

# KOLOVRATSKÝ ZPRAVODAJ



Zpravodaj Městské části Praha Kolovraty

CIRCULUS

K A

Nová školka slouží dětem

60 let u hasičů

Kolovratský web oceněn





*Sněhová nadílka řidiče ani chodce nepotěšila, zato lednové mrazivé dny si pochvalovali bruslaři.*



*Manželé Janouškovi z Kolovrat (v popředí), kteří si říkají Dos Bailarines, zavedli tradici pistolnických bálů.*



*V kolovratech pokřtila nové album skupiny Kamelot Marie Rottrová*



*Na leden a únor si výstavní prostory Infocentra s knihovnou zamluvil Jiří Kříklava se svými fotografiemi. V březnu představila sérii fotografií s názvem Tváře města dvojice členů fotoklubu Nekázanka, Pavla Vrbová (vlevo) a Jan Jirkovský.*



*Tvůrci televizního cyklu Barvy života natáčeli jeden z dílů v Infocentru s knihovnou, kde se pravidelně scházejí ženy a dívky v kurzech klubu Tvořeníčko.*



*Pro neprobádané končiny Kyrgyzstánu nadchl milovníky cestování Richard Němeček (vlevo) se svojí ženou Zuzkou.*



*V několika lekcích kurzu komunikačních dovedností, který vedla PhDr. Marie Třeštková, si frekventanti mohli také osvojit, jak prosadit vlastní názor.*

INZERCE

**Sháníte levný, rychlý a spolehlivý odvoz?**

**Taxi zavolejte  
a objednejte si vůz za**

**17 Kč / km**

**Kurýr TAXI**

**241 090 090**

SMS objednávky: 606 788 370

[www.kuryr-taxi.cz](http://www.kuryr-taxi.cz)

**Z obsahu**

Informace z městské části	4-6
Rozvoj obce a doprava	7-8
Kolovratští hasiči	10-11
Ze života dětí	12-13
Velikonoce	14
Z historie Kolovrat	15
Laktační poradna	16
Zdravý životní styl	17
Ten dělá to...	18
Společenský život	19
Sport	20-21



Milí čtenáři,

právě uplynulý březen už dávno není jen měsícem knihy. V posledních letech se kniha dělí o tuto výsadu i s nejrozšířenějším médiem, kterým je internet. K propojení virtuálního prostoru se světem knih, literatury a tištěného i mluveného slova jsou knihovny ideálním prostředím. Svaz knihovníků a informačních pracovníků ČR proto každoročně připravuje na měsíc březen řadu zajímavých akcí, které mohou přispět k větší popularizaci internetu a knihovnických služeb.

Kolovratské Infocentrum s knihovnou se i letos k této výzvě připojilo například bezplatnými minikurzy pro seniory či začátečníky, které vede asistent infocentra. Zvláště dříve narození frekventanti si pokaždé pochvalují individuální přístup lektora, který dovede podat složité věci jednoduše.

Při těchto kurzech se jeho účastníci často ptají, kdo internet zásobuje informacemi. Jsou překvapeni, když se dozví, jak je snadné nové webové stránky založit. To, že virtuální informace je třeba brát s rezervou, vědí už i mladší školáci. Poté, co se spolehli na internet a do domácího úkolu napsali, že spisovatel zemřel dříve než se narodil, raději nahlížejí do tištěných encyklopedií. I tento příklad s popletenými letopočty je odpovědí na často diskutovanou otázku, zda internet v budoucnu vytlačí klasickou knihu či nikoliv.



Cenu za třetí místo v soutěži o nejlepší webové stránky převzaly (zprava) Blanka Ujezdská z Infocentra s knihovnou, autorka stránek Jana Forsythová a tajemnice kolovratského úřadu Radana Šimová.

Měsíc březen je také obdobím, kdy každoročně vrcholí soutěž o nejlepší webové stránky a elektronickou službu měst a obcí ČR. Infocentrum s knihovnou se do soutěže přihlásilo teprve podruhé a stejně jako loni se svými inovovanými stránkami uspělo. K tomu, aby i v dalších letech kolovratský web v tvrdé konkurenci obstál, můžete přispět i vy svými náměty a připomínkami.

Hezké jaro přeje

Blanka Ujezdská, šéfredaktorka

**Slovo starosty**

Vážení spoluobčané,

bliží se nám jaro. Konečně! Paní zima vzala letos svou vládu skutečně vážně a ukázala se nám v plné kráse. Rozhodnutí zakoupit před zimním obdobím nový traktor se ukázalo vskutku prozíravé. Nedovedu si dost dobře představit, že by pan Blažek zvládl takový nápor sněhu bez této techniky. A to nemluvím o jeho zdraví.

Ale dost již o zimě v podobě sněhu. Pojdme se maličko poohlédnout po tom, co se v tomto období podařilo zrealizovat.

Především jsme splnili slib a hned na začátku roku jsme otevřeli a zprovoznili nový pavilon mateřské školy. Z toho mám já osobně velkou radost a myslím, že to zejména ocení rodiče těch nejmenších. Podle plánu pokračuje i výstavba druhé budovy v areálu, a to budovy školy. Už se moc těším na to, až tam v novém školním roce přivítáme spolu s panem ředitelem první žáčky.

Zastavme se trochu u historických dat. V minulém roce oslavila naše škola významné výročí, a to 110 let od založení tohoto bohuľibého ústavu. A nyní dostává tato novorenesanční budova svou sestřičku. Moderní dvoupatrová stavba, navržená podle současných kritérií, by měla uspokojit všechny potřeby kladené na dnešní moderní výuku. Také doufáme, že její vnitřní zařízení budeme postupně doplňovat tak, aby zde výuka byla skutečně komfortní, a to jak pro žáky, tak pro pedagogy.

Realizace většiny projektů nás ale čeká až v dalším průběhu roku. A zase to budou z větší části investice do úprav našeho společného okolí. Letos bychom skutečně chtěli dokončit úpravy náměstí na Viničkách i z hlediska zklidnění dopravy. A také dotáhnout do zdárných konců provoz koupaliště i s výstavbou nových hracích ploch pro volejbal a nohejbal. A máme spoustu jiných plánů, ale to bych Vás jenom unavoval dlouhým výčtem. Lepší bude, až zrealizované projekty skutečně uvidíte a budete je moci užívat.

A to se samozřejmě týká i restauračních prostor v budově DPS. Doufám, že budeme mít šťastnou ruku při výběru nového nájemce, který nabídne kvalitní služby a přispěje k pestřejšímu životu v obci.

Slova dnes již klasika, pana Donutíla, že „pořád se něco děje“ a že jsme „furt ve střehu“ platí myslím plně i pro nás, pro Kolovraty. A tak si vzájemně popřejme mnoho zdraví, štěstí a pohody do nadcházejících dní, ať se nás hlavně nedotkne tolik medializovaná krize a hlavně si v klidu užijme velikonoční svátky.

Ing. Michal Habart,

starosta MČ Praha - Kolovraty

**Zamyšlení místostarostky**

Každý rok se nám zdá zima delší a delší. Ta letošní byla skutečně urputná a nekonečně dlouhá. Držela se pevně své vlády do poslední chvíle. Ale teď už konečně máme jaro, na které jsme se všichni moc těšili. Časy krátkých zamračených dnů už pominuly a my si s příchodem jara zregenerujeme svá psychická rozpolezení.

Nechte na sebe působit energii slunce. Divejte se na klíční květy a pučící a zelenající se stromy. Poslouchejte bzuceň probouzejících se včel. Nechte se unášet čerstvým jarním vánkem s vůní kvetoucích rostlin. Regenerujte svoje myšlenky, jděte si zaběhat, projet se na kole, projít se nebo si jen tak sedněte na chvíli na lavičku. Rozlučte se se zimou a přivítejte jaro!

Krásné jarní dny Vám přeje

Ing. Vladimír Jechová Vápeníková,

zástupkyně starosty

**Kolovratský zpravodaj – číslo 1/2009**

Vydává ÚMČ Praha-Kolovraty • Vychází čtvrtletně • Řídí redakční rada: Blanka Ujezdská, Tomáš Bezouška, Eva Černohorská, Mgr. Kateřina Čuřínová, Ing. Jan Svátek, PaedDr. Jiří Baumruk

Adresa redakce: Infocentrum, Mírová 20/54, 103 00 Praha – Kolovraty

Telefon a fax: +420 267 710 613 • E-mail: info@kolovraty.cz

Zpracování a tisk: Ofsetová tiskárna SWL, Středoehorská 549, Praha 10

Počet výtisků 1 500. Registrováno pod číslem MK ČR E 18162

• Návrh a zpracování obálky: Lenka Dřízhalová

• *Nevyžádané rukopisy a další podklady se nevracejí.* • *Uveřejněné příspěvky nemusí vyjadřovat stanovisko vydavatele a redakční rady.* • *Redakce si vyhrazuje právo rukopisy přizpůsobit tisku.*

Uzávěrka jednotlivých čísel je 5.3., 5.6., 4.9. a 25.11.2009

## Krátce ze zasedání zastupitelstva MČ

■ Kolovraty budou v letoším roce hospodařit s částkou 13 304 tisíc korun. Obecní rozpočet je opět vyrovnaný.

■ Kolovratské zastupitelstvo podpoří projekt občanského sdružení Sport Kolovraty, které hodlá vybudovat dva tenisové kurty na obecních pozemcích ve sportovním areálu V Cihelně.

