o předzásobování se na měsíce předem. Při nákupu potravin je vhodné upřednostňovat trvanlivé potraviny před rychle se kazícími. //

Z hlediska šíření nákazy je situace v celé Praze stejná

Jaké další kroky vedle hygieny rukou, nošení roušky a omezeného vycházení může podniknout každý z nás, aby riziko nákazy minimalizoval?

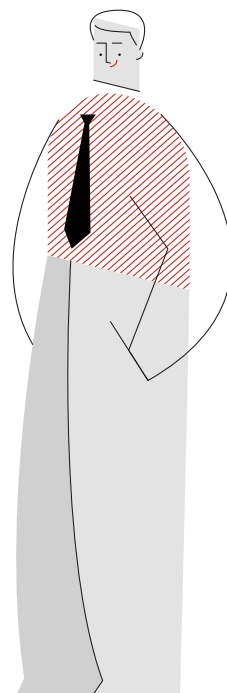
Základem je omezit počet kontaktů s ostatními lidmi, se kterými člověk přijde do styku. Dále si řádně mýt či dezinfikovat ruce, nosit ústní roušku a přítomnost omezit pouze na domov, případně pracoviště.

Je šíření nákazy koronavirem typem krizové situace, která by z hlediska hygieny dovolovala vládě razantně omezit provoz obchodů s potravinami a léčivý?



Radnice mapuje klíčové aktéry městské části

Praha 3 spustila v březnu zpracování nového strategického plánu, který určí její směřování na příštích deset let. Teď hledá klíčové osoby, se kterými vize prodiskutuje.



Text
Tomáš Rákos

Město tvoří jeho obyvatelé. Někteří z nich mají přitom o něco významnější roli než ostatní: buď se aktivně podílejí na společenském životě, reprezentují spolky či organizace, nebo zastupují instituce. Říká se jim stakeholderi nebo aktéři a z pohledu radnice mají pro městskou část obrovskou hodnotu. Stojí za nimi totiž konkrétní komunity občanů, s kterými umějí komunikovat. Tito komunitní lídři mají zároveň hlubší vhled do místního dění a vůli zajímat se o věci veřejné.

Vedle aktérů bude mít prostor k diskuzi i veřejnost, úředníci a experti

Kdo jsou hlavní aktéři na Trojce? Jde například o ředitele škol, o majitele obchodů, šéfy organizací zajišťujících sociální služby nebo vzdělávání, zaměstnavatele, živnostníky, organizátory kulturních akcí, ale také o respektované osobnosti na sociálních sítích, místní patrioty, historiky nebo zástupce městských organizací. Dohromady tvoří zdánlivě nesourodou, a přitom klíčovou skupinu lidí, bez kterých nelze vývoj městské části plánovat. Každý z nich má přitom vedle profese další sociální roli a může být zároveň rodič, senior a tak dále.

Trojka spustila v březnu zpracování nového strategického plánu, který zhmotňuje její vize na příštích deset let. A právě na aktéry se bude spolehat v další etapě. „V tuto chvíli probíhá první

fáze přímo na úřadě, s úředníky. S odpovědnými odbory probíráme, co je nutné brát při plánování v potaz. Zároveň ale také vytváříme mapu aktérů působících na Praze 3. Ta by měla mít pro další postup zásadní přínos,” vysvětluje radní pro strategii Jana Belecová s tím, že už eviduje bezmála dvě stovky kontaktů. „Chceme pak všem nabídnout, aby se s námi sešli k projednání strategického plánu ať už prostřednictvím veřejných setkání nebo elektronicky. Rádi bychom, aby se z našich stakeholderů stali klíčoví partneři radnice,” dodává Belecová.

Cílem je převést zpětnou vazbu aktérů na datové přehledy, které budou využity při dalších krocích. Jakmile se takový postup osvědčí, hodlá úřad s aktéry spolupracovat i na jiných projektech. „Chceme se teď se všemi seznámit, vyzkoušet si komunikaci, a půjde-li vše podle plánu, rádi bychom se ad hoc na tuto skupinu obraceli i v budoucnu. Ať už půjde o konzultaci nad projekty a strategiemi nebo se bude jednat o pravidelný kontakt, kdy budeme sdílet know-how. Věříme, že tak můžeme v budoucnu předejít mnohým nedorozuměním a konfliktům,” doufá Jana Belecová.

Zpracování strategického plánu potrvá rok a půl. Vedle aktérů bude mít prostor k diskuzi i veřejnost, úředníci a experti. Výsledkem bude srozumitelná sada kroků, která pomůže Praze 3 držet svůj směr ve všech klíčových tématech. Více informací najdete na planujtrojku.cz. //

Praha 3 láká mladé posily na startovací byty



Trojka má nový recept, jak řešit nábor pracovních sil. Studenti pedagogiky, mladí učitelé a sociální pracovníci, kteří se tu rozhodnou působit, dostanou šanci získat zvýhodněné bydlení.

Text
Miroslav Štochl

S novou metodou, jak přilákat studenty a čerstvě vystudované učitele, pro něž je bydlení poblíž městského centra finančně náročné nebo úplně nedostupné, přišla Praha 3. Pokud se osvědčí v praxi, nabídne jim možnost získat startovací byty za zvýhodněné nájemné. To samé platí i pro zaměstnance tří organizací zřizovaných městskou částí v sociální oblasti — Ošetřovatelský domov, Pečovatelskou službu a Integrované centrum Zahrada.

Kvóty pro profesní byty schválila městská část v březnu a byty by měly být připraveny k nastěhování ve druhé polovině roku. Dvacet bytů má být letos určeno pro základní školy, dostat by se mělo ale také na organizace v sociální oblasti, zaměstnance mateřských škol, sociální pracovníky nebo zaměstnance Úřadu MČ Praha 3.

Novinkou letošního roku je systém, který umožní školám a organizacím v sociální oblasti nabízet profesní byt nejen stávajícím, ale i novým zaměstnancům. Každá základní škola a organizace v sociální oblasti totiž dostala rozhodnutím rady jeden byt, jehož obsazení bude navrhovat přímo ředitel. Ředitelé tak získávají nástroj pro nábor zaměstnanců.

Byty, které budou školy v rámci náborového řízení používat zřejmě nejvíce, jsou ty pro spolubydlení. Ředitel může vybírat učitele na začátku kariéry, dokonce ještě studenty vysokých škol.

U startovacích nebo „stabilizačních“ bytů pak platí pravidlo, že by učiteli mělo být nejvýše 35 let a měl by v dané škole mít splněnou dvouletou praxi. O určení bytu pro spolubydlení nebo pro stabilizaci zaměstnaneckého týmu rozhodne vedoucí odboru školství na základě požadavku ředitele školy. Rada městské části může ale na základě doporučení bytové komise schválit postup, který se od dané metodiky liší.

Iniciativa radnice se začínajícím pedagogům zamlouvá

Ohlasy zatím potvrzují, že iniciativa radnice se začínajícím pedagogům zamlouvá. „Zájem je velký. Počítáme s tím, že se byty obsadí velmi rychle. Některé školy mají učitele, kteří svou bytovou situaci aktuálně řeší, takže oba byty obsadí v podstatě hned. Školy občas evidují i několik vhodných zájemců a budou muset rozhodnout losem. Do systému snad každý rok přibude několik bytů, aby se nám v průběhu následujících let podařilo zajistit dostatečnou kapacitu,“ doufá místostarosta Štěpán Štrébl, který na Praze 3 garantuje oblast školství. //

Robert Vano: Prožil jsem vše možné, a teď abych se bál koronaviru

**Světznámý fotograf se
rozhovořil o tom, jak vidí
svět a Žižkov ve svém
rozostřeném objektivu.
A taky o tom, čeho se
teď bojí.**



Text
Martin Hořna
Foto
Martin Hořna
Archív Roberta Vana & Martin Hořna

**Na Praze 3 jste se zabydlel natolik, že tu prý
chcete zůstat i po své smrti.**

Dostal jsem jako dárek hrob na Olšanských hřbitovech od jedné čtyřicetileté paní, která pochází z Rudné a Žižkov je pro ni z ruky. Nikoho nemá a v hrobě, který patří městu, leží její maminka. Takže asi má strach, aby tam nebyla navždy sama, protože ona chce spočinout ve své obci. A navíc, pokud by hrob nikdo neplatil, přiklepli by ho úředníci někomu jinému. No to víte, je to trochu divné. (smích) Ale aspoň bych zůstal na Žižkově, kde bydlím již od sametové revoluce.

**Někteří fotografové nedají na Žižkov pro jeho
charizma dopustit. Jak je to s vámi?**

Před třiceti lety tu byl takový Disneyland. Báli jste se, aby vám nespada cihla na hlavu, jak to tady bylo po komunismu neudržované. Teď už je to dobré. Fotím jinak módu — sny, nikoli realitu. Čili mě jako fotografa Žižkov zas tak nezajímá.

Jak vypadá váš pracovní den?

Fotím svoje věci, vyvolávám je a rámuju. V pátek, v sobotu a v neděli dělám mužské akty nebo zahrady. Ta se nehýbe a nemluví. Od pondělí do pátku dělám na zakázkách. To jsou většinou holky. Pro ně je market daleko větší než pro kluky. Holky mají svoje Vlasty, Růženy, Květy, ale muži jen nějakou rybařinu. Vlastně můj život se může zdát nudný pro lidi okolo mě, protože nic jinak nedělám. V kině jsem byl naposledy, když se potopil Titanic. Zrovna aktuálně řeším, jestli mám chodit na besedy a setkání s lidmi, kteří se třeba vrátili z Itálie. Prožil jsem vše možné — drogy, alkohol, sex, a teď abych se bál, že nepřeziju koronavirus? V televizi furt tak straší, že je ten vir nebezpečný hlavně pro lidi po šedesátce.

**Narazil jste na klienty, s nimiž jste měl problém
se domluvit?**

Když potkám paní, která chce, abych fotil třeba

kombajny, tak to pochopitelně neklapne. Byla třeba zakázka, abych nafotil barokní architekturu v Čechách. Takže odmítám hodně věcí, protože je neumím. Nefotím pod vodou, nádor na mozku, mléčnou dráhu, zatmění slunce, nelezu po Himalájích... Je to jiná technika, kterou nepoužívám. Oproti jiným mám výhodu, že nemám žádné závazky — manželku, děti, psa, chatu, drona, zkrátka nic. Takže si vydělám svými portréty. A teď už jezdím i zdarma v metru.

Fotím sny, nikoli realitu

Co teda fotíte nejraději?

Furt ty stejný kluky, kterým je mezi 18 a 22 lety. Měl jsem sen vyfotit Beatles, ale rozpadli se dřív, než jsem se stal fotografem. Nemám potřebu fotit Angelinu Jolie nebo Madonnu. Jdu do agentury, kde si vyberu postavu. Neznám je, nevím, jak se cítí, ani mě to nezajímá. Když dělám zakázku, vím, co potřebuji. Jestli jenom hlavu, oko, ruce, nohy...

Jste dlouholetým kritikem ostré fotografie.

Já tu ostrost nechápu. Vždyť mi přece takhle reálně nekoukáme! V malířství se nic v tomhle směru od dob Leonarda da Vinci nezměnilo. Ten říkal, že oči jsou oknem do duše. Ve fotce to platí stejně. Přitom udělat ostrou fotku není žádný kumšt. Dám clonu 22 a mám fotku ostrou od pindoura až nahoru a nemusím se koukat ani do hledáčku. Problém je to, co je mezi tím. Lidi už nevědí, že clona je vzdálenost fotografa od objektu, který fotil. Nevidí čas pohybu. Fotky tohoto formátu nemají duši. Jako kdyby už nikdy nepadalo listí, nepršelo, nesněžilo... Nic se neděje, hlavně aby to bylo ostré.

Kdo je podle vás fotograf?

Nejen ten, kdo to cvakne, ale zároveň někdo, kdo film vyvolá a zarámkuje. Doktor taky není jen ten, kdo něco rozřízne, ale šít neumí. Když bych někomu zadal, aby udělal ruční fotku, bůh ví, jestli by si věděl rady. Dnes vás vyfotí i tříleté dítě.

Fotíte na mobilní telefon?

Ano, proč ne? Není důležité, na co fotíte. Důležité je, abyste z výsledku udělali dobrou image. Samozřejmě, výstavu do Paříže byste s mobilním telefonem neudělali. Ale ty nejlepší už umějí nastavit čas, ISO a clonu jako klasické foťáky. Nezáleží na vzdělání. Důležité je, co umíte.

Jak dlouho trvalo, než jste se v Americe stal z kadeřníka fotografem?

Asi patnáct let. Neměl jsem ani školu, ani řádnou průpravu. Ale jako kadeřník jsem byl na placu s lidmi, co fotili modelky. To byla škola k nezaplacení. A já jsem chtěl umět fotit a udělat jsem pro to maximum. Držel jsem panu fotografovi reflektor, dohlížel jsem na prostředí a nabíral jsem zkušenosti. Ale taky vařil kafe nebo myl záchody. Stejně jako při vaření, kdy vám babička říká, kolik je potřeba mouky, kdy těsto vykyne, jak dlouho se má buchta péct. Učil jsem se nejen o technice, ale i o komunikaci.



Robert Vano

Robert Vano (1948) se narodil v Nových Zámcích na Slovensku maďarským rodičům. V roce 1967, krátce po maturitě, emigroval do USA. Pracoval jako kadeřník, vizážista, masér a asistent pro fotografy módy (Horst, Glaviano, Castel, Fallai), později se prosadil jako fotograf světových módních časopisů (Harper's Bazaar, Vogue, Elle, Cosmopolitan). Po roce 1989 se vrátil do Československa a zakotvil v Praze na Žižkově. V letech 1996–2004 pracoval jako umělecký ředitel české edice časopisu Elle, odsud se přesunul na pozici art directora v agentuře Czechoslovak Models, kde působil do roku 2009. Vydal několik fotografických publikací, vystavoval například v New Yorku, Miláně, Londýně i v Praze. V roce 2010 získal evropskou cenu Trebia za tvůrčí činnost.

Na začátku rozhovoru jste mi prozradil, že jste naši schůzku málem odřekl kvůli hrozbě koronaviru. Naštěstí jsme se ale sešli.

Viděl jsem dokument o britské královně. Té se ptali, jestli se nebojí hospodářské krize, která byla před dvanácti lety. A ona řekla: „Milý pane, já prožila dvě světové války, krach na burze, nacismus, komunismus, vyhoření wimbledonského paláce, potopu a víte co? Nic se neděje.“

Nezáleží na vzdělání. Důležité je, co umíte

Obavy ale z koronaviru mám a naši schůzku jsem chtěl opravdu zrušit. Vždyť je mi přes 70 let a média i okolí mě straší. Ale pak jsem si řekl, že budete poslední, s kým se sejdu, a ostatní naplánované akce holt počkají, až se to přežene. //

Synchron jako dialog dvou generací



Pokud to bezpečnostní opatření dovolí, představí žižkovské Atrium od 24. dubna další vítěze Open Call 2020. K vidění tu bude kombinovaná výstava Synchron Jaromíra Šimkūje a Vladimíra Vély.

Text
Iva Vojtková s použitím textu kurátorky Terezie Zemánkové

Jaromíra Šimkūje (1955) a Vladimíra Vély (1980) od sebe dělí jedna generace, umělecká zkušenost i východiska výtvarného projevu, přesto ve výsledném výrazu i významu svého díla dospívají každý vlastní cestou k pozoruhodnému souzvuku. I když se Vélovy malby a Šimkūjovy kovové objekty mohou na první pohled jevit jako čistě abstraktní, jejich jádro je na výsost konkrétní. Východiskem se jim stala realita hmotného světa, jejíž principy, energie a uspořádání forem důkladně studují a transformují je do výtvarného jazyka. Jestliže Věla, dědic odkazu hyperrealisty Zdeňka Berana i konceptualisty Milana Knížáka, zoomuje předmět až do makro-detailu, který pietně vyjímá z celku, v monumentální formě jej přenáší na plátno či papír, aby zkoumal jeho vnitřní pnutí a dynamické děje, Šimkūj postupuje opačně. Vychází především z různých podob krajiny viděné při svých každodenních cestách z okna vlaku, jejíž proměnlivé kompozice převádí do geometrických tvarů a linií zkonstruovaných z plechů a drátů.

Oba umělci svůj přístup charakterizují jako naturalistický; ke spatřené skutečnosti nic nepřidávají, jen ji

„kondenzují“ do primárních forem a linií se strukturálně zpracovaným povrchem. Jejich tvorba je svého druhu meditací nad materiální základnou jevů a jejich vzájemnými souvztažnostmi v prostoru, jejichž pevný řád s rozkoší nahloďávají subtilním prvkem nahodilosti a akcentem chybování.

**Synchron, galerie Atrium,
Čajkovského 12, Praha 3,
24. 4. — 24. 5.**

Společně se prvně setkali na projektu Naturalismus ve zlínské galerii Kabinet T. v únoru roku 2018, jehož kurátorkou byla, stejně jako nyní v Atriu, Terezie Zemánková. Výstava s pracovním názvem Synchron určená pro prostory Galerie Atrium ale rozhodně nebude jeho reprízou. Cílem žižkovského projektu je představit nové soubory drátových plastik a cyklus kovových kompozic doplněných skicami Jaromíra Šimkūje v interakci s lavírovanými kresbami a monotypy Vladimíra Vély. Jej

finální podoba má krystalizovat ve vzájemné komunikaci obou umělců při instalaci výstavy a má se stát samostatným tvůrčím aktem in-situ.

K výstavě je připravován katalog. Ten by měl vyjít během května a bude konfrontovat fotografie obou spřízněných projektů, aby zmapoval růz-

né podoby komunikace děl obou autorů ve „white cube“ Kabinetu T. a v komorním výstavním prostoru Atria. Zároveň se pokusí nastínit vývojový průřez tvorbou obou autorů se zřetelem na společná či prolínající se témata.

Aktuální informace o případných změnách termínů najdete na atriumzizkov.cz. /I/

Foto nahoře
Jaromír Šimkūj, z cyklu Vlakové kresby, 2016

Hledáte způsob, jakým si v karanténě zlepšíte náladu a hlavně posílíte imunitu? Máme pár tipů na cviky, při kterých si vystačíte třeba jen s podlahou nebo nábytkem.



Protáhnout tělo si můžete i doma

Text
Martin Hošna

Nohy

Stačí se rozkročit na šířku ramen a vytočit špičky mírně od sebe. Ruce dejte v bok, pokrčte kolena a udělejte dřep. Ten by neměl být natolik hluboký, aby vaše stehna byla rovnoběžně s podlahou. Dbejte na to, abyste se při pohybu nepředkláněli a drželi trup vzpřímeně. Dalším ideálním cvikem na nohy jsou stříhy. Lehněte si na záda a ruce zasuňte pod zadek. Nohy poté zvedněte do svislé polohy a kmítejte jimi do stran.

Břicho

Lehněte si na podlahu, ruce volně položte vedle sebe, nohy mírně pokrčte v kolenou. Pomalu je zdvíhejte nahoru v 60stupňovém úhlu. Dalším vynikajícím cvikem jsou zkracovačky. Lehněte si na záda, ruce zasuňte pod hlavu a nohy pokrčte tak, aby chodidla spočívala na podlaze. Začněte mírně kulatým pohybem zvedat hlavu, ramena a lopatky ze země. Stejným pohybem se vraťte do původní polohy.

Záda

Na přitahy v předklonu se vám bude hodit jakékoli závaží. Stoupněte si s mírným rozkročením a uchopte činku do rukou nadhmatem či podhmatem na šířku ramen, mějte stabilizované a vzpřímené tělo, jehož svalstvo máte plně pod kontrolou. Poté pokrčte mírně kolena a běžte do předklonu, který vychází z kyčlí. Tělo je přitom stále v pevné a kontrolované pozici. Úhel předklonu je přibližně 45°. Po dosažení vrchní polohy na

chvilku vydržte a proveďte vrcholnou kontrakci. Poté pomalu a vědomě spouštějte činku do počáteční polohy a protáhněte svaly ve spodní části.

Ramena

Předpažování je cvik pro flexi ramenou. Předkloňte se tak, abyste měli záda rovná, nikoli kulatá. Mírně prohněte nohy v kolenou a ruce v loktech. Obloukem zvedejte ruce do stran, dokud nebudou rovnoběžné s podlahou. Následně je vraťte zpět do výchozí polohy. K této námaze se hodí lehká nebo středně těžká činka.

Ideálním cvikem na nohy jsou stříhy

Prsa

Klekněte si na rovný nekluzký povrch. Ruce položte tak, aby byly stejně daleko od sebe jako ramena pod nimi. Pokrčte ruce v loktech a pomalu spouštějte hrudník dolů, těsně nad podlahou. Potom zatlačte a vraťte hrudník do výchozí polohy. Důležité je nepřerušovat napětí prsního svalstva, ve spodní poloze nelehat na zem a ve svrchní poloze nepropínat lokty. Vyhněte se pomocným pohybům pánve a zadku, které snižují efektivitu cviku. Pracovat musí pouze hrudník, ostatní části těla jsou fixované. //

Za hranice všedních dní za časů koronaviru

Jste v karanténě, staráte se o děti nebo čerpáte home office? Zpestřete si čas deskovou nebo online hrou.



Text
Pavel Šmída

Jak se zabavit a udržet si pozitivní mysl v době omezení volného pohybu? Zkuste si hrát online! Ivo Denemark, spoluzakladatel festivalu deskových her ŽižCon, který se již několik let koná na Praze 3, doporučuje web Tabletopia.com: „Najdete tu stovky her pro všechny věkové kategorie. Jsou tu různé žánry od klasik, jako jsou šachy a karty, přes několikahodinové strategické hry až po novinky. Z velké části jsou přístupné zdarma, předpokladem je alespoň základní znalost angličtiny a bezplatná registrace.

Domácnost se může proměnit třeba v ostrov Robinsona Crusoea

Další kategorií jsou deskovky předělané do podoby mobilních aplikací. Ve strategické civilizační hře *Through the Ages: Nový příběh civilizace* například zažijete s přáteli všechny epochy od pravěku až po kosmický věk. Její autoři navíc získali zisk z prodeje věnují na boj proti viru. *Galaxy trucker* vás promění ve vesmírné kamionáky. Stavíte vesmírný tahač ze zbytků, abyste se s ním následně vydali na cestu za vesmírnými piráty.

Dáváte přednost klasickým deskovým hrám a zároveň nemáte parťáka? Hrajte sólovky, hry pro

jednoho hráče. Vaše „izolovaná“ domácnost se může rázem proměnit třeba v opuštěný ostrov Robinsona Crusoea. Vžijte se do role vynalézavého trosečníka, naučíte se, jak přežít, vyrobit si nástroje a oblečení, obstarat si potravu, a rázem zapomenete na nedostatek mouky nebo droždí. Máte-li rádi kriminální seriály nebo filmy, ve hře *Detektiv*: po stopách zločinu vyšetřujete fiktivní zločiny a využíváte elektronickou databázi a další realistické pomůcky, jako jsou zprávy z místa činu.

Pokud by vám snad v současné době scházelo napětí, hra *Kolonie* vypráví postapokalyptický příběh, v němž se snažíte udržet osadu přeživších zvířátek. Veselejší scénář nabízí — zatím pouze v angličtině — hra *Fog of Love*, která je určená zejména párům. Ztvárníte v ní dvě postavy, které se setkají, zamilují a prožijí příběh připomínající romantickou komedii. //



Fresh senior na Trojce slaví šest let

Mezi organizace, které na Praze 3 pořádají programy zaměřené na seniory, patří i spolek Porte. Jeho projekt Fresh senior tu úspěšně funguje už šest let.

Text Miroslav Štochl

Fresh senior začínal před deseti lety na Praze 6 a Praze 1. Na Praze 3 zahájil svou působnost v roce 2015. Pro místní obyvatele pořádá každoročně více než 40 programových odpolední, která mohou zájemci díky podpoře radnice navštívit zdarma. „Pomocí rozmanité nabídky aktivit, spojené s neformálními uměleckými vystoupeními, vytváříme nejen atmosféru přátelských sousedských setkávání, ale připravujeme i vzdělávací a kulturní programy pro náročnějšího návštěvníka. V minulosti jsme vytvářeli i program pro festival Fresh senior na náměstí Jiřího z Poděbrad. Věříme, že se nám ještě podaří uskutečnit podobnou venkovní akci, kde bychom rádi dali možnost odprezentovat programové nabídky našich spřátelených organizací, jimiž jsou například Konto Bariéry, Remedium, Mezi námi a mnoho dalších,“ vysvětluje předsedkyně spolku Porte Vladana Rýdlová.

Průměrná měsíční návštěvnost akcí konaných v rámci projektu Fresh senior se pohybuje okolo 1 300 osob. Nejčastěji jsou to hudební vystoupení, setkání se známými osobnostmi, komentované vycházky a exkurze. V rámci Akademie Fresh senior se konají také přednášky vztahující se k lidskému zdraví, workshopy a dílny, besedy a další aktivity. Fresh senior zároveň pořádá jazykové a pohybové kurzy. Jeho základnou jsou Kulturní centrum Vozovna a prostory Atria na Žižkově.

„Naším posláním je pomáhat vytvářet společenské prostředí, které bude přátelské k seniorům a jejich specifickým potřebám. Formou podpory specializovaných programů pro seniory se radnice Prahy 3 řadí k těm městským částem, kde se senioři mohou cítit plnohodnotnými členy společnosti a která si váží jejich životní zkušenosti a snahy o zapojení do aktivního života,“ shrnuje koordinátorka projektu Karolína Pohlreichová. //



Důležité je udržovat kontakt

Senioři jsou momentálně nejzranitelnější skupinou obyvatel. Nastalou situaci si nedovedou vysvětlit, bojí se. Ani v současné nelehké situaci by neměli podléhat panice. Měli by se snažit neměnit životní styl a vykonávat běžné denní činnosti, stanovit si program na následující den, například četbu, sledování televizních pořadů nebo drobný úklid, na který stačí.