■ Zastupitelé věnovali pro první pololetí letošního roku peněžitý dar na podporu využití volného času dětí a mládeže ve výši 104 290 Kč těmto organizacím a spolkům:

Svaz skautů a skautek Junák	7 000 Kč
Sportovní klub Kolovrátek	15 000 Kč
Sport Kolovraty	16 000 Kč
Klub přátel Základní školy	23 500 Kč
TJ Sokol Kolovraty	35 590 Kč
Mateřské centrum Macek	3 700 Kč
Pěvecký sbor Coro Piccolo	3 500 Kč



## Blahopřejeme jubilantům

*Ve druhém čtvrtletí roku 2009 oslaví významná životní jubilea tyto naši spoluobčané:*

Klokočnicková Marie • Fiedler Stanislav  
Blažek Josef • Hašek Oldřich  
Novák Antonín • Vobora Ladislav  
Tichá Blanka • Bárová Věroslava  
Mařchová Marie

*Všem oslavencům gratulujeme a přejeme hodně zdraví.*

## Kolovratská lékárna změnila otevírací dobu

Lékárna v Kolovratech oznamuje, že od 1. dubna 2009 změnila otevírací dobu:

Pondělí	9,00 - 14,30	
Úterý	–	13,30 - 18,00
Středa	9,00 - 14,00	
Čtvrtek	9,00 - 14,30	
Pátek	–	13,30 - 17,30

Kontakt: PharmDr. Jiří Klobučar, 267 710 255

## V Uhříněvsi je nová ušní, nosní a krční ambulance

V březnu letošního roku zahájila činnost ORL ambulance MUDr. Jany Hrubé pro nemoci ušní, nosní a krční a to jak pro dětské tak i pro dospělé pacienty.

Ambulance sídlí v Uhříněvsi v areálu Domu s pečovatelskou službou (za radnicí poblíž muzea) na adrese Nové náměstí 1440/2a, 104 00 Praha - Uhříněves.

Ordinační hodiny:

pondělí:	8,00 - 12,00	12,30 - 15,30
úterý:	8,00 - 12,00	12,30 - 15,30
středa:	–	13,00 - 18,00
čtvrtek:	8,00 - 12,00	12,30 - 15,30
pátek:	8,00 - 12,00	–

Telefon: 267 312 257, 607 80 66 55

## Bioodpad bude odvážen každý sudý čtvrtek

V současné době zajišťují Pražské služby, a.s. sběr a svoz bioodpadu z mnoha pražských městských částí, ale i z mimopražských přilehlých obcí.

**Systém svozu:**

Četnost odvozu je jednou za dva týdny. Pro shromažďování odpadu se využívají speciální nádoby (tzv. kompostejnery) o objemu 120l nebo 240l, které má zákazník v pronájmu. Před pravidelným vývozem je nezbytné umístit nádobu před vchodem do domu nebo do zahrady (předem večer nebo brzy ráno). Odpad se odváží na kompostárnu, kde se dále zpracovává.

**Statistika:**

V roce 2007, kdy jsme s touto službou začali, bylo svezeno 373 tun, v roce 2008 to bylo již 724 tun a vzhledem k zájmu ze strany obyvatel o službu v oblasti shromažďování, sběru, přepravu a využívání bioodpadu lze předpokládat v roce 2009 další nárůst.

**Jak třídít:**

Do sběrných nádob patří: listí, tráva, seno, plevel, zbytky rostlin, kořeny a listy zeleniny, větve keřů i stromů, spadané ovoce, zbytky ovoce a zeleniny, čajové sáčky, kávová sedlina, skořápky z vajec.

Do sběrných nádob nepatří: tekuté zbytky jídel, jedlé oleje, kosti, maso, uhynulá zvířata, biologicky nerozložitelné látky a jiné odpady.

**Důvody, proč třídít:**

Ochrana životního prostředí. Návrat organické látky do přírodního koloběhu. Bioodpad na skládce podléhá rozkladu a unikající metan způsobuje skleníkový efekt. Vytríděním bioodpadu se sníží objem smíšeného komunálního odpadu až o cca 19%, což přinese občanovi úsporu nákladů.

**Na základě vyhodnocení zkušeností s dosavadním systémem svozu bioodpadu si dovolujeme informovat obyvatele Kolovrat, kteří mají s Pražskými službami uzavřenou smlouvu, že dnem svozu je stanoven každý čtvrtek v sudém týdnu. První svoz je ve čtvrtek 2. 4., další 16. 4., poté 30. 4. atd.**

S případnými dotazy se obraťte na příslušnou městskou část - odbor životního prostředí, popř. na Pražské služby, a.s.:

Call Centrum: +420 284 091 888  
Obchodní oddělení: +420 284 091 359  
Provozovna ORO: +420 284 091 451

Miroslav Havlíček, Pražské služby a.s.

## Nejbližší sběrné místo pro bioodpad je v Malešicích

Od března je v provozu stabilní sběrné místo sběru bioodpadu v Praze 10 v Malešicích, Dřevčická ul., tel.: 604 221 708.

Provozní doba je od pondělí do pátku: 7-18 hod., sobota: 7-15 hod.

Bioodpad zde mohou zdarma odevzdat občané s trvalou adresou v hl. m. Praze.

Aktuální informace o provozu zařízení naleznete na internetových stránkách: <http://envis.praha-mesto.cz/>

Alena Svobodová, MČ Praha - Kolovraty

## Kde uplatnit žádosti o dávky státní sociální podpory?

Dávky státní sociální podpory vyplácí od 1. ledna 2009 Úřad práce hlavního města Prahy na místní pobočce v budově ÚMČ Praha 15.

Dnem 1.1.2009 vstoupila v platnost novela zákona č. 117/1995 Sb., v platném znění, o státní sociální podpoře a její organizaci na území hl. města Prahy. Touto novelou došlo ke sjednocení výplat dávek ve všech krajích České republiky. V souvislosti s tím se celá databáze dávek státní podpory přesunula na jiná pracoviště.

Jedná se konkrétně o tyto dávky:

- přídavek na dítě
- rodičovský příspěvek
- porodné
- sociální příplatek
- příspěvek na bydlení
- dávky péčovské péče
- pohřebné

Výplaty již podaných žádostí týkající se dávek státní podpory nejsou a nebudou touto změnou narušeny.

Uplatnit nárok na dávky a podat žádost lze na tomto místě:

Místní pracoviště Úřadu práce hl. m. Prahy, státní sociální podpora (budova ÚMČ Praha 15) Boloňská 478/1, 109 00 Horní Měcholupy, úřední hodiny: **pondělí a středa od 8,00 – 17,30 hodin.**

Podatelna ÚMČ Praha 15 přijímá žádosti nepřetržitě. Podatelna místní pobočky Úřadu práce hl. m. Prahy (dávky SSP) v 1. patře, č. dveří 118 přijímá žádosti pouze v úředních hodinách. Další informace na telefonu: 281 003 117.

Bc. Zdeňka Žaludová, vedoucí OSVZ, Úřad MČ Praha 22

## Nové pasy budou obsahovat i údaje o otiscích prstů

Od letošního dubna se vydávají cestovní doklady s nosičem dat obsahujícím údaje o otiscích prstů. Od tohoto data bude možné podat žádost o vydání cestovního pasu se strojově čitelnými údaji a s nosičem dat s biometrickými údaji („e-pas“), který bude obsahovat otisky prstů. Otisky prstů se budou pořizovat u občanů starších 6 let, resp. u občanů, kteří ke dni podání žádosti dosáhli věku 6 let.

Irena Röslerová,  
vedoucí Občanskosprávního odboru, Úřad MČ Praha 22

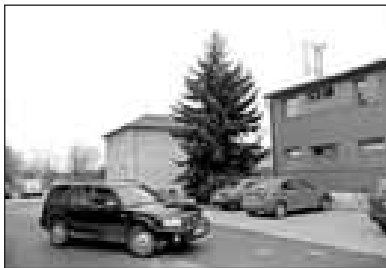
## Vraky vozů hyzdící Kolovraty jsou zlikvidovány

V podzimním čísle Kolovratského zpravodaje jsme uvedli informaci o akci Městské policie zaměřené na vyhledávání vraků v ulicích a jejich následně likvidaci.

S potěšením dnes můžeme oznámit, že všechny zjištěné vraky na místních komunikacích a veřejných prostranstvích byly úspěšně zlikvidovány. V současné chvíli čeká na odtaž jediné vozidlo, a to v ulici Nad Nádrží. Toto vozidlo bude zlikvidováno ihned po uplynutí zákonné lhůty.

## Řidiči parkující u pošty často porušují předpisy

Poměrně časté stížnosti obyvatel, které řeší kolovratští strážníci, se týkají parkování v bezprostřední blízkosti pošty, tedy v ulicích K Poště a Na Parkáně. Řidiči poukazují na absenci parkovacích míst, především v ranních a odpoledních hodinách. Drtivá většina stížností je ale neopodstatněná a víceméně pramení z obvyklé lidské pohodlnosti.



Kamenem úrazu je skutečnost, že mnozí řidiči by se svým vozem nejradiěji zajeli až k poštovnímu okénku. Nejsou ochotni zaparkovat ve větší vzdálenosti a zbytek dojíti pěšky. Raději svým vozem vytvoří nebezpečnou překážku, porušují předpisy a ohrožují tím ostatní řidiče a chodce.

Všichni víme, že prostor v okolí pošty prostě není nafukovací a má jistou kapacitu. Pravdou je, že na poměrně malém místě se nachází většina služeb, včetně budov mateřské školy. Tyto skutečnosti jsou důvodem zvýšené

koncentrace vozidel, pohybu osob a dětí v dané lokalitě. Právě na jejich bezpečnost bychom měli myslet nejvíce a proto veškerá pohodlnost musí jít stranou.