Důležité je udržovat pravidelný, alespoň telefonický kontakt s rodinou, přáteli, sousedy. V případě potřeby pomoci mohou kontaktovat odbor sociálních věcí nebo ombudsmana pro seniory na telefonním čísle 222 116 451, případně přímo Pečovatelskou službu Praha 3, a to na čísle 222 586 262.

Odbor sociálních věcí eviduje několik desítek zcela osamělých seniorů ve vyšším věku, kteří nevyužívají žádné sociální služby. Všichni byli telefonicky kontaktováni sociálními pracovníky odboru s nabídkou pomoci.

Dotazy seniorů jsou nyní cílené na příznaky nemoci, ochranu před nakažením a chování v souvislosti s karanténou. Dále se obávají izolace, nedostatku léků, nemožnosti případného spojení s lékařem a nedostatku potravin. Všem byla nabídnuta nebo poskytnuta pomoc. //

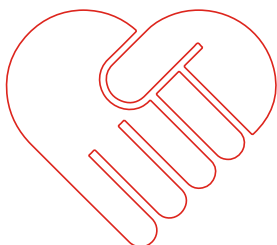


Zdeňka Hošková

- ombudsman pro seniory
- Seifertova 559/51
- T: 222 116 451
- hoskova.zdenka@praha3.cz

Ombudsman poskytuje seniorům Prahy 3 poradenství v oblasti bydlení, důchodů, sociálních a zdravotnických služeb, volnočasových aktivit, zajišťuje bezplatné právní poradenství, doprovod při úředních jednáních a pomoc v tíživých životních situacích.

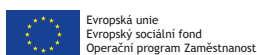
Terénní sociální práce



- Jste senior nebo osoba se zdravotním postižením?
- Bydlíte na Praze 3?
- Pociťujete osamělost, nemáte dostatek informací a kontaktů?
- Jste v těžké sociální situaci a nemáte běžné možnosti, jak ji řešit?
- Je pro Vás obtížné osobně docházet na úřad?

Neváhejte se na nás obrátit — rádi Vám pomůžeme!

- Naši sociální pracovníci jsou Vám k dispozici na telefonu v pracovní dny 9—15 h, v pondělí do 18 h.
- **tel.: 773 768 086, 770 184 571**
- e-mail: pece@praha3.cz
- praha3.cz



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Praha / / /

Potřebujete psychologickou pomoc?

Stránka delamcomuzu.cz vám nabízí po dobu trvání epidemické krize konzultace zdarma

Potřebujete s někým mluvit?

Poradna Alfa nabízí zdarma pomoc na webu alfahs.cz, telefonu 722 913 207 a mailu petra.adamkova@alfabet.cz

Chcete se stát dobrovolníkem?

Podrobnosti najdete na 1url.cz/3zQfl



Zapojte se do oslav 90. výročí ZŠ a MŠ Pražačka

Vlastníte historické artefakty spojené s výchovou a vzděláváním v uplynulých 90 letech (hračky, stolní hry, dětské knihy, učebnice, sešity, fotografie, filmy...)?

Chcete se setkat se svými bývalými spolužáky?

Rádi byste dětem vyprávěli o tom, jaké to bylo chodit do školky či školy na Pražačce za vašeho dětství či si s nimi zahráli oblíbenou hru vašeho mládí?

Dejte nám o sobě vědět! Jakékoliv nápady a nabídky související s oslavami 90. výročí ZŠ a MŠ Pražačka prosím adresujte: MŠ: 778 440 698, gabriela.hermannova@msprazacka.cz.



Zveme vás na devadesátiny

Jak, kdy a s kým slavíme? Dne 1. 9. 2020 od 8 do 16 hodin pořádají ZŠ a MŠ Pražačka ve spolupráci s odborem kultury MČ Praha 3 **Den otevřených dveří**. V prostorách obou škol proběhnou výstavy o historii a současnosti obou institucí spolu s bohatým doprovodným programem pro návštěvníky všech generací.

Co vás čeká? Pamětníci se podívají do prostor, kde strávili část svého dětství a porovnájí jejich současnou podobu s vlastními vzpomínkami, nahlédnou do **kronik**, zhlédnou **archivní filmy a fotografie** či se setkají s **bývalými spolužáky**. Zkrátka nepřijdou ani mladší návštěvníci a jejich děti, kteří si mohou vyzkoušet nejrůznější **zábavné a vzdělávací aktivity**. Školní kuchyně pro vás připravuje ochutnávku jídel uvařených podle **retro receptů** a těšit se můžete na mnoho dalšího...

Chcete se zapojit? Vlastníte dobové **hračky**, **stolní hry**, **fotografie**, **dětské knihy** či jiné vhodné materiály související se vzděláváním v uplynulých 90 letech? Byli byste ochotni je zapůjčit pro účely výstav při ZŠ či MŠ Pražačka? Neváhejte se obrátit na: Martina Dalibová (zástupkyně řed. MŠ), kontakt 778 440 698 nebo gabriela.hermannova@msprazacka.cz.



Těšíme se na viděnou 1.9.2020!

Marie Kašparová: Podílíme se na komunitním životě

Jak se má proměnit Atrium na Žižkově a Kulturní centrum Vozovna, popisuje nová ředitelka Marie Kašparová.



Text a foto
Martin Hošna

S jakou vizí jste nastoupila do vedení příspěvkové organizace Za Trojku, která je provozovatelem kulturních prostorů Atrium na Žižkově a KC Vozovna?

Těším se z toho, že jsou oba prostory nově zrekonstruované. Bude však nutné lépe a konkrétněji definovat úlohu organizace v rámci městské části. Pro budoucí rozvoj obou míst tak vnímám jako zásadní zachovat to, co je dobré, na co jsou návštěvníci zvyklí, a zároveň rozšířit programovou nabídku o další žánry, třeba o aktuální a interaktivní projekty. Za důležité také považuji zapojit se aktivněji do celopražských akcí. Považuji za podstatné vnímat naši značku jako významný subjekt na poli kulturního a společenského života Prahy 3, který program nejen sám aktivně vytváří, ale rovněž propojuje a inspiruje další lokální aktéry. Co je však v tuto chvíli nejdůležitější, je dát do pořádku chod celé organizace — po organizační i administrativní stránce.

Chceme rozšířit programovou nabídku

V čem spatřujete hlavní úlohu téhle příspěvkové organizace?

Na území Prahy 3 existují lokality s velkým počtem institucí, které se věnují poskytování kulturních služeb v oblasti hudby, výtvarného umění a vzdělávání v uměleckých oborech. Tento potenciál by měl být maximálně využit a vytěžen. Roli organizace vidím v iniciativě dlouhodobě koordinovat a podporovat komunikaci a spolupráci mezi těmito subjekty tak, aby došlo k vytvoření významné sítě kulturních institucí a aby Praha 3 mohla být vnímána jako inspirativní kulturní čtvrť. Neméně důležitou roli organizace vidím ve spolupráci s dalšími institucemi městské části a jejich přímé zapojení do našich akcí.

Jak vidíte budoucí programovou náplň Atria na Žižkově?

Celkově vnímám Atrium mimo jiné jako instituci, která kultivuje a vzdělává. Část pravidelných pořadů by tedy měla směřovat k edukačním aktivitám, a to především v oblastech hudby a výtvarného umění. Důraz by měl být kladen na současné trendy tak, aby byly tyto programy atraktivní a podněcovaly zájem o umění a kulturu jako takovou. V neposlední řadě by se však Atrium mělo stát nepostradatelnou součástí komunitního života v lokalitě a místní lidé z nejbližšího okolí by jej měli vnímat jako místo pro setkávání a aktivní trávení volného času. Atrium by tak do svého programového schématu mohlo zahrnout i pořádání tematických akcí u příležitosti tradic, svátků a výročí.

Jaké změny plánujete v souvislosti s KC Vozovna?

Velkou výhodou Vozovny je její bezprostřední sousedství s pobočkou městské knihovny. Přímou se nabízí umět čerpat z toho, že před její dveře přicházejí čtenáři, tedy lidé, kteří mají zájem o kulturu a společenské dění. Vozovna by mohla připravovat ambicióznější projekty přímo ve spolupráci s pobočkou či přímo s ústředím městské knihovny. Program Vozovny by tak měl reflektovat současné literární trendy, vzdělávat ve faktech či seznamovat mladou generaci s historií. Například skrze významná výročí našich literárních klasiků.

Jak se potýkáte se současnou situací, kdy platí zákaz na všechny kulturní akce?

Mrzí nás, že v těchto náročných dnech neumíme nabídnout program, který jsme pro naše návštěvníky na jaro připravili. Už teď jsme však v kontaktu s umělci a připravujeme náhradní termíny všech akcí, u kterých to bude jen trochu možné. Aktuální informace hledejte na webových stránkách KC Vozovna a Atria. Všem přeji hlavně hodně zdraví a sil toto těžké období překonat! Společně to určitě zvládneme, i když se teď nebudeme tolik potkávat. //

Tragédie na stavbě



Skupina žižkovských dělnic a dělníků na dobovém vyobrazení

Z archivu Klubu přátel Žižkova připomínáme text z pera jeho někdejšího předsedy Vladimíra Sakaře. Popisuje v něm zřícení domu v Žerotínově ulici.

Připravil
Miroslav Štochl

Při četbě známé Neffovy románové pentalogie, ve které tvoří podstatnou část dobového pozadí výstavba Žižkova, nabýváme přesvědčení, že autor čerpal také ze soudobé literatury a tisku a snad také z historických pramenů. Skutečnosti, které se dozvěděl, však zasazoval do vyprávění tak, jak

ulice Vavřince z Březové a datuje ji ke 14. lednu roku 1880. Dům, který byl stavěn, charakterizuje jako „třípatrový barák chudinského typu“. Je zcela evidentní, že jde o stavbu, která neexistovala, protože neznáme z počátků Žižkova ulici Vavřince z Březové a konečně také proto, že během roku 1880 byl na Žižkově vybudován toliko jeden jediný dům a kdy doléhá nejsilněji na stavebníky nedostatek hmotných prostředků.

Popsané neštěstí bylo snad největším při výstavbě Žižkova vůbec

se mu to zdálo být vhodné. Typickým příkladem takového počínání je vyprávění o zřícení dosud nedostavěného domu, které stálo život několika lidí. Ve svém románu *Zlá krev* (vydán z roku 1961, s. 10) lokalizuje tuto nehodu do právě budované

Vzorem je Neffovi pravděpodobně zpráva o zřícení nedostavěného domu, na jehož místě stojí dnes dům č. p. 397 (U Zeleného věnce, Žerotínova ulice 26). Novostavba byla částí zástavby na parcelovaných pozemcích, které předtím náležely usedlosti Smetanka. Došlo tu ke zřícení části novostavby ještě nehotové celkem dvakrát: poprvé když se v polovině prosince 1872 sesula její nevelká část a podruhé 15. ledna 1873. Tenkrát zůstala stát jen průčelní stěna a k neštěstí došlo, když na stavbě pracovali zedníci. Obětí se stalo celkem šest lidí



Rytina Františka Chalupy zachycuje Žižkov v roce 1871 — dva roky před tragédií

(jeden člověk zemřel po několika dnech). Ve stavbě pokračoval stavebník přesto, že již v prosinci 1872 vinohradská obec vydala zákaz provádění dalších prací. Příčinou neštěstí byla špatná kvalita užívaného staviva, jejímž spojencem bylo bezhlavé šetření materiálem. Inženýr Knor o tom píše ve svém posudku: „... práce je částečně velmi líná a nedbalá; vazba cihel mizerná. Cihly jsou na více místech špatné, slabě pálené a velmi křehké. Malta někde dosti dobrá a již ztvrdlá, někde hubená a dosud měkká. (...) Dle všeho se zdá, že stavebník tuze šetří a špatný materiál k stavbě upotřebuje a že stavitel stavby málo si všímá.“

Stavebníkem — bezohledným „domařem“ — byl jistý František Horn, jehož snahou bylo rychle zbohatnout. Původně byl kožišník v Karlíně, pak začal obchodovat porcelánem, a protože mu i to málo vynášelo, stal se podnikatelem staveb... Jeho charakteristiku dokreslí snad ještě to, že zřízení domu v roce 1873 nebylo prvním neštěstím na jím podnikané stavbě. Již v roce 1865 se sesula část zdi jím budovaného domu č. p. 127 (Husitská č. p. 90). „Projektantem“ domu v Žerotínově ulici byl jistý Jan Krtek, zednický mistr z Karlína. Ten se o vedení stavby nijak nestaral — činil tak bez náležité kvalifikace a bez odborných vědomostí Horn sám. Odpovědně jednal patrně jen polír Josef Červinka, který prý upozorňoval Horna na závady a zničil i část špatného stavebního materiálu.