Řidiči zde parkují vozidla přímo v zatáčce či její bezprostřední blízkosti, čímž vytvoří nebezpečnou překážku a znemožní tím bezpečné projetí zatáčky. Parkují na chodníku a v zákazu zastavení, kde ohrožují chodce a brání vyjetí ostatních vozidel z parkoviště. Jejich vozidlo se může tedy snadno stát příčinou dopravní nehody nebo případných zranění kolemjdoucích osob.

Strážníci se v těchto místech často setkávají s arogantním jednáním řidičů, kvůli kterým zde neustále dochází k nebezpečným kolizním situacím. Výmluvou řidičů pak není nic jiného než „stojím tu jen chvilku“. Vůbec si ale neuvědomují, že právě tyto chvilky jsou příčinou mnohdy zbytečných dopravních nehod. Přitom stačí velice málo - dojít kousek cesty pěšky. Všechny tyto přestupky strážníci pečlivě sledují a při jejich řešení jsou a budou i nadále nekompromisní. Nejen bezpečnost našich, ale i všech ostatních dětí a osob musí být naší prioritou.

## Co s odhozenou injekční stříkačkou? Volat linku 156

V měsíci lednu se na strážníky v Kolovratech obrátila žena s žádostí o likvidaci použité injekční stříkačky. Jako místo nálezu uvedla vnější obvod dětského hřiště v ulici U Vodice. Strážníci se ihned vydali k označenému místu a stříkačku bezpečně zlikvidovali.

S obdobným oznámením se strážníci v Kolovratech setkávají průměrně třikrát do roka. Zde je třeba ocenit počinání ženy, která celou věc neprodleně oznámila. Je správné, že se sama nepustila do likvidace tohoto nebezpečného předmětu, jak se občas stává. Strážníci totiž disponují speciálními prostředky pro bezpečnou likvidaci těchto nálezu.

Pokud se tedy kdokoli setká s podobnou věcí, doporučujeme ihned kontaktovat linku „156“ a co nejpřesněji popsat místo nálezu. O zbytek se již postarají strážníci.

## Při přecházení trati lidé nepochopitelně hazardují

Všichni známe řízený přechod pro chodce se závorami vedoucí přes železniční těleso na kolovratském vlakovém nádraží. Některým přecházejícím ale výstražná světla ani sklopené závory zřejmě nic neříkají. Před několika týdny se zde snažila jedna maminka protlačit kočárek s dítětem i přes spuštěné závory, a to ve chvíli, kdy stál ve stanici vlak.

Přechod byl uzavřený a dosti zasněžený. Kočárek tedy mamince zapadl do hlubokého sněhu a jen s obtížemi ho tahala nazpět. Je to smutný hazard, který se udal navíc přímo před zraky kolemjdoucího strážníka. Ten se samozřejmě pustil do „práce“. Reakce maminky snad ani nepotřebuje komentář: „Teď tu budu muset mrznout půl hodiny, protože mi ujede vlak.“

Zde je třeba opět připomenout, že i chodce je účastníkem silničního provozu a je povinen se řídit příslušnými ustanoveními zákona o provozu na pozemních komunikacích. Sankce za jejich porušení opravdu nejsou malé. Především si ale každý musí uvědomit, že zdraví má pouze jedno.

připravil Vladimír Bačák,  
velitel strážníků Městské policie v Kolovratech

## Hasiči radí, jak bezpečně pálit odpad ze zahrádek

Práce na zahradách a zahrádkách se často neobejdou bez vypalování porostů a pálení biologického odpadu, jako je listí, větve, rostlinný odpad. Při likvidaci tohoto odpadu se však zvyšuje riziko požáru.

Pojmy pálení a vypalování se od sebe liší. Vypalování porostů je zákonem (č. 133/1985 Sb., o požární ochraně, ve znění pozdějších předpisů) zakázáno. Pro porušení zákazu lze fyzické osoby potrestat pokutou až do výše 25 000 Kč a právnické osoby postihem do 500 000 Kč. Na rozdíl od vypalování porostů není pálení shrané trávy, listí či kletu zákonem výslovně zakázáno, ale i na tuto činnost platí určitá pravidla a omezení.

Zákon jasně stanovuje podmínky pro pálení, které provádí podnikající fyzické a právnické osoby. Je to zejména povinnost ohlašovat každé pálení na územně příslušné operační středisko hasičského záchranného sboru hl. m. Prahy (tel. číslo 150). Při ohlašování pálení je nutno uvést následující informace:

- datum a místo pálení
- osobu, která je za pálení odpovědná + kontakt (mobilní telefon)
- dobu, po kterou bude pálení probíhat

Povinnost zákona ohlašovat pálení se nevztahuje na fyzické osoby, které tuto činnost provádějí na svém pozemku. Pokud však fyzická osoba plánuje pálení většího množství biologického odpadu, je vhodné rovněž ohlásit pálení na informační a operační středisko HZS. I pro tyto práce na soukromém pozemku platí určitá pravidla. Jedná se zejména o:

- dodržování povinností vyplývajících ze zákona o ovzduší a platných obecně závazných vyhlášek obcí (požární řád obce, vyhlášky o nakládání s komunálním odpadem, apod.)
- pálení má být přítomna osoba starší 18 let - oheň by se neměl rozdělovat za pomoci hořlavých kapalin
- pálení se nesmí provádět při nepříznivých povětrnostních podmínkách (silný vítr, inverze)
- je nutné dodržovat bezpečnou vzdálenost ohniště od zástavby a hořlavých předmětů (domy, auta, ploty apod.)
- je nutné mít k dispozici jednoduché hasební prostředky (lopata, kbelík s vodou, písek apod.)
- velikost ohniště musíme zvolit tak, aby všechny hořící materiál shořel v době, kdy je na místě přítomen dozor
- místo pálení nelze nechávat bez dozoru
- v případě, že se oheň vymkne kontrole a nelze ho uhasit vlastními silami, je osoba provádějící pálení povinna okamžitě vzniklý požár ohlásit příslušnému operačnímu středisku HZS.

z archivu SDH Kolovraty

## Webové stránky Kolovrat v soutěži opět zabodovaly

Kolovraty se i letos přihlásily do soutěže o nejlepší webové stránky měst a obcí a nejlepší elektronickou službu, která se pod názvem Zlatý erb konala už po jedenácté. Ve vyrovnané soutěži je z třinácti přihlášených obcí Prahy předstihla pouze Velká Chuchle a tradiční vítěz - Petrovice.

„Webové stránky našich měst a obcí už dávno nejsou jen poskládanými informacemi, ale dnes patří mezi nejlepší portály vůbec. Komunikace prostřednictvím internetu úřad neodlidšťuje, ba právě naopak - úřad je díky kvalitním stránkám veřejnosti lépe hodnocen,“ uvedl první náměstek pražského primátora Rudolf Blažek na slavnostním vyhlášení cen, které se pro krajské kolo hl. m. Prahy konalo v Clam-Gallasově paláci.



Desetičlenná porota i letos hodnotila webové stránky z různých hledisek. Úřední deska Kolovrat byla považována za nejlepší stejně jako výtvarné zpracování webu. Porotci ocenili i doporučené a doplňkové informace a přehlednost či ovládání stránek. Dalšími kritérii, která měla na celkové umístění vliv, bylo zveřejňování povinných informací či bezbariérovost přístupu, tedy snadnější dostupnost například pro lidi se zrakovým postižením.

Moderní verzi kolovratských stránek navrhla předloni Jana Forsythová z Kolovrat, která je od té doby pravidelně inovuje. O aktualizaci obsahu se stará asistent Infocentra Tomáš Bezouška, další informace doplňují pracovníci úřadu městské části. -ouj-

## Březen je i měsícem internetu



V březnu, který je nejen měsícem knihy, ale také internetu, nabídlo Infocentrum s knihovnou pro své čtenáře i návštěvníky opět několik akcí. Asistent Tomáš Bezouška seznámil seniory i dospělé zájemce se základy používání internetu, noví čtenáři zas uvítali pár hodin na internetu zdarma. Vyvrcholením byla oblíbená Noc s Andersenem, kdy se děti proletěly světem. -ouj-

## Senioři a chroničtí pacienti mohou za léky ušetřit

Již přes rok se vybírají ve zdravotnických zařízeních regulační poplatky. Stále však mnoho lidí netuší, za které úkony jsou poplatky vybírány a za které se neplatí. Co všechno si pacient v ordinaci hradí a které osoby jsou od placení osvobozeny, na to jsme se zeptali kolovratské lékařky MUDr. Hany Božinové.

Poplatky u lékaře jsou **poplatky regulační**, kdy nejde o hrazení péče z vlastní kapsy. Skutečná cena provedených úkonů je nesrovnatelně vyšší (prohlídka specialistou vyjde na několik stovek a například den pobytu na ARO, kam se může dostat každý, stojí cca 30 000 Kč). Účelem poplatků má být taková regulace využívání zdravotních služeb, aby se veřejné zdravotnictví nezneužívalo. Tedy aby se neplytvalo léky, aby se nechodilo k lékaři kvůli předepisování prášku za 8 korun nebo na zkoušku, zda vypíše neschopenku či omluvku do školy. **Poplatky se platí:** u lékaře za návštěvu s vyšetřením, za výdej léku na předpis a za návštěvu pohotovosti

### Poplatky u lékaře – 30 Kč

Poplatky u lékaře od 1. ledna 2008 se konkrétně vztahují na: **praktického lékaře, zubaře, dětského lékaře, ambulantního specialistu, gynekologa, psychologa, logopeda.**

Důležitý je fakt, že se jedná o **návštěvy, při nichž je provedeno vyšetření**. To někde znamená „poslechnutí si pacienta“, jinde měření tlaku atd. Pokud si nás lékař pozve k provedení dalších úkonů následujících po provedeném vyšetření, poplatek se neplatí. Pokud ale přijdeme na jedno vyšetření, například při chřipce, a za týden na kontrolu, je to další vyšetření, a tudíž ho zaplatíme.

Ani při preventivních prohlídkách se poplatky neplatí – například dospělí mohou tuto možnost využít u praktického lékaře jednou za dva roky nebo u zubaře jednou za rok. Dále se neplatí laboratorní vyšetření, například rentgen nebo odběr krve.

### Poplatky v lékárnách – 30 Kč

Poplatek 30 Kč zaplatíme v lékárně za každý lék, který máme na receptu. Regulační poplatek se neplatí za léky, které nemáme předepsané, ani za různé další doplňky stravy. Zda to zabrání plýtvání, se však dopředu odhadnout nedá.

Dále bychom měli dodat, že se zavádí limit na léky ve výši 5 000 Kč, po jehož překročení nám budou další peníze vráceny. Má jít o „bezpečnostní“ limit, který zajistí, že starší lidé či chronicky nemocní nebudou platit donekonečna. Podle ukázkových případů by takoví lidé měli skutečně ušetřit.

### Poplatek za pobyt v nemocnici – 60 Kč

Přesněji jde o poplatek za pobyt v nemocnici, za pobyt v lázních a za pobyt v léčebnách (dlouhodobě nemocných, dětských) nebo v odborných léčebných ústavech. Za každý strávený den (resp. pobyt přes noc) zaplatíme 60 Kč. Jde o částku, která **symbolizuje naše každodenní náklady doma**, jimž se stejně nevyhne, a dokonce mohou být i mnohem vyšší – jídlo, praní prádla apod.

### Poplatek na pohotovosti – 90 Kč

Zaplatíme při návštěvě pohotovosti, jednak v noci (od 17.00 do 07.00 hod.), jednak o víkendech a svátcích.

Od placení poplatků jsou osvobozeni lidé v hmotné nouzi (nutné potvrzení ze sociálního odboru, které se každý měsíc obnovuje), lidé v karanténě, novorozenci v porodnici, děti v dětských domovech.

### Máme za sebou zimu a s ní i primární chřipkové období. Jaký průběh mělo toto onemocnění v Kolovratech?

V letošním roce, zejména v měsíci únoru, jsme zaznamenali zvýšený počet nemocných s projevy chřipky a akutními respiračními infekcemi. Onemocnění probíhalo klasicky – týden teploty, únava, slabost, svalové bolesti, dále minimálně týden rekonvalescence. Znovu jsme si ověřili, že nejlepší prevencí chřipky je očkování, které probíhá každoročně od října do prosince.

### Jak dobrovolná a povinná očkování nabízí vaše ordinace v průběhu roku?

Jediné povinné očkování pro dospělého je očkování proti tetanu. Provádí se ve 14 letech a přeočkování každých 10 až 15 let. Je nutné si termíny hlídat. Pokud je očkování až po patnácti letech, je potřeba nové kompletní očkování (3 injekce).

Další očkování jsou dobrovolná, ale přesto je doporučují. Jedná se o očkování proti klíšťové encefalitidě nebo proti žloutenkám typu A a B. U adolescentů je to očkování proti meningitidě, u 13 až 19-letých dívek je vhodné očkování proti papilomaviru.

### Blíží se období se zvýšeným výskytem klíšťat. Můžete zmínit příznaky po prísátí infikovaného klíštěte?

Tato otázka je na celou přednášku – po kousnutí klíštěte může být místo vpichu zarudlé, týden je to celkem v normě, jen je nutné místo sledovat. Pokud zarudnutí přetrvává déle nebo se objeví i jinde na těle, je nutné vyhledat lékaře. Přidají-li se teploty či tzv. chřipkové příznaky, je rovněž nezbytná konzultace s lékařem.

### Existuje řada zaručených návodů, jak klíště vyndat. Jaká je opravdu ta nejlepší metoda?

Klíště je možné vyndat mnoha způsoby. Já mám nejlepší zkušenost s mýdlem – kruhovým pohybem přejíždíte po zakousnutém klíštěti, dokud se nepustí.

## Kolovratský úřad zřídí pracoviště Czech-Point

Také v letošním roce budeme pravidelně přinášet informace o nových stavebních akcích a dalších významných projektech, které zprostředkuje předseda stavební komise kolovratského zastupitelstva RNDr. Ivo Chytil.

Pane doktore, prozradte, jaké stavební akce čekají naši městskou část v letošním roce a čím se bude stavební komise zabývat.

Pro letošní rok bych především vyzdvihl následující akce: Na Parkáně probíhá výstavba mateřské školy. Polovina byla otevřena na začátku tohoto roku a již slouží potřebám školky. Výstavba druhé poloviny bude dokončena tak, aby ji mohla škola užívat od nového školního roku. V letošním roce bude také pokračovat příprava výstavby pražského silničního okruhu, jejímž cílem bude vydání stavebního povolení. V současné době nemáme žádné nové informace. Jakkmile se dozvíme nové skutečnosti, budeme o nich informovat.

Třetí významnou událostí je příprava nového Územního plánu. O našich cílech jsme referovali již vloni. Nyní probíhá projednávání jednotlivých navržených změn v orgánech města.

Samozřejmě se uskuteční řada prací místního významu, o jejich průběhu budeme čtenáře během roku průběžně informovat na stránkách Kolovratského zpravodaje.

**V minulém čísle jste zmínil, že městská část povede další jednání s Regionálním organizátorem pražské integrované dopravy o změnách v autobusové dopravě. Proběhlo už nějaké jednání?**

Městská část obdržela od obyvatel Lipan petici za zavedení ranního spoje z Lipan do Kolovrat. Obrátili jsme se proto na Ropid a upozornili jsme na chybějící ranní propojení obou městských částí, dále na nevyhovující přestupní vazby na vlakové spoje a nevhodné umístění autobusových zastávek. Společnosti Ropid jsme předložili i vypracované návrhy na řešení celé situace. Nyní očekáváme další jednání.

**Bliží se letní měsíce. Jak bude v letošním roce provozováno koupaliště?**

Provozovat koupaliště je pro městskou část finančně a provozně velmi náročná záležitost. Naši snahou je proto najít trvalejšího provozovatele celého areálu.

**Obyvatelé Kolovrat se mohli nedávno v Infocentru seznámit s projektem revitalizace návesního rybníka a jeho okolí. Podaří se obci myšlenku zrealizovat?**

V současné době probíhají jednání o možnosti získat prostředky z fondů Evropské unie na realizaci projektu. Doufejme, že budeme úspěšní.

**Čekají Kolovraty nějaké další novinky?**

Další dobrou zprávou pro obyvatele Kolovrat je, že chceme zřídit pracoviště Czech-Pointu na našem úřadě, které lidem usnadní vyřizování úředních záležitostí.

*Tomáš Bezouška*

## Tipy na dubnové výlety parním vlakem i pěšky

Poslední dubnovou sobotu (25. 4.) se mohou výletníci vydat parním vlakem z Prahy do kraje Praotce Čecha na Řípskou pouť. V čele vlaku, sestaveného z historických osobních vozů a vozu bufetového, pojedou parní lokomotiva nazývaná Čtyřkolák.

Nejbližší bájné hoře je zastávka Ctíněves, odkud je to na 456 metrů vysokou horu příjemná tříkilometrová procházka. Doprovodný program pouti se koná na otevřené scéně u obce Rovné. Návštěvníci se mohou těšit na bubenické vystoupení souboru Tam Tam Batucada, pro děti je připraveno pohádkové představení Dády Patrasové a ve 14 hodin začne koncert skupiny Maxim Turbulenc. Později se představí skupiny nejrůznějších žánrů. Netradičním lákadlem pouti bude i outdoorový adrenalinový park.

*Jízdenky na parní vlak lze zakoupit v předprodeji pouze v osobní pokladně železniční stanice Praha-Braník (denně od 7 do 18 hod.). K jízdenkám lze v předprodeji zakoupit i místenku, rezervace jízdenek a místenek se nezajišťují. Informace o aktuálním stavu předprodeje jsou na tel.: 972 228 853. Jízdenky lze také zakoupit přímo ve vlaku u průvodčích.*

**informace parní vlak:** <http://parnijizdy.ic.cz>

**informace muzeum:** <http://zmzlonice.draha.net>

**Parním vlakem do železničního muzea**

Milovníci mašinek a historických vozidel mohou pokračovat parním vlakem dále do nedaleké stanice

Zlonice, kde v tento den zahájí svou třináctou sezónu železničního muzeum. Návštěvníci zde shlédnou největší sbírku cukrovarských lokomotiv v České republice, soupravu historického nákladního vlaku či expozici zabezpečovacího zařízení s modelovým kolejištěm. Připraveny jsou i jízdy na polní úzkorozchodné dráze.