Velmi zajímavé bylo stanovisko trestního soudu k celé věci. František Horn byl odsouzen k půl roku vězení a k tomu, aby pozůstalým vdovám a sirotkům dal „jistou náhradu“. Jan Krtek byl odsouzen též k šestiměsíčnímu žaláři a navíc ještě k pokutě 300 zlatých. Bylo mu též zakázáno provádět dále stavby do té doby, než se podrobí novému přezkoušení; nejhůře dopadl polír Červinka. Byl odsouzen k pěti měsícům vězení (a navíc byl ještě při neštěstí dosti citelně poraněn). Popsané neštěstí bylo snad největším toho druhu při výstavbě Žižkova vůbec — a asi jediným, při němž zahynuli lidé. //

Žižkov se rozrůstal americkým tempem

rok	počet obyvatel	počet domů
1866	3 049	95
1871	5 489	171
1876	16 606	361
1881	21 545	380
1886	30 221	533
1891	42 903	732
1896	60 877	916

Zdroj: Zdeněk Šesták: Jak se ze Žižkova stalo velké město

Čínský špion odhalen na Havlíčkově náměstí

Připravil Karel Světlík

Díky mimořádně duchapřítomnému zásahu radniční ochranky se podařilo zamezit zatím nespecifikované diverzní akci ze strany ČLR. Vše je stále předmětem vyšetřování. Svobodomyšlný Žižkov je známý svou podporou Tibetu, a není tedy divu, že je dlouhodobě pro Čínu tím, čím se v poslední době staly Řeporyje pro Rusko. „Agresivita a intenzita čínských zpravodajských akcí na Žižkově stoupá. Čeká nás opět nelehké jednání s Pekingem,” řekl zdroj z radnice, který si nepřál být jmenován. //

Vzpomínání na „socík“

Žižkované si začátkem minulého měsíce připomínali dobu reálného socialismu. Vykoupili určité typy zboží a fascinovaně pak zírali do prázdných regálů. Jaké to je, když místo rolí toaletního papíru je v regálech jen velké prázdno? Když musíte vzít zavděk ubrousky, a i ty docházejí? V posledních třiceti letech to tu nikdo nezažil. Vzpomínalo se po celé Praze 3, nicméně hrdinou se stal Lidl na Ohradě, kde bylo prázdno na více místech, mj. i v oddělení těstovin. Lidé při té příležitosti vzpomínali i na legendární socialistická branná cvičení. Jelikož dostupnost plynových masek už není taková, museli se mnozí spokojit s rouškami. //

Duch Jana Žižky promluvil

Žižkovští spiritisté ze spolku Průkopník se spojili s duchem Jana Žižky. Bylo to poprvé po sedmi letech. „Vojevůdce pečlivě sleduje místní dění, mimořádně se těší na letošní výroční oslavy bitvy na Vítkově. Zároveň ho velice znepokojují hrozby z Východu. Bylo toho mnoho. Chystáme se jeho názory detailně tlumočit vedení radnice,” uvedli ve svém prohlášení spiritisté. Místní buňka spolku skeptiků Sisyfos to nenechala bez reakce: „Nemají to v hlavě v pořádku. Měl by se jim opravdu ten Žižka zjevit a praštit je palcátem po hlavách, aby přišli k rozumu.” //

U nás v Rudolfově



Málokdo dnes ví, že Žižkov není původní jméno naší čtvrti. Začátkem 70. let 19. století se Žižkov nejprve jmenoval Rudolfov.

Text Viktor Žižkov

Stalo se tak na počest korunního prince Rudolfa Habsburského, syna tehdejšího císaře Františka Josefa I, a to v době, kdy na zdejších svazích nestály skoro žádné domy. (Ten dole u Vltavy se po něm dodnes jmenuje Rudolfinum.) Tohle jméno se prý ale neujalo, a tak byl Rudolfov časem úředně přejmenován na Žižkov. Korunní princ měl dost rozumu a z podobné prkotiny nedělal žádnou aféru — zastřelil se, jak se sluší a patří, až kvůli jedné mladé holce.

Jakmile se směl používat název Žižkov, začaly místní ulice i hospody dostávat jména na počest středověkých náboženských fanatiků, blouznivých kazatelů, nesmířitelných „božích bojovníků“ nebo bitevních polí, kde se v 15. století tehdejší monoteističtí sektáři mlátili, bodali a řezali hlava nehlava. V téhle radikální atmosféře, s husitskými asociacemi a lacinými výčepy na každém rohu, uzrála časem zákonitě myšlenka na vyhlášení Žižkova republikou.

Jenže všechno mohlo dopadnout úplně jinak. Kdyby se totiž název Rudolfov býval ujal, dějiny naší čtvrti by se patrně vydaly úplně jinou cestou. Názvy ulic by v tom případě musely ladit s monarchistickým a imperiálním jménem tehdy samostatného města. Dnes čím dál tím kontroverznější Koněvova ulice, pojmenovaná po čím dál tím kontroverznějším sovětském maršálovi, se po celá staletí před (možná skutečně poněkud neuváženým) přejmenováním Rudolfova na Žižkov jmenovala Vídeňská cesta, až potom začala dostávat jiné názvy. V pruhabsburském Rudolfově by nepochybně Vídeňská cesta nebo ulice nikomu nevadila, právě naopak, takže by se nikdy nepřejmenovala a problémy s jakousi Koněvkou by vůbec nenastaly. Duch Rudolfova by byl patrně stejně silný, nezávislý a originální, jako je ten žižkovský. Akorát by to byl duch monarchistický: místo Republiky Žižkov bychom prostě žili v Království Rudolfov. Otázku panovníka bychom neřešili, stejně jako nikdy neřešíme funkci prezidenta, ačkoli je naše žižkovská republika starší než ta česká. V Rudolfově by byl králem každý Rudolfan a královnou každá Rudolfanka. Já bych se nejspíš jmenoval Viktor von Rudolfov a bydlel bych dejme tomu na rohu ulic Maršála Radeckého a Franze Ferdinanda, do Mahlerových sadů bych to ale měl určitě stejně daleko jako teď. A do rubriky Monarchie v Radničních listech Města Rudolfova a Královských Vinohrad bych jednoho jarního dne sepsal podivnou fantasmagorii o jakémsi Žižkově a Republice Žižkov, jako bychom u nás v Rudolfově neměli dost aktuálnějších problémů. //



Rodinná pekárna Dvorník

Pekárna Dvorník, která sídlí v Roháčově ulici, má dva provozy pro pečení celozrnného a bezlepkového pečiva. Lepek neobsahuje více než polovina jejích výrobků.

Text
Miroslav Štochl

Pekárna Dvorník vznikla před 25 lety, aby doplnila sortiment obchůdku se zdravou výživou, kterou David Dvorník v tu dobu vedl, o čerstvé pečivo. S manželkou Janou se rozhodli vzkřísit používání původních starých českých plodin a péct z nich sladké i slané koláče. „Tehdejším okolím jsme byli považováni za blázny, protože jsme začali péct z bio celozrnné mouky, celého žita, špaldy, pohanky, jáhel, ovsa... a navíc bez bílého cukru, mléka i vajec. To vše samozřejmě bez éček a pouze ručně. A lidé začali zjišťovat, že co je zdravé, může být zároveň i moc dobré,“ popisuje Jana Dvorníková. Brzy i vedoucí několika dalších prodejen projevili zájem o dovoz takových koláčů, takže když obchůdek, ve kterém David pracoval, skončil, rozhodli se dále už jen péct a rozvážet svoje pečivo.

Po několika stěhováních zakotvili na Žižkově a v malém domku ve dvorním traktu postupně zrekonstruovali dva oddělené provozy pro pečení celozrnného a bezlepkového pečiva. Dnes je už více než polovina výrobků pekárny garantovaná jako bez lepku a zájem o ně dál roste. Součástí nabídky jsou i bio celozrnné chleby s vlastním živým kvasem a bez bílé mouky nebo ručně válené ochucené chlebové plátky, které jsou po upečení křupavé, trvanlivé a skvěle nahradí třeba chipsy. Sortiment pekárny se neustále rozrůstá. Jana Dvorníková absolvovala cukrářský kurz, takže dokáže upéct i dietní narozeninové a svatební dorty „na míru“, tedy se složením přesně podle představ zákazníka.

Se vznikem farmářských trhů uvítali manželé Dvorníkoví možnost své pečivo hned prodávat a zjistit okamžitou odezvu od zákazníků, takže místo kamenné prodejny je dnes najdete hlavně na trzích. Kromě nich pekárna zaváží své výrobky už do více než 60 obchodů v Praze i mimo ni. //

Eliška Hrachová, dobrovolnice



Protože chodím na gymnázium, za normálních okolností bych v těchto dnech už od ranních hodin seděla ve třídě ve své lavici a učila se o lidském těle nebo o literatuře v meziválečném období. Poté bych trávila svůj čas s přáteli na školních pozemcích, v kavárně, přípravou na další školní den nebo se svým otcem. Takhle by to šlo den za dnem až do konce školního roku, který se nám velkou rychlostí blíží. Přemýšlela bych, co budu dělat celé prázdniny, a trávila čas vymýšlením výletů se svými přáteli.

V poslední době tomu tak bohužel není. V této těžké situaci, kterou všichni prožíváme, jsem se stala dobrovolnicí v Informačním centru městské části Praha 3. Místo svých obvyklých povinností proto teď každé ráno vstávám, zapínám počítač a své vzdělání získávám pomocí online výuky. Poté se většinou vydávám do obchodu, kde nakupuji nejen pro sebe, ale i pro své sousedy, kterým se nyní hodí jakákoliv forma pomoci.

Pak pokračuji na Jiřího z Poděbrad do informačního centra, ve kterém vyzvednu letáky na vylepení nebo ušité roušky, které poté roznesu na dané adresy. Den si rozvrhnu tak, abych stihla všechno potřebné a pokusila se tak splnit svoje povinnosti a zároveň pomohla co nejvíce lidem, kteří nemají možnost si v tuto chvíli poradit sami.

Ochota a vzájemná pomoc ostatním je přesně to, co teď potřebujeme, a proto mě tolik potěšila zpráva z informačního centra, díky které jsem se k dobrovolnictví dostala. I za sebe bych velice ráda poděkovala všem dobrovolníkům a lidem, kteří se na této spolupráci podílejí. Vzhledem k nejistotě, kterou teď každý den prožíváme, a k pokynům, které se každý den mění, mě těší pohled na tuto spolupráci a soudržnost mezi sousedy třetí městské části, ale i jinde. //

POMŮCKY: AKOV, KODON, PUN, SIMI	JEMNÁ TKANINA	BÁSEŇ O PASTÝŘ- SKÉM ŽIVOTĚ	CHEM. ZN. LAWRENCIA	MPZ ESTONSKÁ	NULY	KOLEM	///	OBYVATEL STÁTU EVROPY	SPZ OSTRAVY	VÍTEŽKA SOUTĚŽE KRÁSY	VELIKÁN	TROPICKÉ OVOCE	///	PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY	INICIÁLY REŽISÉRA KLOSE	OBYVATELÉ ČÁSTI MORAVY	VŘESOVEC	SAMOČINNÁ STŘELNÁ ZBRAN	HLAVNÍ MĚSTO GRUZIE
FERRUM							PŘÍSLUŠ- NICE ETNICKÉ MĚŠINY						PRKNO U POSTELE						
SPRÁVNÍ OBVOD							LETADLO DRUH PLACHET- NICE						BROUK VRUBOŮN POSVÁTNÝ MALÝ VŮL						
MPZ LIBANONU			1. ČÁST TAJENKY ČESKÝ YOUTUBER												DOBOVÝ TANEC SOUBOR 9 HUDEBNÍKŮ				
VELKÝ PYTEL				POBÍDKA ZNAČKA KOSMETIKY				ULTRAZVUK BÁSNIČKY NÁZEV IRSKA						ŽENSKÉ JMÉNO TEORIE VZDĚLÁVÁNÍ					
JMÉNO NOVINÁŘE KISCHE					PŘÍTOK ODRY ZÁTKA SUDU					ZŮSTÁTEK NA UČTU BALKÁNSKÁ DUTÁ MÍRA						HORA V NEPÁLU ROSTLINNÝ ORNAMENT			
PRACOVNÍK VE SLÉVÁRNĚ						ŠVÝCARSKÁ ŘEKA ZN. ZÁPÁLEK					ŘEKA PROTEKAJÍCÍ PAŘÍŽI VÝZVA						CHEM. ZN. ARSENU OŠCHNOUTI NA POVRCHU		
///	VOJENSKÉ HLÁŠENÍ	JM. HERCE MONTANDA ČLEN NAB. SEKTY					VÝKLENEK VE ZDI SLOH					LHOŠTEJNO KDE STARO- GERMAN							
INICIÁLY PROZAICA KIPLINGA			HRDINSKÁ BÁSEŇ CELKOVÁ PREZENTACE					UZLÍK V TKANINĚ PTÁK ČERMÁČEK						NAPADENÍ DRUH LEPENKY				SVÁZANÝ PRAMEN VLASŮ	LITERÁRNÍ ŽÁNŘ
LETŇANSKÝ PODNIK					SPZ LITOMĚŘIC PLÁTEK MÁSA				2. ČÁST TAJENKY JITRO										
PAMELA DOMÁCKY				PŘEDSÁLI V DIVADLE KARTÁGINEC						VÝTVARNÁ TECHNIKA SESKUPENÍ CVIČENCŮ					TĚLO SEVERÁN				
AFRICKÝ KOPYTNÍK						KDO NEŘÍKÁ PRAVDU NĚMECKY „ON“					ANGLICKY „HLAVNÍ“ KINGŮV ROMÁN					ARABSKÉ MUŽSKÉ JM. INT. DOMĚNA SENEGALU			
NAŘÍZENÍ (KNIŽNĚ)							STARO- ŘECKÁ POHŘEBNÍ OBĚT						ZASTARALÝ NÁZEV FOSFORU						
KOUČ							JEDNOTKA GENETICKÉ INFORMACE						ROSTLINA PRHA						



Velikonoční omalovánky Saki Matsumoto

Rubrika reprezentuje názory koaličních a opozičních zastupitelů Prahy 3



Společně to zvládneme

Alexander Bellu (Pro Prahu 3), opoziční zastupitel

Ekonomika na tom není dobře. Ti velcí, korporace, to možná vydýchají. Mám ale obavu o ty malé. Dobře víme, že současná vláda malým živnostníkům a středně velkým podnikům spíše hází celou dobu klacky pod nohy. EET, nestálé kontroly, zákazy a další omezení, která se objevila v posledních letech. To znamená další a další poplatky a restrikce a nařízení, jak mohou či nemohou podnikat.

Nastal nouzový stav, vyhlásila se karanténa a vy ze dne na den musíte zavřít restauraci. Podnikatel musí platit nájem, nemá příjem a dodávku zboží, kterou objednal den před zavřením, v podstatě může rozdat, část zlikvidovat. Vláda dopředu nikomu vědět nedala. Odpoledne jste tedy objednával zboží, druhý den máte zavřeno. Proto je nutné teď naprosto razantně apelovat na Vládu ČR, aby začala prodávát návrhy ODS, aby začala řešit možné úlevy a podpořila znovu nastartování ekonomiky, až bude po všem.

Mám i konkrétní návrh pro naši radnici. U nás na Žižkově je spousta živnostníků, kteří provozují své podnikání v prostorách městské části. Navrhuji, aby se těmito lidem, kteří jsou výrazně zasaženi současným řáděním koronaviru, odpustilo nájemné za tento a případně i další měsíce. Jsou to naši sousedé a věřím, že i toto solidární gesto jim pomůže v následujících měsících udržet provozovny otevřené.

V tom širším měřítku by měla česká vláda začít pumpovat peníze do ekonomiky. Vidíme, že Německo má na to připraveno několik bilionů eur. Tolik my samozřejmě nemáme, ale právě teď je přesně ten čas začít pumpovat peníze do ekonomiky, protože jen tak se může rychle vzpamatovat. Věřím, že společně to zvládneme.



Úvaha obecná

Tomáš Sunegha (KDU-ČSL), opoziční zastupitel

Abych mohl pomáhat druhým, musím toho být schopen a ku pomoci ochoten. Druhy pomoci

jsou různé. Věcná pomoc, psychická pomoc, výuka atp. Pomáhat se dá i tak, že něco neudělám. Jsou takové časy, kdy je dobré nekýchnout, nenakupovat a právě tím někomu pomoci. Naprostým základem lidského jednání by měla být vždy snaha neublížit druhému, ale ani sobě.

Vlastní přesvědčení o konání dobra ovšem může být objektivně pácháním zla. Kdo se například plete do věcí, kterým nerozumí, kdo zabírá místo znalejšími, ten darmo marní čas, konzumuje prostředky a využívá zdroje — neúčelně, neekonomicky, neekologicky. Objektivně škodí. Takoví lidé přitom velice často nevidí svou neschopnost, nezamýšlejí se nad tím, co sami činí. Je na ostatních, aby si zapamatovali, kdo a jak se v té které době chová.

Každý využívá čas, který je mu dán, po svém. Když už se téměř nic nedá dělat a je-li člověk při smyslech, stále ještě může přemýšlet. Třeba o tom, jak dávat, jak brát, co dávat, co brát, co je víc a co je míň. Někdy se tomu říká srovnávání hodnot. A pak se podle toho, co vymyslel, jak si srovnal hodnoty, když měl čas přemýšlet, může lidská bytost i chovat. Vůbec není špatné si pro připomínku vlastních úvah a pro budoucí generace vnější okolnosti a stav vlastní mysli v těžké době zaznamenat. Některé zkušenosti osobně předané těm, co přijdou po nás, jsou velmi cenné. Říká se tomu tradice.



Aktuální výzvy, aktuální řešení

František Doseděl (Piráti), radní

Současná situace nám umožňuje si uvědomit, jak důležitá a nezbytná je lidská sounáležitost a jak nám ji mohou usnadnit moderní komunikační technologie. Tam, kde je to možné, dochází k masivnímu zavádění práce z domova a využívá toho i radnice Prahy 3. Ještě nedávno by nikdo náš úřad (a českou veřejnou správu obecně) neoznačil za průkopníka ve využívání moderních technologií, ale ve spojitosti s opatřeními pro zpomalení šíření nového koronaviru velká část zaměstnanců našeho úřadu zůstala v minulých týdnech doma a nastoupila na tzv. home office. Od půlky března pracuje z domova každý, jehož fyzická přítomnost na úřadě není nezbytně nutná. Úřad využívá aplikace, díky kterým úředníci pracují „na dálku“. Například formou videokonferencí se scházejí zaměstnanci úřadu i Rada MČ. A věříme, že co jsme zavedli a funguje ve výjimečném stavu, bude fungovat i ve stavu běžném.

Jako radní odpovědný za sport se navíc setkávám s dotazy: „A co teď máme dělat, my (nejen) sportovci, zavření doma?“ V době, kdy jsou v rámci celého světa rušeny veškeré sportovní, kulturní a společenské události, dovolme si to přijmout a respektovat. Zkusme strávit ten čas se svými blízkými. Například si zajdeme do přírody a vzpomeňme si na hry, co jsme hrávali jako děti, a naučme to ty své. A co se týká kondice, ačkoliv jsou sportoviště a posilovny zavřené, můžeme si všichni procvičit tělo i doma. Návodů, jak na to, najdeme desítky, třeba ten od výsadkářů z Chrudimi.

Ačkoliv je teď zásadně omezen fyzický mezilidský kontakt, vidím kolem sebe, že i tak jsme si schopni najít cestu, jak si vzájemně vypomoci. Hluboce a upřímně děkuji.



Developeři se musí spolupodílet na rozvoji Prahy 3

Pavel Křeček (TOP 09 a STAN), koaliční zastupitel

Podle závěrů Institutu plánování a rozvoje by se počet obyvatel Prahy 3 měl do roku 2040 v důsledku nové bytové výstavby navýšit o více jak třetinu. To je, jako by se na Prahu 3 přistěhovalo jedno okresní město o velikosti Mělníka! Městská část si je vědoma, že tak velký nárůst obyvatel zatíží území jak z hlediska nároků na dopravní a technickou infrastrukturu, tak i občanskou vybavenost a veřejné služby. Jen v oblasti školství bude nutné vybudovat další tři ZŠ a čtyři MŠ, o dopravní infrastrukturu ani nemluvě.

Je jasné, že MČ se svými rozpočtovými možnostmi nebude schopna veškeré náklady nést sama. Proto je třeba, aby se na rozvoji Prahy 3 finančně podíleli i investoři. Po vzoru jiných městských částí připravujeme zásady, jejichž smyslem bude nastavení transparentních a nediskriminačních pravidel jednání s investory o umístění jejich investičních záměrů na Praze 3. Samozřejmě se počítá i se zapojením obyvatel do daného procesu. Cílem těchto zásad by neměla být jen finanční a jiná spoluúčast investorů na rozvoji Prahy 3 (např. zbudování školy, zdravotnického a sociálního zařízení či parku), ale i koordinace postupu přípravy investory zamýšlených investičních záměrů. Investiční příspěvek by měl být ukládán na transparentní účet a bude možné ho použít pouze k vybudování potřebné infrastruktury, veřejných prostranství a občanského vybavení. Přijetí zásad přispěje nejen k větší transparentnosti celého procesu jednání s investory o jejich investičních záměrech, ale také investorům pomůže se lépe seznámit s limity dané lokality a s požadavky městské části.



Strategie se vyplácí. Hlavně v době koronaviru

Jana Belecová (Piráti, nezařazená), radní

V dubnu měla začít veřejná setkání s vámi, občany. Jedna z naplánovaných fází nového projektu Plánuj Trojku, který měl být spuštěn symbolicky 13. 3. Cíl byl ještě před pár týdny jasný: novou vizi pro P3 budeme hledat společně s úředníky, odborníky a hlavně veřejností. Radnice totiž potřebuje nový strategický plán a my toho chtěli využít — udělat to pořádně, jako progresivní města v zahraničí. Pak ale udeřil COVID-19. Střih. Vše ze dne na den ustalo. Na společná setkávání můžeme v nejbližších měsících zapomenout. Odložili jsme tedy večerní workshopy, kde jsme se chtěli od vás dozvědět, jak svou čtvrt vidíte a kam by měla směřovat. Co s těmi všemi nástroji, kam s tabulkami aktérů naší čtvrti?

Je zajímavé, jak krize fungují. Co v první moment vypadá jako propastná ztráta, může se hned v další chvíli jevit jako příležitost. Stejně to bylo i s naším projektem Plánuj Trojku. Sebrané kontakty se teď hodí víc než kdy jindy. Online nástroje, které jsme si už na podzim vytipovali? Mobilní Rozhlas a Mapotic. První už asi znáte: na úřadě jsme ho nasadili hned po vypuknutí krize. Intenzivní komunikace se díky tomuto nástroji zefektivnila. Druhé jmenované řešení nedávno spustilo služby damerousky.cz. Lidé nabízející roušky se tam můžou propojit s poptávkou. Ukázalo se, že strategicky přemýšlet a plánovat se vyplatí.

Čeká nás zajímavá doba. Už jenom proto, že se celá republika přesunula na internet. Bude to teď náročné, ale věřím, že to zvládneme. A snad dojde i na slibovaná setkání s vámi — i kdyby to znamenalo, že se spojíme online.



Solidarita v časech koronaviru

Michal Vronský (TOP 09 a STAN), koaliční zastupitel

Je jasné, že pandemie koronaviru přináší zásadní změny do našich životů a tyto následky budou v různých ozvěnách trvat měsíce či roky. Vlna dobrovolnictví a solidarity na sebe nenechala dlouho čekat a radnici zaválily nabídky na pomoc seniorům, Informační centrum na Jiřího z Poděbrad se operativně proměnilo na šicí dílnu roušek. Desítky dobrovolníků začaly šít roušky pro osoby, které si je

samy obstarat nedokážou, nebo pro profese, které jsou v osobním kontaktu s lidmi.

Hlavní roli v boji s koronavirem má hrát vláda a krizový štáb, ale tyto instituce zafungovaly jen částečně. Dětská lékárna z Prahy 3 dostala od státu jednu jedinou roušku. Byla určena pro sestru či lékařku? Selhání státu logicky vyvolalo spontánní vlnu dobrovolnictví, solidarity a pomoci. Lidé z Prahy 3 této nelehké zkoušce zatím čelí výborně. Například švadlena z Koněvovy ulice chodí do obchodu už ve čtyři ráno a šije roušky. Podobných případů nezištného nasazení a ochoty jsou desítky.

Objevují se ale i případy, kdy někdo vyjde ven bez roušky a různí snaživci hned volají policii. Upozornění na prohřešek je jistě na místě, ale vyvěšování fotek hříšníků na sociálních sítích a volání policie je za hranou. Jiné příklady nevhodného chování popisují lidé, kteří jsou po návratu z ciziny v karanténě. Ačkoliv se ničím neprovinili, někteří sousedé mají potřebu častovat je nenávisnými urážkami. Hysterie a nenávisť nejsou na místě, nenecháme v sobě probouzet negativní nálady a naopak se snažme vzájemně podpořit jeden druhého. Společně to zvládneme lépe.



Krise nás spojuje

Matěj Michálek Žaloudek (Zelení a nezávislí), koaliční zastupitel

Současná krize nás všechny zastihla zničehonic, ještě nedávno všechno fungovalo normálně, dávali jsme si do díře schůzky, chodili s přáteli na pivo, a najednou je všechno jinak a nikdo nevíme, jak dlouho to ještě bude trvat a co všechno se změní.

Jako by na sebe ale lidé začali být najednou milí. Šití roušek svépomocí se stalo nečekaným symbolem měsíce, ostatně rouška bude i módním symbolem tohoto roku. Do našeho informačního centra přicházejí desítky lidí s látkami nebo hotovými rouškami, které distribuujeme dále, a na sociálních sítích najdete stovky lidí, co vytáhli šicí stroj a šijí. Na Mariánském náměstí vyrostly stany, kde se celoměstsky koordinují dobrovolníci a dobrovolnice a pomáhají s rozvážkou jídla a nákupů pro seniory. Lidé nabízejí zdarma právní služby a psychologické poradenství, vietnamské večerky zas kávu pro zaměstnance záchranných složek, růžová kola jezdí zadarmo a zejména zdravotnický personál zažívá nevídanou veřejnou podporu. A veřejnoprávní zpravodajství jede nepřetržitě, reportéři stále pracují v terénu, v čase omezených lidských sil ČT připravila speciální vyučování pro děti a pro seniory a přenosy z bohoslužeb. Za 135 Kč měsíčně a pod útoky politiků.