Všichni návštěvníci, kteří předloží u vstupu do muzea jízdní doklad z parního vlaku, mají vstup do muzea bezplatný.

příjezd		odjezd		ŽST		příjezd		odjezd	
8:31	8:35	8:17	8:21	Praha Braník	19:04	19:08	18:52	18:56	
8:39	8:51			Praha hl.n.	18:15	18:31			
9:00	9:02			Praha Holešovice	17:58	18:08			
9:14	9:15			Roztoky u Prahy	17:45	17:49			
9:26	9:27			Libčice n/Vltavou	17:30	17:34			
9:35	10:08			Kralupy n/Vltavou	16:53	17:24			
10:37	10:39			Ctíněves (Říp)	16:17	16:21			
10:50	11:07			Stránský	16:00	16:06			
11:41				Zlonice		15:29			

**Krajinou barona Ringhofferů počtvrté**

Pro přátele výletů jarní přírodou, her a také dobrého piva pořádá mikroregion Ladův kraj a Pivo-var Velké Popovice

4. ročník turistického pochodu Krajinou barona Ringhofferů. Sraz je v sobotu 25. dubna v 9,30 hodin na nádraží v Mirošovicích. Dvacetkilometrová cesta do Kamenice vede nádhernou krajinou přírodního parku Velkopopovicko, okolím zámku Štířín a kolem romantických rybníků. Baron Ringhoffer je zakladatelem Pivovaru ve Velkých Popovicích, kam je v tento den vstup zdarma. Exkurze je spojená s ochutnávkou piva.

*Tomáš Bezouška*

## Děti z Misijního klubka rozdávali radost seniorům

V předposlední únorovou sobotu potěšily seniory z Domu s pečovatelskou službou děti z kolovratského Misijního klubka se svým programem.



Děti předvedly veršovanou pohádku O Koblížkovi od Františka Hrubína a navíc jako bonus přidaly další krátká vystoupení. Na závěr příjemného podvečera věnovaly děti seniorům drobné dárečky, které samy vyrobily. Děti v Misijním klubku jsou vedeny také k tomu, aby rozdávaly druhým radost - a to se jim zcela vydařilo. Odměnou za jejich výkony byl potlesk a úsměvy všech přítomných.

*Ing. Ivana Voborová, vedoucí DPS*

**Pěvecký sbor JAZZBÁBY**  
zve na premiéru  
nové hry se zpěvy  
v režii Jiřího Vondrovce

**Ježek na Olympu**  
jako host vystoupí Karel Bláha,  
sólista Hudebního divadla Karlín

**v pátek 18. června 2009 od 19 hodin**  
v PSB U Boudy v Kolovratském

## Medunka obchůdek s čaji, bylinkami, kořením, potravinami zdravé výživy

Mírová 637, Kolovraty (u kašny)

- Bio potraviny • Výrobky z kozího mléka
  - Sojové jogurty, tofu
- Potraviny pro bezlepkovou dietu
- Zdravé dobrůtky • Med, medovina
- Medicinální vína • Bylinky, koření
  - Himalájské ajurvédské čaje
- Přírodní kosmetika Cannaderm, Salus
- Henna – Francouzská vlasová kosmetika
- Tibetická medicína - EPAM, Zelený jíl
  - Tinkтуры z rostlin a pupenů
- Čaje porcované sypané • Výrobky Dědka kořenáře

Otevřeno: Po – Pá: od 9 do 17 hodin

Út: od 9 do 17,30 hodin

[www.medunka.cz](http://www.medunka.cz), [info@medunka.cz](mailto:info@medunka.cz)

tel.: 603 847 405

## Kolovraty získaly posílením vlaků lepší spojení s centrem Prahy

Koncem loňského roku nastaly v jihovýchodním regionu Prahy rozsáhlé změny ve vedení autobusové dopravy. Organizátor Pražské integrované dopravy se zavázal, že po třech měsících tyto změny vyhodnotí. O podrobnější informace jsme požádali Ing. Filipa Drápala, tiskového mluvčího Regionálního organizátora pražské integrované dopravy (ROPID).



**Pane inženýre, můžete prezentovat hlavní poznatky, které jste nedávno zveřejnili v tiskové zprávě?**

Vyhodnocení změn stále ještě probíhá. Nový

dopravní model se totiž do plánované podoby usadil až po 8. březnu, kdy byla na Háje převedena i linka 382. Této změně předcházelo dílčí vyhodnocení dopravy v oblasti, které se však zaměřovalo zejména na příměstské linky. Pro vytvoření celkové a objektivní představy o fungování nového modelu dopravy si musíme ještě nějakou dobu počkat. V průběhu jara budeme provádět další podrobné průzkumy na městských a příměstských linkách v oblasti. Výsledky vyhodnocení by se měly promítnout k dalšímu celostátnímu termínu změn, k 14. červnu 2009, v souvislosti s chystanou změnou linkového vedení místních linek PID v oblasti Říčán. V tuto chvíli probíhá projednávání navržených opatření s dotčenými městskými částmi.

**Změny, ke kterým došlo koncem roku, ještě stále vyvolávají silné emoce. Lidem jednak vadí převedení autobusů na Háje, a dále úbytek autobusových spojů z Kolovrat oproti minulému jízdnímu řádu. Přesto Kolovraty mají společně s vlakem téměř sto spojení s centrem metropole. Můžete stručně definovat, jaká by byla hustota spojů, kdyby byly do Kolovrat vedeny spoje pouze podle pravidel základní dopravní obslužnosti?**

Kolovraty získaly posílením vlaků od prosince 2008 výrazně lepší spojení s centrem Prahy. Linky S9 a S29 jezdí ve špičkách čtyřikrát za hodinu, mimo špičky dvakrát za hodinu. Do té doby byla nabídka vlakových spojů zhruba poloviční. Také v této souvislosti bylo částečně omezeno, avšak nikoli zrušeno, souběžné autobusové spojení. Zachování stejného počtu autobusů i přes posílení vlaků si z důvodu omezených finančních prostředků nemůžeme dovolit. Jen pro upřesnění, Kolovraty leží v okrajové oblasti Prahy, kde nám standardy dopravní obslužnosti ukládají zajistit autobusové spojení v maximálním intervalu 30-60 minut, což je splněno. Pokud samozřejmě dochází k přepřihování spojů, což je více než 60 osob na autobus standardní délky, jsme povinni to řešit.

**K městské části Praha-Kolovraty patří také osada Lipany. Obyvatelé Lipan využívají v Kolovratech veškeré služby, děti zde navštěvují školy. Linka č. 265 však spojuje obě části jen v denní době, cca od 07.30 do 17.00 hodin, což značně stěžuje například návoz dětí do ranní družiny či mateřské školy. Neuvažuje organizátor integrované dopravy rozšířit nabídku spojů?**

Počkejme si na vyhodnocení změn, v červnu uvidíme. Nutno zmínit, že velice podobný rozsah provozu měla linka 265 v této původní trase do roku 2005, kdy došlo k náhradě linkou 267.

**V hlavním městě je provozováno celkem třináct nočních autobusových linek, navíc dalších šest linek je vedeno z Prahy do Středočeského kraje. Dočkají se i Kolovraty někdy nočního spojení, například prodloužením linky 506 z Uhřetěvesi? Nedávno se také hovořilo o zřízení noční linky až do Kostelce nad Černými Lesy, která by zastavovala na okraji Kolovrat. V projektu městských vlakových linek je také uvažováno se zavedením nočních S linek. Má některý z těchto projektů šanci na realizaci?**

V současné době jednáme s Českými drahami o možnosti zavedení nočních vlaků na hlavních linkách Eska. Zatím však není definitivně rozhodnuto. Vše opět závisí na výši provozní dotace na příští rok. Podle tohoto rozhodnutí pak teprve můžeme uvažovat o nějaké autobusové alternativě.

**Řada občanů našeho regionu jezdí do zaměstnání či na nákupy do čestlické obchodní zóny. Přestože Uhřetěves a Kolovraty jsou od této zóny vzdáleny jen pár kilometrů, neexistuje do této oblasti žádné přímé spojení. Zákazníci tak musí jezdit značnou oklikou se složitými přestupy. Počítáte ve své koncepci s příměstskou linkou do Průhonic?**

K červnu 2009 připravujeme výraznější změnu linkového vedení příměstských autobusů v oblasti Průhonic a Čestlic. Spojení ve směru na Uhřetěves by bylo nadstandardní a na jeho plné úhradě by se musely podílet obce na trase. Čili pokud budou mít obce o toto spojení zájem a přispějí na něj, není problém ho zavést.

**Od poloviny prosince začala jezdit nová vlaková linka S 29 v úseku Strančice - Praha Vysočany. V jakém časovém horizontu**

**budou realizovány další S linky a o jakých relacích se uvažuje?**

Zatím brání dalšímu rozvoji Eska nedokončené rekonstrukce infrastruktury a to zejména v oblasti Libně, Vysočany a Smíchova. Proto nepředpokládáme v nejbližších dvou letech žádné výrazné rozšíření vlakového spojení. Přeci jen, prosincový skok o 33% byl nejvýraznějším posílením vlaků v Praze v historii Pražské integrované dopravy.

**Se zavedením nového jízdního řádu se zvýšila nabídka vlakových spojů na území Prahy o již zmíněných 33%. Máte již vypracován průzkum, zda cestující reflektovali tuto nabídku a začali více využívat ke svým cestám železniční dopravu?**

Aktuální průzkum počtu cestujících na železnici se teprve zpracovává, nicméně již máme signály, že zejména na tratích s největším posílením vlaků došlo k poměrně významnému nárůstu počtu cestujících (zejména linky S5, S7 a S9).

**Na podzim jste provedli pravidelný průzkum skladby cestovních dokladů, které využívají cestující při svých cestách ve vlacích Pražské integrované dopravy. Jaké jsou závěry loňského průzkumu?**

Opět narostl počet lidí, kteří používají jízdní doklady PID. Ze sta cestujících již 64 jezdí na jízdenky PID. V lednu 2009 jsme na tratích do Radotína a do Uhřetěvesi provedli doplňkový průzkum skladby jízdních dokladů. Konkrétně na trati do Uhřetěvesi vzrostl podíl cestujících s předplatními kupony PID z 45% na 60% a podíl jednotlivých jízdenek PID stoupl ze 7 na 12%. Pro zajímavost - celých 35% cestujících má časový kupon PID nahraný na čipové kartě Opencard.