Každá krize je potenciálním ohrožením demokracie, ale zároveň příležitostí k jejímu posílení.

Máme příležitost si uvědomit, že naše společnost mnohem spíše než na konkurenci (jak nám to často tvrdí různí ekonomové a jak si to často namlouváme i my sami), stojí na spolupráci. Na komunitě. Na solidaritě. Je jisté, že svět se změní. Záleží teď na nás všech, zda k lepšímu či horšímu.



Roušky místo baru, respekt a poděkování

Mojmír Mikuláš (Pro Prahu 3), opoziční zastupitel

Bar Behind the Curtain v Štítného ulici byl vždy kulturním žižkovským místem. Dobré pití a pochutiny, srdečná obsluha, kultura i politické debaty. A pak přišla pandemie koronaviru a nucené zavření. 14. 3. provozovatelka na sociální síti psala: „Lidi, je mi ouzko. Přišla jsem o živobytí. Já i všechny moje holky. Nulová představa, jak to bude dál.“ O tři dny později však už organizačně schopná Gabriela s pomocnicí přebudovala bar na šicí dílnu. „Všechno to napadlo sestru Barboru. Šila roušku pro sebe, udělala si stříh a s maminkou jich ušily desítky. Rozdaly se potřebným, hlavně seniorům v okolí, kterým jsme pomohly i s nákupy.“

Poptávek ale brzy přišly stovky. A tak už týden šijí 12 hodin denně, pro nemocnice, policii i jednotlivce převážně ze sousedství. „Nadchla mě solidarita lidí. Žižkováci nám nosí látky, z hotelu darovali bavlněná povlečení, lidé nosí i jídlo,“ doplňuje Gabriela. „Nejví nás ženou dál právě obdobné zpětné vazby.“

Martin Karkut: „Upřímná a hluboká poklona za skvěle odvedenou práci a rychlost dodání roušek pro security České pošty, abychom neohrozili seniory, jimž vozíme důchody. Vážím si dobrých lidí a v této době ještě víc. Jsem velmi rád, že se našla parta lidí, kteří se snaží pomoci ostatním.“ Aktuálně zvládají denně přes 200 roušek. Lidé o nich píší jako o „andělech ze Žižkova“ nebo „dobrodělně“.

Takže ode mě aspoň poděkování Gabriele Sedláčkové, Babu Sedláčkové. Radce Žákové, Simoně Redlipské, Romanu Tabáčkovi, Anně Knauerové, Martině Zapletalové, Kamilu Hodáčkovi, Mili Kadlčíkové a dalším lidem, kteří obdobně nezištně v těžkém období pomáhají.

Chystáte se k zápisu do mateřské školy?



Plánovaný termín zápisu do mateřských škol byl stanoven na 4. a 5. května 2020. Termín zápisu se ale může změnit s ohledem na vývoj epidemiologické situace.

Dny otevřených dveří byly do odvolání zrušeny. Sledujte webové stránky úřadu i jednotlivých školek. Předpokládáme, že zápis proběhne bez účasti dětí a osobní účast rodičů bude minimalizována. Každá mateřská škola bude mít na svých webových stránkách ke stažení formulář Žádost k zápisu do mateřské školy a podrobné informace, jak postupovat.

Předškolní vzdělávání je určeno dětem ve věku zpravidla od tří do šesti let, nejdříve však pro děti od dvou let. Od počátku školního roku, který následuje po dni, kdy dítě dosáhne pátého roku věku, do zahájení povinné školní docházky dítěte je předškolní vzdělávání povinné (více v § 34a a 34b školského zákona).

Školským obvodem pro všechny mateřské školy městské části Praha 3 je celé území městské části. Dítě s místem trvalého pobytu v MČ Praha 3 má při přijímání přednost před dítětem s místem trvalého pobytu mimo MČ Praha 3.

Pokud se zákonný zástupce dítěte rozhodne přihlásit dítě do jiné školy než spádové (tedy mimo obvod Prahy 3), oznámí při zápisu tuto skutečnost řediteli školy, kam dítě hlásí, a požádá ho, aby přijetí dítěte nahlásil řediteli spádové školy. Oznámení o docházce do jiné školy než spádové mohou oznámit přímo i rodiče, a to buď řediteli spádové školy, nebo na Odbor školství MČ Praha 3. //

Základní a mateřské školy

Základní a mateřská škola, Praha 3, Chelčického 43/2614; adresy MŠ: Žerotínova 36/1100

a Roháčova 38a/535, Praha 3

- Pavla Ladrová, zástupkyně ředitele pro MŠ
- T: 770 147 541
- skolka@zschelcickeho.cz
- Zaměření: všestranný rozvoj — děti jsou nenásilnou a pro jejich věk přijatelnou formou seznamovány se vším, co je důležité pro život, pro každodenní činnosti a plynulý přechod do ZŠ
- zschelcickeho.cz

Základní a mateřská škola, Praha 3, nám. J. z Lobkovic 22/121; adresa MŠ: Perunova 6, Praha 3

- Bc. Kateřina Jelínková, zástupkyně pro předškolní vzdělávání
- T: 608 481 060
- katerina.jelinkova@perunka.cz
- Zaměření: podpora soudržnosti mezi dětmi navzájem, podpora skupinové činnosti a je kladen důraz na spolupráci dětí a dospělých
- lobkovicovo.cz

Základní a mateřská škola Jaroslava Seiferta, Praha 3, Vlkova 31/800

- Mgr. Lucie Haklová, zástupkyně pro předškolní vzdělávání
- T: 222 712 764
- haklova@skolaseiferta.cz
- Zaměření: podpora komplexního rozvoje dítěte, výchova zdravě sebevědomého jedince bez jakýchkoli předsudků ke všemu odlišnému, motivace k rozvoji poznávání
- skolaseiferta.cz

Základní a mateřská škola Jarov, Praha 3, V Zahrádkách 48/1966

- Ivana Netušilová, vedoucí učitelka
- T: 284 680 004
- skolka@zsjarov.cz
- Zaměření: důraz je kladen na individuální přístup, vytváření rodinné atmosféry a příprava na vstup do školy
- zsjarov.cz

Mateřské školy

Mateřská škola, Praha 3, Jeseniova 4/1680

- Ladislava Lébová, ředitelka
- T: 222 716 407
- skolkaj@msjeseniova4.cz
- Zaměření: všestranný harmonický rozvoj dítěte s důrazem na estetické vnímání a rozvoj fyzické a zdravotní kondice
- msjeseniova4.cz

Mateřská škola, Praha 3, Jeseniova 98/2593

- Mgr. Iva Sovová, ředitelka
- T: 271 772 732, 739 924 707
- reditelka@msjeseniova98.cz
- Zaměření: klid, pohoda a bezpečí; všestranný rozvoj; vzájemné respektování, pomoc a sounáležitost
- msjeseniova98.cz

Mateřská škola, Praha 3, Jeseniova 204/2686 (U Veverek)

- Bc. Magdalena Odlová, ředitelka MŠ
- T: 777 366 490
- reditelka@msjeseniova204.cz
- Zaměření: přirozená podpora individuálního rozvoje Vašeho dítěte; naším posláním je připravit dítě na bezproblémový vstup do ZŠ; vedeme děti ke zdravému životnímu stylu; zaměřujeme se na to, aby Vaše dítě bylo samostatné, umělo si říci o pomoc
- msjeseniova204.cz

Waldorfská mateřská škola, Praha 3, Koněvova 240a/2497

- Bc. Hana Mandlíková, ředitelka
- T: 602 660 195
- mswaldorf.praha3@seznam.cz
- Zaměření: rozvoj osobnosti dítěte v její celistvosti; nedovoluje uspěchat přirozený vývoj dítěte a důraz klade na prožitky
- waldorf.estranky.cz

Mateřská škola, Praha 3, Libická 4/2271

- Mgr. Jaroslava Tomášová, ředitelka
- T: 271 736 681
- mslibicka@mslibicka.cz
- Zaměření: estetická výchova, integrace dětí z různého jazykového prostředí
- mslibicka.cz

Mateřská škola, Praha 3, Na Balkáně 74/2590

- Jaroslava Kozohorská, ředitelka
- T: 284 820 546, 602 318 077
- jaroslava.kozohorska@msnabalkane.cz
- Zaměření: zdravý způsob života a citlivý vztah k životnímu prostředí
- msnabalkane.cz

Mateřská škola, Praha 3, Na Vrcholu 1a/1955 a detašované pracoviště Buková 26/2518

- Mgr. Jana Vaníčková, ředitelka školy
- T: 602 316 014 (ředitelka)
- T: 777 481 013, 284 281 184 (kancelář)
- info@msnavrcholu.cz
- Zaměření: všestranný rozvoj osobnosti dítěte s podporou inkluzivního vzdělávání ve věkově smíšených třídách; mezigenerační setkávání dětí a seniorů; projekt na začleňování dětí; třídění a kompostování bioodpadů; Montessori pedagogika; výchova a vzdělávání 2–3letých dětí
- msnavrcholu.cz, bukova.msnavrcholu.cz

Mateřská škola, Praha 3, nám. Jiřího z Lobkovic 23/119 a detašované pracoviště MŠ Třebešín, Zvěřinova 16/3416, Praha 3

- Hana Sekerová, ředitelka MŠ
- T: 778 453 115
- reditelka@mslobkovicovo.cz
- Zaměření: naším záměrem je připravit dětem takové podmínky, prostředí a nabídku činností, aby v MŠ prožívaly chvíle plné radosti a pohody, aby se cestou přirozené výchovy za spoluúčasti rodiny rozvíjely v samostatné a zdravé sebevědomé jedince dobře připravené pro další život; naše motto: „S úsměvem si pojďme hrát, společně svět poznávat.“
- mslobkovicovo.cz

Mateřská škola Milíčův dům, Praha 3, Sauerova 2/1836

- Bc. Barbora Pelclová, ředitelka školy
- T: 607 543 777
- reditelka@milicuvdum.cz
- Zaměření: škola s třídami zřízenými podle §16 odst. 9 školského zákona (speciální třídy); školka se zaměřuje na budování zdravých vztahů
- milicuvdum.cz

Mateřská škola Pražáčka, Praha 3, Za Žižkovskou vozovnou 17/1700

- Gabriela Hermannová, ředitelka
- T: 234 280 130, 778 440 698
- gabriela.hermannova@msprazacka.cz
- Zaměření: ekologická výchova se všeobecnými poznatky a s přiblížením českých tradic
- msprazacka.cz

Mateřská škola, Praha 3, Sudoměřská 54/117

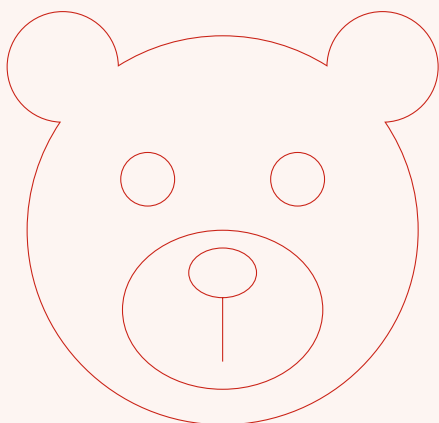
- Vladimíra Vaněčková, ředitelka
- T: 222 728 705
- skolkaj@ms-sudomerska.cz
- Zaměření: všestranný rozvoj dítěte a jeho individuální potřeby se zřetelem připravit děti na vstup do školy; kroužky: AJ, VV, keramika, sportovní hry, aerobic
- ms-sudomerska.cz

Mateřská škola, Praha 3, U Zásobní zahrady 6/2697

- Pavla Mervartová ředitelka MŠ
- T: 724 716 927
- reditelka@zasobnizahrada.cz
- Zaměření: škola je umístěna v klidném prostředí v těsné blízkosti parku Parukářka, který je společně s vlastní zahradou využíván k pobytu venku; preferuje práci v malých skupinách, zaměřuje se na individuální schopnosti a dovednosti jednotlivých dětí, program přizpůsobuje jejich potřebám, zájmům a pracovnímu tempu
- zasobnizahrada.cz

Mateřská škola, Praha 3, Vozová 5/953

- Ivana Machálková, ředitelka
- T: 777 479 355
- info@vozova5.cz
- Zaměření: rozvoj samostatného a sebevědomého dítěte v přirozeném a podnětném prostředí, s využitím metod podporujících učení hrou, v souladu se zájmy a potřebami dítěte
- vozova5.cz



Deratizace Prahy 3 — územní a časový harmonogram na jaro 2020

3.—30. 4.