**Senioři nad 70 let v pražské městské hromadné dopravě jízdné neplatí, jsou přepravováni bezplatně. Nepočítá se s bezplatnou přepravou i ve vlacích na území hlavního města, když se vlaky stále více začleňují do integrovaného systému a stávají se páteřním dopravním prostředkem při spojení s okrajovými částmi města?**

Nyní probíhají jednání o možnosti zkušebního zavedení bezplatné přepravy i pro seniory starší 70 let ve vlacích na trati z Radotína na hlavní nádraží. Jednání však ještě nejsou uzavřena, proto nemůžeme sdělit bližší informace.



# PRAVIDLA

## ZACHÁZENÍ S VYSLOUŽILÝMI ELEKTROSPOTŘEBIČI



Vysloužilý nemoderní spotřebič můžete zdarma odevzdat prodejci.

Starý spotřebič můžete odevzdat zdarma do sběrného dvůra.



Kde je nejbližší sběrný dvůr, zjistíte na obecním úřadě nebo na webu: [www.elektrowin.cz](http://www.elektrowin.cz). Na obecním úřadě můžete zjistit i termín mobilního svozu.



Za odložení spotřebiče do kontejneru či na černou skládku můžete dostat pokutu až do výše 20 000 Kč.



Nepouštějte se do demontáže spotřebiče, může obsahovat látky poškozující zdraví.

**GRATULUJEME!**  
Pokud dodržíte tyto zásady, nemůžete se nikdy dopustit ekologického zločinu!



[www.elektrowin.cz](http://www.elektrowin.cz)

## Běžíme tam, odkud ostatní prchají, říkají zasloužilí hasiči

Jiří Missbichler (JM) a Jan Jindra (JJ) stojí v řadách členů kolovratského Sboru dobrovolných hasičů celých šedesát let. Od Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska obdrželi na lednové valné hromadě Řád sv. Floriána jako výraz uznání za jejich mnoholetou obětavou práci pro naplnění hasičského poslání a za zásluhy o rozvoj hasičských záchranných služeb.



Jiří Missbichler (vlevo) a Jan Jindra

**U dobrovolných hasičů působíte již šedesát let. Vzpomenete si, co vás do sboru přivedlo?**

JM: Od svého mládí jsem rád pomáhal starým lidem, hlavně v okolí mého bydliště Na Skále. Ze spolků, které v Kolovratech tehdy fungovaly, mě nejvíce zaujal hasičský sbor, protože ten měl v názvu heslo Pomoc bližnímu, které korespondovalo s mojí představou. Navíc měl sbor rozsáhlou činnost a působil v něm i můj bratr, což byl další motiv pro vstup. Do sboru jsem přišel v roce 1946, ale členem jsem se stal až v roce 1948, neboť jsem musel projít zkušební dobou. Během tohoto období jsem měl ukázat, zda mám opravdový zájem působit v hasičském sboru.

JJ: U mě to nebylo tak jednoznačné. Do sboru mě přivedli kamarádi, svoji činnost jsem ale začal v Uhříněvsi. U sboru byla ohromná parta, každý z nás byl odkázán na druhého, což mezi námi vytvářelo pevný přátelský vztah. Tehdy byla ve sborech disciplína, každou neděli jsme měli cvičení, neexistovalo se na něco vymluvit a na sraz nepřijít. Kázeň a pocit zodpovědnosti dneska ve sborech mnohdy chybí.

**Jaký byl tehdy život dobrovolných hasičů?**

JM: U sedláků, kteří měli koně, byla příprava na tzv. pohotovostní požární přípraz. Když hořelo, sedlák musel přistavit koně k dopravnímu vozu a odvést hasiče s vybavením a se stříkačkou k požáru.

V prvopočátku vyhlašovali poplach trubači sboru, kteří na svých domech měli cedulku s nápisem Ohlašovna požáru. Každý z nich měl svůj obvod. Zde žádali občané o pomoc při požáru. Jakmile byli trubači o požáru vyzrozuměni, začali v ulicích troubit signál "hoří". Po zavedení místního rozhlasu byl poplach vyhlašován pomo-

ci tohoto zařízení. Obsluha pouštěla z gramofonové desky signál „hoří“, který hrál po dobu, než se všichni hasiči seběhli.

Každou neděli jsme chodili cvičit k návěsnému rybníku. Zapřáhli jsme se do stříkačky, odváhli jí k rybníku a tam jsme nacvičovali zásahy. Po skončení cvičení nás ještě čekala pořádná dřina, to když jsme stříkačku od rybníka táhli do kopečka k hasičské kolně.

**Kolovraty mají dneska jednu z nejhezčích hasičských zbrojnic. Za jakých okolností byla budova postavena?**

JJ: Do Kolovrat jsem přišel v době, kdy byl naprostý nezájem místního výboru o hasičský sbor. Navíc všichni zdejší dosavadní tahouni měli na činnost sboru jiný náhled a nechtěli se ve spolku již více angažovat. Šel jsem tedy za Jiřím Missbichlerem, se kterým jsme se domluvili a začali navštěvovat jednotlivé hasiče a přesvědčovat je, aby se znovu zapojili do spolkových aktivit. Po čase se nám podařilo zformovat novou zásahovou jednotku.

JM: To je pravda. Spolek se rozbije během hodiny, ale roky trvá než se opět zformuje na nějakou úroveň.

JJ: Byl nám přidělen nový moderní požární automobil, který jsme neměli kde zaparkovat. Začal jsem tedy na Národní výbor tlačit, aby byla postavena hasičská zbrojnice. Přesvědčoval jsem vedení, že každá koruna vložená do "hasičiny" se mnohonásobně vrátí. Mezitím jsem byl na Národní výbor delegován, takže jsem myšlenku hasičství prosazoval na každé schůzi. Chtělo to dostatek odvahy a trpělivosti. Po čase se však rozhodlo, že zbrojnice bude postavena. V přímém

vznikly garáže pro auto, v prvním patře byla naplánována knihovna, spolková místnost a sklad civilní obrany. Národní výbor však zapomněl do projektu zakreslit schodiště, takže do prvního patra musely být dodatečně připevněny dřevěné schody.

JM: Na stavbě každý z nás odpracoval kolem tří set hodin. Pracovali jsme o sobotách, nedělích, svátcích. Lidé nám hodně fandili, chodili nám pomáhat. Hlavním tahounem celé akce byl Jan Jindra.

JJ: Určitou zásluhu jsem na výstavbě zbrojnice měl, ale nemít kolem sebe spolehlivé lidi, nezmohl bych se na nic. Vyslal jsem jen prvotní impuls, vše ostatní byla práce sehraného kolektivu.

**Již za minulého režimu jste navázali spolupráci a přátelství s hasiči ze země za „železnou oponou“. Neměli jste proto v té době problémy?**

JJ: Tehdy existovala cestovní kancelář, podřízená Svazarmu, která zorganizovala návštěvu dobrovolných hasičů ze západního Německa na jedné pražské stanici. Německým hasičům se však exkurze nelíbila, a proto cestovní kancelář kontaktovala náš hasičský sbor. Po dohodě s námi poslala skupinku hasičů do Kolovrat a my jsme návštěvu přijali s velkou pompou. Ukázali jsme jim hasičárnu, naši techniku a jak se na správnou vesnici patří, připravili jsme pro ně bohaté občerstvení se dvěma tisíci jednohubkami a dobrým pitím. Během občerstvení hrál Jiří Missbichler na harmoniku, němečtí přátelé se chytli kolem sebe a tancovali. V sále vládla příjemná a uvolněná atmosféra.

Velitel německých hasičů nás při rozloučení pozval k sobě do Wuppertalu. Avšak za minulého režimu to nebylo tak jednoduché. Ministerstvo zahraničních věcí nechtělo náš výjezd dlouho povolit. Museli jsme mít od německých kolegů ověřené pozvání a potvrzení, že za nás zaplatí veškeré výlohy a že zájezdu se zúčastní pouze řádní členové Sboru dobrovolných hasičů. V roce 1987 se tedy uskutečnil první výjezd do Wuppertalu a tím začalo naše přátelství, které trvá dodnes. Spolupráce s německými sbory byla pro nás prospěšná, dostávali jsme od nich například zákony, podle kterých jsme pak navrhovali některá ustanovení při tvorbě hasičské legislativy.

JM: Pamatuji si, že si Němci chtěli při prvním setkání s námi vyříkat otázku odsunu ze Sudet. Na toto téma jsme však nepřistoupili a dohodli jsme se, že vždy budeme spolu jednat jako rovný s rovným, politickým tématům se vyhneme

a budeme se bavit pouze o spolupráci mezi sbory.

### Jakých největších zásahů se náš kolovratský sbor zúčastnil?

JM: Náš sbor byl vždy velmi aktivní a vážený, a tak nás v okolí všichni žádali o pomoc. Mnohokrát jsem měl na sobě jen tepláky či pyžamo, vzal jsem na sebe gumáky a kabát, ze zbrojnice helmu a jelo se k požárům.

JJ: Velkými zásahy, u kterých jsme asistovali, byla likvidace požáru Synthesie v Uhříněvsi či požár uhříněveské cihelny. V poslední době to byl požár na pražském výstavišti a v libušské tržnici.

### Jaká je budoucnost Sboru dobrovolných hasičů? Nebojte se, že by mohl zaniknout?

JJ: Vývoj ukazuje, že bez dobrovolných hasičů to nejde. Přestože má Praha dostatek profesionálních hasičů, když přijde velký požár, jako byl v libušské tržnici nebo na holešovickém výstavišti, tak jsou dobrovolní hasiči nenahraditelní.

Na prvopočátku nebyl rozdíl mezi dobráky a profíky, obě složky spolu úzce spolupracovaly. Později se vztahy profesionálů a dobrovolných hasičů narušily, ale v dnešní době se spolupráce začíná opět zlepšovat.

Stěžejní činnost dobrovolných hasičů spočívá dříve ve třech rovinách – požární ochrana, prevence se vzdělávací činností a zdravotní činností. Vzdělávání a prevence upadly postupem času úplně, dnes se dobráci věnují už jen pouze represivní činnosti, což je hašení požárů, živelní pohromy a dopravní nehody.

JM: Máme sice v našem sboru několik mladých a schopných hasičů, ale ti zatím nejsou věkově způsobilí pro výjezdy k požárům. Pokud nebudou mít lidé zájem výjezdovou jednotku doplnit, může nastat doba, kdy náš sbor zanikne.

Mám pocit, že nezájem ze strany občanů je způsoben dvěma faktory. Jednak je tato práce zadarmo a navíc se jedná o tvrdou a velmi nebezpečnou práci. Vždyť hasiči jdou tam, odkud ostatní lidé utíkají. I po samotném požáru jejich práce nekončí. Auta, nářadí, ale i hadice se musí dát opět do pohotovostního stavu, aby mohly být použity při dalším výjezdu, který může přijít třeba za pět minut.

JJ: A zase se vracíme k začátku. Důležitá je úzká spolupráce s městskými a obecními úřady a jejich podpora. V současné době je náměstkem primátora pro bezpečnost a legislativu Rudolf Blažek, za jehož působení obdržel náš sbor například nový požární vůz Scania.

### Co byste chtěli říci na závěr?

JM a JJ: Chtěli bychom poděkovat především našim ženám, které se při každém výjezdu o nás bojí, zda se vrátíme živí a zdraví. A našim kolovratským hasičům přejeme, aby se vždy šťastně vrátili od zásahu domů.

za rozhovor poděkoval Tomáš Bezouška

## Práci kolovratských hasičů ocenil i ministr

Na podzim loňského roku likvidovali kolovratští hasiči po boku dalších profesionálních i dobrovolných jednotek ničivý požár Průmyslového paláce a pomáhali také hasit oheň v asijské tržnici v městské části Libuš. Obrovské nasazení jednotek při obou požárech ocenil i ministr vnitra. O dalších výjezdech kolovratských hasičů i problémech, se kterými se v loňském roce potýkali, referoval jejich velitel Antonín Burda.



Na lednové valné hromadě převzali někteří členové sboru čestná uznání a vyznamenání.

### Pane veliteli, mohl byste zhodnotit uplynulý rok?

Počet zásahů nebyl tak vysoký jako v předloňském roce. Jednalo se o sedmáct případů. Kromě zmíněných velkých požárů jsme pomáhali odstraňovat následky dopravních nehod i větrných smrští, hasili jsme požár skládky dřeva a kontejneru na tříděný odpad nebo odčerpávali vodu ze zatopených sklepů po celé Praze.

Technických zásahů a výjezdů na pomoc spoluobčanům a obci bylo dvanáct. Prořezávali jsme stromy, pročišťovali kanalizaci, vyčistili kolovratské koupaliště před napuštěním, ale také likvidovali vosí hnízda. Podrobnější seznam a několik fotografií si mohou čtenáři najít na našich internetových stránkách <http://sdh-kolovraty.hyperlink.cz/>.

### Přibyla do vaší zbrojnice nová technika?

Máme radost, že se nám podařilo získat mimořádnou účelovou dotaci od pražského magistrátu na kompletní výměnu všech pneumatik na voze Tatra 815 a na generální opravu čerpadla. Koncem roku jsme dostali další mimořádnou dotaci na nákup moderních dýchacích přístrojů s příslušenstvím. Čekáme jen na jejich předání.

Na voze Tatra jsme navíc svépomocí vyměnili i kompresor a vyrovnávací ventily pro vzduchové odpružení. Prodali jsme staré vyřazené čerpadlo a na zkoušku zakoupili dva hasičské opasky. Nechali jsme si zhotovit i pomůcku na otevírání zabouchnutých dveří, kterou jsme už několikrát při zásahu použili.

### Před časem jste si posteskl, že zařízení pro svolávání vašich členů k zásahům je nedokonalé...

Koncem roku bylo dáno ze zkušebního do řádného provozu nové svolávací zařízení. V době vyhlášení poplachu dostane každý člen zásahové jednotky SMS zprávu na svůj mobilní telefon. Pokud je zpráva odeslána z pražského dispečinku, tak obdrží i zprávu, která se týká druhu zásahu, a to s uvedením adresy

a požadované techniky. Sirénu ke svolávání budeme používat jen zřídka.

### Jaké další vybavení vám ještě chybí?

Výrazně by nám ulehčil práci třeba i starší počítač s tiskárnou, abychom mohli se svými členy komunikovat pomocí internetu. Také by nám umožnil vést si potřebnou agendu.

### Jsou finance vyčleněné na provoz a údržbu vozidel i dalšího zařízení potřebného k zásahům dostačující?

Pro letošní rok jsme požádali o mimořádný příděl peněz na provedení alespoň střední opravy motoru u Tetry 815. Rovněž u cisterny Scania CAS 24 je nutná placená prohlídka a výměna provozních náplní. Musíme počítat i s výdaji na povinné prohlídky nových dýchacích přístrojů. Obecní úřad nám přislíbil výměnu oken v prvním patře požární zbrojnice. Stará okna nejdou otevřít, netěsní a tím se samozřejmě zvyšují náklady na vytápění. Neplánovanou položkou bude zřejmě i nákup nových hadic. Ty původní jsme nechali na požářišti vietnamské tržnice k použití dalším jednotkám, které po nás zásah přebíraly. Zatím se nám ale nepodařilo zjistit, zda je možné některé z našich hadic dohledat.

### Pravidelně zmiňujete, že operační středisko nepovolává vaši jednotku k zásahům přímo v Kolovratech. Nastal nějaký obrát k lepšímu?

Bohužel stále se opakuje situace, kdy v katastru naší obce zasahují jednotky profesionální, aniž by byla naše jednotka vyrozuměna. V loňském roce se to stalo asi čtyřikrát. Navíc šlo o banální případy jako hořící odpad přímo na parkovišti vedle naší zbrojnice nebo požár popelnice či ulomené větve po silném větru. Stále se nedaří sjednat nápravu ani přes magistrát a prosadit změny Požárního a poplachového plánu, který by mohl tyto disproporce vyřešit.

### Co čeká kolovratské hasiče v letošním roce?

V lednu uplynulo 115 let od založení našeho dobrovolného sboru. Toto výročí bychom si rádi připomenuli vhodnou akcí. Letošní rok bude pro nás i rokem volebním, kdy budeme volit nové členy do všech svazových orgánů, výborů a rad.

Rád bych také poděkoval všem našim členům, kteří se účastní výjezdů, ale i kulturních a propagačních akcí. Patří jim poděkování za to, že pracují s chladnou hlavou a rozmyslem. Právě proto jsme nezaznamenali žádnou nehodu, poškození techniky nebo úraz. Poděkování patří i všem, kteří jsou nám nápomocní a podporují naši činnost. *Blanka Oujezdská*

### Kolovratských školáků přibývá

Zápis do prvního ročníku nám letos zabral tři dny na začátku února. Katastrofický scénář v podobě 60 žáků hlásících se do prvního ročníku se naštěstí nekonal. Dostavilo se 48 dětí.



V současné době je přijato 41 žáků, šest odkladů je v jednání a zároveň se projednává jeden předčasný vstup. Od září přibude jedna třída, protože dva nové první ročníky vystřídají jeden z odcházejících pátých ročníků. Celkem budeme učit v devíti třídách a všechny kromě páté budou paralelní. Žáků bude více než 170. Zápis proběhl v příjemné atmosféře a hlavním tématem byla pohádka O pejskovi a kočičce. Pátáci převlečení za pohádkové postavy doprovázeli rodiče a budoucí prvňáky. Zápis byl velmi náročný pro děti, učitele i rodiče, avšak všichni svou roli zvládli.

*Mgr. Pavel Bednář*

### Práce dětí k výročí školy budou vystaveny v Infocentru

Třída III. A společně s třídní učitelkou Vladkou Šarapatkovou a za vydatné podpory rodičů zpracovala velmi pěkný projekt, který se věnuje historii školství nejen v naší obci.



Děti pocházející z Kolovrat zpracovaly téma Moji předkové v naší škole a děti, které se sem přistěhovaly, se chopily tématu Škola dříve a dnes. V lednu děti svou práci prezentovaly před spolužáky ve třídě. Vystavku projektů jsme načasovali na začátek února, kdy ve škole probíhal zápis do první třídy. V dubnu si zdařilé práce mohou prohlédnout i návštěvníci Infocentra s knihovnou.