Luční, Křivá, v Okruží, Sladkovského nám., Pod Lipami, Na Jarově, Spojovací, sídliště Chmelnice, oblast Na Balkáně — zeleň mimo zahrádkářskou kolonii, Krejčířek, Koněvova po Ohradu vč. přilehlých ulic, oblast Vackov, Malešická, Jeseniova, parky Ohrada, Pražáčka, Jana Želivského a okolí nákladového nádraží, Basilejské náměstí, Olšanská a přilehlé ulice, Olšanské náměstí, U Zásobní zahrady.

4.—29. 5.

Hollarovo náměstí, Soběslavská, Šrobárova, Vinohradská, okolí Olšanských hřbitovů, OC Atrium Flora podél ulic Vinohradská a Jičínská, Kouřimská, náměstí Jiřího z Lobkovic — pás kolem komunikací a tramvajové konečné, Písecká, Slezská, Hradecká, Šrobárova, Čáslavská, Kolínská, Perunova, Řipská, náměstí Jiřího z Poděbrad — obvodový pás kolem komunikací, Slavíkova, Lucemburská, Ondříčková, Baranova, Bořivojova, Sudoměřská, Křišťanova, Žižkovo náměstí — pouze obvodový pás zeleně, Mahlerovy sady — pouze podél ulice Ondříčková, Kubelíkova, Křížkovského, Bořivojova, Čajkovského, Vlkova, Sladkovského náměstí, Táboritská.

1.—26. 6.

Seifertova, Řehořova, náměstí W. Churchilla — zelený pás podél ulic Italská, Seifertova, U Rajské zahrady, Husinecká, Krásova, Cimburkova, Blahnickova, Kostnické náměstí — obvodový pás zeleně, Prokopovo náměstí, Roháčova, Havlíčkovo náměstí — obvodový pás zeleně, Rokycanova, Komenského náměstí, Žerotínova, Ostromečská, Jeseniova, náměstí Barikád — obvodový pás zeleně, Koněvova od Ohrady dolů, Hájkova, Kališnická, Domažlická, Lukášova, Husinecká, U Památníku.

Týká se ploch v majetku hlavního města Prahy.

Kontaktní osobou je Alexandra Jermanová, Koněvova 2417/159, Praha 3, a.jermanova@seznam.cz

Kontejnery na velkoobjemový odpad

Ulice	Termín	Od	Do
Nám. Barikád	1. 4.	13.00	17.00
Kostnické náměstí — Blahnickova	1. 4.	15.00	19.00
Jeseniova 143	2. 4.	15.00	19.00
Buková — Pod Lipami	3. 4.	13.00	17.00
Přemyslovská — Orlická	3. 4.	15.00	19.00
Sudoměřská — Křišťanova	4. 4.	9.00	13.00
Křivá 15	4. 4.	10.00	14.00
Přemyslovská — Sudoměřská	7. 4.	13.00	17.00
U Rajské zahrady — Vlkova	7. 4.	14.00	18.00
V Zahrádkách — Květinová	8. 4.	13.00	17.00
Ambrožova — Malešická	8. 4.	15.00	19.00
Koněvova — V Jezerách	9. 4.	15.00	19.00
Zvěřinova	10. 4.	15.00	19.00
Soběslavská — Hollarovo náměstí	11. 4.	9.00	13.00
Tachovské náměstí	11. 4.	10.00	14.00
Na Vrcholu — V Domově	14. 4.	13.00	17.00
Nám. Jiřího z Lobkovic	14. 4.	14.00	18.00
Nám. Barikád	15. 4.	13.00	17.00
Kostnické náměstí — Blahnickova	15. 4.	15.00	19.00
Buková — Pod Lipami	16. 4.	15.00	19.00
Jeseniova 143	18. 4.	9.00	13.00
Přemyslovská — Orlická	18. 4.	10.00	14.00
Sudoměřská — Křišťanova	21. 4.	13.00	17.00
Křivá 15	21. 4.	14.00	18.00
Přemyslovská — Sudoměřská	22. 4.	13.00	17.00
U Rajské zahrady — Vlkova	22. 4.	15.00	19.00
V Zahrádkách — Květinová	23. 4.	15.00	19.00
Ambrožova — Malešická	25. 4.	9.00	13.00
Koněvova — V Jezerách	25. 4.	10.00	14.00
Soběslavská — Hollarovo náměstí	28. 4.	13.00	17.00
Tachovské náměstí	28. 4.	14.00	18.00
Na Vrcholu — V Domově	29. 4.	13.00	17.00
Nám. Jiřího z Lobkovic	29. 4.	15.00	19.00
Nám. Barikád	30. 4.	15.00	19.00
Kostnické náměstí — Blahnickova	2. 5.	9.00	13.00
Buková — Pod Lipami	2. 5.	10.00	14.00
Jeseniova 143	5. 5.	13.00	17.00
Přemyslovská — Orlická	5. 5.	14.00	18.00
Sudoměřská — Křišťanova	6. 5.	13.00	17.00
Křivá 15	6. 5.	15.00	19.00
Přemyslovská — Sudoměřská	7. 5.	15.00	19.00
U Rajské zahrady — Vlkova	9. 5.	9.00	13.00
V Zahrádkách — Květinová	9. 5.	10.00	14.00

Kontejnery na biologicky rozložitelný odpad rostlinného původu ze zahrad a domácností

Ulice	Termín	Od	Do
Pod Vrcholem — Na Balkáně	4. 4.	13.00	16.00
Jilmová — Na Vápence	5. 4.	9.00	12.00
Šrobárova — Květná	19. 4.	9.00	12.00
Jeseniova 143	19. 4.	13.00	16.00
Za Žižkovskou vozovnou — V Domově	26. 4.	9.00	12.00
Na Vackově — Pod Jarovem	9. 5.	13.00	16.00
Pod Vrcholem — Na Balkáně	16. 5.	13.00	16.00
Šrobárova — Květná	17. 5.	13.00	16.00
Za Žižkovskou vozovnou — V Domově	23. 5.	9.00	12.00
Jeseniova 143	23. 5.	13.00	16.00
Jilmová — Na Vápence	24. 5.	9.00	12.00
Šrobárova x Květná	20. 6.	9.00	12.00
Pod Vrcholem x Na Balkáně	20. 6.	9.00	12.00
Jilmová x Na Vápence	21. 6.	9.00	12.00
Na Vackově x Pod Jarovem	21. 6.	13.00	16.00
Za Žižkovskou vozovnou — V Domově	27. 6.	9.00	12.00
Přemyslovská — Orlická	28. 6.	9.00	12.00
Nám. Barikád	28. 6.	13.00	16.00
Šrobárova — Květná	12. 9.	9.00	12.00
Pod Vrcholem — Na Balkáně	12. 9.	13.00	16.00
Jilmová — Na Vápence	13. 9.	9.00	12.00
Jeseniova 143	19. 9.	9.00	12.00
Za Žižkovskou vozovnou x V Domově	19. 9.	13.00	16.00
Přemyslovská — Orlická	20. 9.	9.00	12.00
Na Vackově — Pod Jarovem	20. 9.	13.00	16.00
Nám. Barikád	20. 9.	13.00	16.00
Šrobárova — Květná	17.10.	9.00	12.00
Pod Vrcholem — Na Balkáně	17.10.	13.00	16.00
Jilmová — Na Vápence	18.10.	9.00	12.00
Jeseniova 143	24.10.	9.00	12.00
Za Žižkovskou vozovnou — V Domově	24.10.	13.00	16.00
Přemyslovská — Orlická	25.10.	9.00	12.00
Nám. Barikád	25.10.	13.00	16.00

Upozornění

Uvedené termíny svozu platí pouze v případě, že budou odvolána bezpečnostní opatření. Sledujte aktuality na www.praha3.cz.

Harmonogram mobilního sběru nebezpečných odpadů a jedlých olejů v roce 2020

Kontaktní tel. na řidiče pro případ nenalezení svozového vozidla: 601 389 243, 731 451 582, 602 485 324

Praha 3 — trasa A

Křižovatka ul. nám. Jiřího z Lobkovic — Slezská
→ 30. 5., 8.00—8.20
→ 1. 9., 15.00—15.20
→ 16. 11., 15.00—15.20

Křižovatka ul. Slezská — Perunova
→ 30. 5., 8.30—8.50
→ 1. 9., 15.30—15.50
→ 16. 11., 15.30—15.50

Ul. Ondříčkova (u parku — Žižkovo nám.)
→ 30. 5., 9.00—9.20
→ 1. 9., 16.00—16.20
→ 16. 11., 16.00—16.20

Kostnické nám.
→ 30. 5., 9.30—9.50
→ 1. 9., 16.30—16.50
→ 16. 11., 16.30—16.50

Křižovatka ul. nám. Barikád — Roháčova
→ 30. 5., 10.10—10.30
→ 1. 9., 17.10—17.30
→ 16. 11., 17.10—17.30

Křižovatka ul. Loudova — Koněvova
→ 30. 5., 10.40—11.00
→ 1. 9., 17.40—18.00
→ 16. 11., 17.40—18.00

Křižovatka ul. Květinová — V Zahrádkách
→ 30. 5., 11.10—11.30
→ 1. 9., 18.10—18.30
→ 16. 11., 18.10—18.30

Křižovatka ul. Na Vrcholu — V Domově
→ 30. 5., 11.40—12.00
→ 1. 9., 18.40—19.00
→ 16. 11., 18.40—19.00

Praha 3 — trasa B

Křižovatka ul. Na Balkáně — Hraniční
→ 4. 4., 8.00—8.20
→ 8. 7., 15.00—15.20
→ 6. 10., 15.00—15.20

Ul. Křivá před č. 15
→ 4. 4., 8.30—8.50
→ 8. 7., 15.30—15.50
→ 6. 10., 15.30—15.50

Křižovatka ul. Osiková — Habrová
→ 4. 4., 9.00—9.20
→ 8. 7., 16.00—16.20
→ 6. 10., 16.00—16.20

Křižovatka ul. Ambrožova — Malešická
→ 4. 4., 9.30—9.50
→ 8. 7., 16.30—16.50
→ 6. 10., 16.30—16.50

Křižovatka ul. Rokycanova — Sabinova
→ 4. 4., 10.10—10.30
→ 8. 7., 17.10—17.30
→ 6. 10., 17.10—17.30

Křižovatka ul. U Rajske Zahrady — Vlčova
→ 4. 4., 10.40—11.00
→ 8. 7., 17.40—18.00
→ 6. 10., 17.40—18.00

Křižovatka ul. Zvonařova — Škroupovo nám.
→ 4. 4., 11.10—11.30
→ 8. 7., 18.10—18.30
→ 6. 10., 18.10—18.30

Křižovatka ul. Soběslavská — Hollarovo nám.
→ 4. 4., 11.40—12.00
→ 8. 7., 18.40—19.00
→ 6. 10., 18.40—19.00

**META — Váš nový soused**

Nezisková organizace META, sídlící na Žižkově, nabízí spoustu aktivit, které mohou být zajímavé jak pro komunitu cizinců v této čtvrti, tak i pro českou společnost. Zaměřuje se například na podporu cizinců v oblasti vzdělávání a pracovního uplatnění a zároveň na podporu pedagogů, kteří cizince vzdělávají. V METĚ také působí aktivní skupina dobrovolníků, kteří pomáhají mladým cizincům s přípravou do školy nebo s organizací volnočasových aktivit pro klub Čekuj. Učitelům nabízí organizace například akreditované kurzy, poradenství a metodickou podporu, metodické materiály či informační portál inkluzivniskola.cz. META vydala řadu publikací, z nichž většinu si můžete stáhnout zdarma na stránkách meta-ops.cz. Některé publikace jsou k dispozici i v tištěné podobě. Mladí studenti češtiny určitě ocení například učebnici češtiny jako cizího jazyka Levou zadní. V současnosti připravuje META projekt, který na Praze 3 nabídne řadu volnočasových aktivit a komunitních akcí. Kroužky a tvořivé dílny, které začne realizovat začátkem příštího školního roku (tj. v září 2020), budou otevřené dětem ze základních škol, ale do jejich realizace se mohou zapojit i rodiče a další rodinní příslušníci. Na září chystá META také vyhlášení již 5. ročníku tvůrčí a literární soutěže Čeština je i můj jazyk, která je určena všem žákům základních a středních škol.

**«META» — Ваш новий сусід**

Некомерційна організація «META», що знаходиться у Жижкові, пропонує безліч заходів, які можуть зацікавити як громаду іноземців цього району, так і чеське суспільство. Вона, наприклад, займається підтримкою іноземців у сфері освіти та працевлаштування, а також підтримкою педагогів, які навчають іноземців. В організації «META» працює активна група волонтерів, які допомагають молодим іноземцям готуватися до вступу у навчальні заклади або організовувати дозвілля для клубу «Чеку» (Čekuj). Organizaція, наприклад, пропонує вчителям акредитовані курси, консультаційну та методичну підтримку, методичні матеріали та інформаційний портал inkluzivniskola.cz. «META» опублікувала низку публікацій, більшість з яких можна безкоштовно завантажити на сайті meta-ops.cz. Деякі публікації також доступні у друкованому вигляді. Студенти, які вивчають чеську мову, наприклад, оцінять підручник чеської мови як іноземної «Задньою лівою» (Levou zadní). Наразі «META» готує проект, на підставі якого у Празі 3 буде проведено цілий ряд громадських заходів. Гуртки та творчі що почнуть працювати з початком наступного навчального року (тобто у вересні 2020 року), будуть відкриті для дітей загальноосвітніх шкіл, але до них також можуть бути залучені батьки та інші члени сім'ї. У вересні «META» планує оголосити 5-й рік творчого та літературного конкурсу «Чеська мова також моя мова» (Čeština je i můj jazyk), для учнів початкових та середніх шкіл.

**META — Your New Neighbour**

The non-profit organization META, based in Žižkov, offers a lot of activities that can be of interest to the community of foreigners in this quarter as well as to Czech society. It focuses, for example, on the support of foreigners in the area of education and employment and at the same time on the support of teachers who educate foreigners. There is also an active group of volunteers in META who help young foreigners prepare for school or organize leisure activities for the Čekuj Club. The organization offers teachers for example accredited courses, consultancy, methodological support, methodological materials and information portal inkluzivniskola.cz. META has published a number of publications, most of which can be downloaded for free at meta-ops.cz. Some publications are also available in printed form. Young Czech language students will surely appreciate the textbook of Czech as a foreign language Levou zadní. Currently, META is preparing a project that will offer a range of leisure activities and community events in Prague 3. The interest groups and creative workshops scheduled to be implemented at the beginning of the next school year (i.e. in September 2020) will be open to primary school children, but parents and other family members may also be involved in the process of implementation. In September, META also plans to announce the 5th creative and literary competition — Čeština je můj jazyk (Czech is my language), which is intended for all primary and secondary school students.

**META — Hàng xóm mới của các bạn**

Tổ chức phi lợi nhuận META, trụ sở ở Žižkov, giới thiệu nhiều hoạt động thú vị cho cộng đồng người nước ngoài ở khu vực này cũng như cộng đồng Séc. Chúng tôi hướng đến các hoạt động ví dụ: ủng hộ những người nước ngoài trong lĩnh vực đào tạo giáo dục, nghề nghiệp và việc làm, đồng thời ủng hộ những giáo viên dạy cho người nước ngoài. Ở META cũng có nhóm các tình nguyện viên sẵn sàng giúp đỡ những người nước ngoài trẻ tuổi trong việc chuẩn bị đến trường, những tình nguyện viên này cũng tham gia tổ chức những hoạt động ngoại khóa ở câu lạc bộ Čekuj. Đối với những giáo viên tổ chức còn có các khóa nâng cao có cấp chứng chỉ, tư vấn và cung cấp các phương pháp, các thiết bị hoặc trang tin tức: inkluzivniskola.cz. META đã ra nhiều bài viết mà phần lớn có thể xem miễn phí ở trang meta-ops.cz. Một số các bài viết được ra dưới dạng sách in. Những sinh viên tiếng Séc nhất định đánh giá cao ví dụ sách giáo khoa ngoại ngữ tiếng Séc Levou zadní. Trong thời gian hiện tại META chuẩn bị chương trình ở Praha 3, trong đó có rất nhiều những hoạt động ngoại khóa và những hoạt động cộng đồng. Những nhóm ngoại khóa và những xưởng sáng tạo bắt đầu hoạt động từ đầu năm học tới (tháng 9/2020), sẽ dành cho các học sinh phổ thông nhưng cũng dành cho cả các phụ huynh và những người họ hàng khác. Tháng 9 META cũng chuẩn bị cho cuộc thi sáng tạo và thi văn Čeština je i můj jazyk (Tiếng Séc cũng là ngôn ngữ của tôi) lần thứ 5, dành cho các học sinh phổ thông và trung cấp.

Doručeno

Připojuji se k těm, kteří říkají, že nový formát Radničních novin je lepší. Pro mne jsou např. lepší do ruky a přehlednější. Potěšila mne i nová stránka Relax s křížovkou. Ale je to relax, když bych se měla honit a honem honem luštit křížovku, abych byla mezi prvními třemi, kdo má naději na výhru? Je mi již přes 70, internet nemám, chodím na něj do knihovny. Takže na výhru nemám šanci, i když nyní můžeme tajenku odeslat do 8. 3. Nebylo by lepší vždy z došlých tajenek losovat?

Přeji celé redakci hodně nápadů a nám zajímavého čtení ve Vašich-našich novinách. Zdraví Vás pravidelná čtenářka Komůrková Marta, náměstí Jiřího z Lobkovic 4

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,
z důvodu zvýšených hygienických opatření odměňování nejúspěšnějších luštitelů dočasně pozastavujeme. K formátu soutěže se znovu vrátíme, jakmile se situace stabilizuje. Děkuje se za pochopení.

Miroslav Štochl, šéfredaktor

→ **SVJ servis — kompletní rekonstrukce panelových a bytových domů a nebytových prostor, oprava a výstavba sklepních kójí a další.** Tel.: 603 814 590, e-mail: stavbysrba@gmail.com.

→ **DÁMY S LUXEM — nabízíme čištění koberců a sedaček extrakčním strojem Kärcher Puzzi.** Jedná se o neúčinnější metodu čištění. Tel.: 732 212 022.

→ **SERVIS PLYNOVÝCH SPOTŘEBIČŮ — opravy karem, kotlů, wawek atd. REVIZE PLYNU + KULATÉ RAZÍTKO, pravidelné kontroly, tlakové zkoušky po odebrání plynoměru. TOMÁŠ ZIKL, tel.: 603 486 565 Praha 3.**

→ **OPRAVA ŽALUZÍ — výměna vodičích lanek — nové žaluzie — seřízení plastových oken a balk. dveří. Antismogové sítě — sítě proti hmyzu. Tel.: 733 720 950, zdenek.janci@email.cz.**

→ **Kompletní rekonstrukce bytů, domů, bytových jader, půdní vestavby, malířské, podlahářské, topenářské, instalatérské a elektrická práce. Seriózní jednání a kvalita. Tel.: 603 814 590, e-mail: stavbysrba@gmail.com.**

→ **VODA — PLYN — TOPENÍ montáž a oprava rozvodů plynu, vody, kanalizace a topení, opravy plynospotřebičů, revize plynu. Vladimír Tymeš, www.voda-plyn-tymes.cz, tel.: 603 937 032.**

→ **Mytí oken, čištění koberců a nábytku, veškerý úklid, vyklízení, odvoz a dovoz čehokoli. Tel.: 724 036 990.**

→ **!ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU NA SKLÁDKU! Cokoliv naložíme a odvezeme. Vyklízíme sklepy, byty, pozůstalosti atd. Rozumná cena. Stěhování. Tel.: 773 484 056.**

→ **Malířské a lakýr. práce + úklid, levně kvalitně, p. Sus. Tel.: 603 505 927.**

Poptávka

→ **Knihy a knižní pozůstalost koupím, odvezu. Tel.: 286 891 400.**

→ **Koupím ván. ozdoby, betlém, zvonici stromek, světla aj. Tel.: 603 410 736.**

→ **Koupím starou bižuterii, hodinky i nafunkční, etuje. Tel.: 603 410 736.**

→ **Koupím lid. kraj i díly. Tel.: 603 410 736.**

→ **ÚDRŽBAŘE příjmu na HPP — domy P3, oprava, údržba bytů, zahrada atd. Info tel.: 602 204 257, životopis na udrzbar.zizkov@seznam.cz**

Zaměstnání

→ **Pečovatelská služba Praha 3 vyhláší výběrové řízení na pozici pracovník v sociálních službách/pečovatel pro terénní pečovatelskou službu. Základními požadavky jsou: kladný vztah k seniorům, bezúhonnost, základní vzdělání, věk minimálně 18 let, spolehlivost, pečlivost, schopnost pracovat samostatně i v týmu a ochota pracovat ve směnném provozu. Výhodou (ne podmínkou) jsou: řidičský průkaz skupiny B, praxe v oboru a ukončený kurz pracovníka v sociálních službách (či vzdělání v oboru pečovatelka, sociální činnost, nebo zdravotní asistent). Nabízíme dobře ohodnocenou stabilní práci ve výborném kolektivu s bonusy. Profesní životopis a motivační dopis se souhlasem se zpracováním osobních údajů pro účely výběrového řízení pošlete prosím na mailovou adresu: kalova@psp3.cz. Pro bližší informace kontaktujte prosím Emilií Kalovou na telefonním čísle +420 771 125 945.**

Seznámení

→ **Pohledná, sympatická důchodkyně nabízí přátelství muži na strávení druhé poloviny života. Nabízím něhu a očekávám férovost, helencom@seznam.cz.**

→ **Důchodkyně by chtěla najít kamarádku z P3 a okolí a partu hodných lidiček se zájmy o kulturu, dobré jídlo a povídání. Kontakt: populin11@centrum.cz.**



ZUBNÍ AMBULANCE
MDDr. ZUZANA BALEJOVÁ

PŘIJÍMÁ NOVÉ KLIENTY
Profesionální a lidský přístup
Volejte kdykoli 777 856 131

BUDEČSKÁ 33, PRAHA 2

Možná čekáme právě na vás

Hledáte zajímavé stabilní zaměstnání s řadou nadstandardních benefitů? Možná že zrovna teď nabízíme uplatnění přesně pro vás. Sledujte naše informační kanály, nabídku průběžně doplňujeme.

→ praha3.cz/urad/volna-pracovni-mista
→ facebook.com/praha3.cz

Seznamte se prosím

Našli byste rádi životního partnera nebo partnerku, druhu nebo družku, přítele nebo přítelkyni, kamaráda nebo kamarádku? Hledáte osudovou lásku, vážnou známost nebo prostě jenom spřízněnou duši? Využijte naši seznamku. Inzeráty v maximálním rozsahu 200 znaků včetně mezer pošlete na adresu redakce@praha3.cz s předmětem Seznámení. Uveřejnění je zdarma.



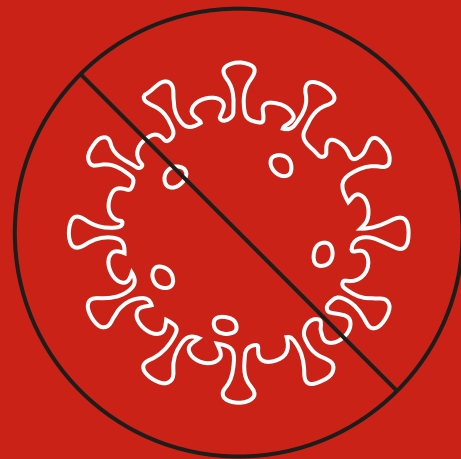
AUTOMANIA Czech
LPG
tel.: +420 602 222 452

MONTÁŽ - SERVIS - REVIZE
ČERPAČKA + PB LAHVE
MALEŠICKÁ 41
PŘÍJEZD POUZE OD ŽIŽKOVA (OPRAVA ULICE)
12.99 Kč OTEVŘENO



ŠPALETOVÁ A KASTLOVÁ OKNA
VČETNĚ DOKUMENTACE A VYŘÍZENÍ ZÁVÁZNÉHO STANOVISKA OD PAMÁTKÁŘŮ.
www.oknacreative.cz
+420 777 874 899 info@oknacreative.cz
Vzorová prodejna Roháčova 11, Praha 3

Desatero pro správnou ochranu



1 Musím nosit roušku?

Povinnost zakrýt si ústa a nos ochrannou pomůckou se do odvolání týká všech osob při pobytu mimo domov.

2 Co je rouška?

Ochrana obličeje zakrývající ústa a nos. Provizorně jako rouška poslouží například i šátek nebo šála. Nejvhodnější však je bavlněná rouška.

3 Kde roušku seženu?

Třeba v infocentru na náměstí Jiřího z Poděbrad. Je zdarma, seniorům ji na požádání dovezeme. Podpořit ale můžete i malovýrobce.

4 Jak rouška funguje?

Její hlavní účelem je, aby chránila ostatní, pokud jsme nakažení a nevíme o tom. Měla by proto maximálně přiléhat k obličeji.

5 Jak si mám roušku nasadit?

Před nasazením a po sundání si pečlivě umyjte ruce. Dotýkat byste se měli pouze gumičky či šňůrky, která ji drží na obličeji.

6 Jak dlouho je rouška funkční?

Dokud je suchá. Jakmile navlhne od dechu, je potřeba ji usušit a sterilizovat nebo vyměnit.

7 Co s použitou rouškou?

Jednorázovou roušku vyhodte. Bavlněnou roušku vložte do sáčku na špinavé roušky. Večer je pak vyperete. Novou si vezměte ze zásobníku na čisté roušky.

8 Jak roušku dezinfikovat nebo sterilizovat?

Ideální je ji vyvařit nebo vyprat mýdlem alespoň na 60 °C a následně vyžehlit. Pozor! Roušky s gumičkou se mohou vysokou teplotou poničit.

9 Kolik roušek si mám pořídit?

Ideální je mít tři bavlněné roušky, které během dne po zvlhnutí vyměníte. Večer je všechny vyperete a připravíte na další den.

10 Mohu si vyrobit roušku doma?

Roušku si můžete ušít z kusu bavlněné látky. Existují i návody na výrobu provizorní roušky z jednorázové pleny či papírových kapesníků.