*Mgr. Pavel Bednář*

### Vedení Mateřské školy v Kolovratech děkuje za příspěvek na vybavení školky:

firmě BBH, nadačnímu fondu	za částku 50.000 Kč
manželům Frankovým	za částku 32.000 Kč
Janu Rybovi	za částku 15.000 Kč
Radce Hoškové	za částku 3.000 Kč
Mgr. Ing. Karlu Nováčkoví	za částku 1.000 Kč
Kateřině Brunnerové	za částku 3.000 Kč
Petře Fukové	za částku 3.000 Kč
Ing. Radce Syrovátkové	za částku 2.000 Kč
Miroslavu Doubravovi	za částku 3.000 Kč

## Nová budova školky už od ledna slouží dětem

Tak trochu stranou oslav vánočních a novoročních svátků proběhl v nové budově MŠ Kolovraty v první lednový pátek Den otevřených dveří. Těto možnosti využili hlavně rodiče dětí, které 5. ledna letošního roku nastoupily do nově otevřené třídy, ale i část veřejnosti, která se o předškolní výchovu zajímá. Všichni se měli možnost seznámit jak s prostory, tak i s plnohodnotným vybavením, jež poskytuje inspiraci pro vytváření a uspokojování potřeb dětské osobnosti.



Je třeba ocenit snahu personálu mateřské školy, kterému se podařilo ve velmi krátké době, od předání budovy ke konci roku, prostory pro děti vybavit a připravit. Za stavbu budovy a její vybavení nábytkem je třeba poděkovat zřizovateli - Městské části Praha - Kolovraty, která s předstihem sháněla a zajišťovala peněžní prostředky a dodavatele již v době, kdy ještě zdaleka nebyl takový nedostatek míst ve školkách jako nyní. Jen díky této prozíravosti má naše městská část nyní celkovou kapacitu ve školce 168 míst. Navíc jsme schopni umístit děti 5-6leté a převážně i 4-5leté děti, a to podle stanovených kritérií.

Nemalý dík patří také sponzorům naší mateřské školy, ať už z řad podnikatelů, nebo rodičů dětí, které do školky docházejí. Škola prostřednictvím sponzorských darů získala v kalendářním roce 2008 celkovou částku 112.000 Kč (poděkování konkrétním firmám a osobám - viz vedlejší sloupek). Díky výše zmíněným

částkám bylo možné vybavit třídy v nové budově didaktickými pomůckami, sportovním náradím, náčiním, hračkami a vytvořit pro děti bezpečné a podnětné prostředí, které podporuje samostatnost, fantazii a rozvíjí tvořivost dětí. Poskytujeme dětem příležitost, aby se učily spolupracovat, domlouvat se a hledat společné cesty k řešení určitých situací.

Během provozu odstraňuje stavba drobné opravy a komunikuje se zřizovatelem a s mateřskou školkou při realizaci probíhajících úprav okolí. Všichni se snažíme dohodnout na co nejpodnětnější a nejbezpečnější úpravě školní zahrady, která se má realizovat po demolicí starého pavilonu MŠ v době hlavních prázdnin. V této době bude od začátku července do konce srpna školka uzavřena.

Vzhledem k velkému počtu dětí je třeba v tomto prostoru vytvořit bezpečnou dopadovou plochu, která je sice finančně náročná, ale můžeme ji ihned v září po nástupu dětí do školky využívat. Tento požadavek splňuje podle bezpečnostních norem pryžová dlažba. Řešení zmíněné plochy zatravněním je časově zdlouhavé (než se trávník zpevní, asi rok bychom tuto plochu nemohli využívat). Ochrannou dlažbu je naopak možné využít téměř v každém počasí.

Veškeré snažení všech zaměstnanců školy směřuje k tomu, aby se zde každé dítě cítilo bezpečně, šťastně a spokojeně.

*Ludmila Křečková*  
ředitelka MŠ-Kolovraty



## Jídelna doplnila vybavení kuchyně, aby nakrmila více dětí

Aby kolovratská školní jídelna mohla nakrmit více dětí z mateřské i základní školy, přibýlo začátkem roku do kuchyně několik nových „pomocníků“. Moderní spotřebiče byly pořízeny z rozpočtu městské části.



„Od ledna, kdy byl otevřen nový pavilon školky, vaříme pro 165 předškoláků, což je o čtyři desítky dětí více než vloni. Navíc od září bude i více školáků, a proto jsme museli do kuchyně přikoupit několik spotřebičů,“ uvedla Hana Semerádová, vedoucí školní jídelny v Kolovratech.

Kuchařkám ulehčuje práci elektrický sporák, ruční mixér, kráječ na zeleninu, kotel na vaření brambor a těstovin či moderní konvektomat, který slouží na pečení, vaření i k ohřívání jídla. „Rádi bychom do kuchyně pořídili i fritézu, závisí to však na financích. Přesto jsme vedení obce vděční za

to, že nám pomáhá kuchyň vybavit novými spotřebiči,“ dodává vedoucí jídelny, která spolu se čtyřmi kolegy denně vaří pro tři stovky jedlíků. Připomenula, že personál ocenil také pořízení nových šatních skříněk.

-ouj-

## Pomozte vytvářet program pro sebe i své děti v kolovratském mateřském centru Macek

### Kdo jsme?

Mateřské centrum Kolovraty – MACEK o.s., je organizace, která je postavená na dobrovolné práci maminek a tatínek žijících převážně v Kolovratech.

MACEK byl založen na podzim roku 2004 maminkami, které se svými dětmi hledaly prostor pro setkávání. Na začátku jsme se soustředovali pouze na děti nejmenší, tedy batolátka a kojence. Postupem času, jak nám děti odrůstají, rozšiřujeme naše aktivity na děti předškolní. Pokud naše nadšení a síla vydrží do dalších let, věřím, že najdeme i aktivity pro děti školou povinné.

### Co je naší náplní?

Pro nejmenší děti s rodiči vytváříme dvakrát týdně pravidelné programy, k dispozici je v daný den také herná. Pro předškoláky pořádáme angličtinu a výtvarku (ta je i pro školáky). Jednu týdně organizujeme pro děti od tří let dopoledne bez rodičů.

K našim tradičním větším akcím pro veřejnost patří: Podzimní táborák s drakádou, lampiónový průvod, mikulášská nadílka, masopustní rej masek, vítání jara, rej čarodějnic a dětský koutek na kolovratském dětském dni.

Mateřské centrum také spolupracuje s paní Janou Kněžíkovou, která pořádá každé úterň dopoledne ve školní tělocvičně cvičení pro rodiče s dětmi od dvou let.

Kromě aktivit pro děti připravuje mateřské centrum také program pro rodiče. V minulosti jsme pořádali například burzu dětského oblečení, kurz vázání dětí v šátku, kurz drátování nebo vázání adventních věnců.

Pro nastávající maminky a maminky po porodu nabízí mateřské centrum služby laktiční poradkyně Zuzany Doubalové.

V současnosti chystáme kurz první pomoci zaměřený na děti. V kurzu budou mít frekvenci k dispozici dětské figuríny, a pod vedením zkušeného záchranáře budou moci obnovit a rozšířit své znalosti a dovednosti.

### Kde nás najdete?

Mateřské centrum Kolovraty – MACEK o.s. sídlí na Mírové ulici 21/66 ve dvoře komplexu U Boudů. Více se dozvíte na <http://www.macek-kolovraty.estranky.cz>

### Pro koho tu jsme?

Pro všechny rodiče, prarodiče a jejich děti, kteří chtějí aktivně trávit svůj čas. Pokud patříte mezi ně a zatím jste o nás neslyšeli, věřím, že tyto řádky vám napomohou, abyste si k nám našli cestu.

### Masopustní rej masek

Tak už je to za námi. Poslední čtvrtěk v únoru jsme se s dětmi sešli v maskách U Boudů. K vidění byly všelijaké pohádkové bytosti, jako jsou princezny, víly, rytíři, piráti a čarodějové. Přišel také Ferda Mravenec, kuchař, motýlí paní, šašek nebo třeba andělíček. Nápadů bylo mnoho a provedení vynikající.

Setkání jsme zahájili výrobou opičky, společně jsme se pobavili u divadélka a zařadili jsme si při písničkách. Děti se vyběhaly, vykřičely a průběžně se mohly i občerstvovat nachystanými dobrotami od maminek. Odcházeli jsme unavení a šťastní s medailí na krku.

*maminky z Macka*



## Na Lipně mohli školáci dosyta lyžovat i bruslit

Letošní lyžařský zájezd se odehrál na Lipně, neboť nám tamější ubytovatel nabídl výhodné podmínky. Zpočátku jsme byli nervózní, bude-li vůbec sníh. Ale na Lipně, při nízkých teplotách, vyrábějí technický sníh z vody získané čerpáním z přehradní nádrže.



Podmínky byly na naše poměry velmi dobré, ba ze sportovního hlediska výjimečné. Kromě upraveného lyžařského areálu Kramolín, kde po celý týden svítilo slunce na poloprázdné sjezdovky, nám Lipno nabídlo i naprostou raritu – dálkové bruslení! S partou odvážlivců z V. a IV. ročníku jsme si zajeli na ledě z Lipna do Frymburku. Ostatní absolvovali okružní jízdy podél lipenské zátoky až do Výtoně. V ceně permanentek bylo i osm hodin pobytu v bazénu – to byla ta pověstná třešnička na dortu.

Byl to nádherný pobyt, při kterém vše klaplo. Děkuji Zuzaně Blechové, Janě Šlajerové, Daniele Pedret a Petru Stejskalovi za perfektní práci s dětmi a panu Markovi za skvělé ubytovací a stravovací služby. Takže příští rok zase na Lipně.

*Mgr. Pavel Bednář, ředitel ZŠ*

## Mikuláš loni zavítal mezi děti v Lipanech

Na sklonku loňského roku se na návštěvu do Lipan vypravil Mikuláš, krásný anděl, zlobiví čerti a vzali s sebou tentokrát také klauna. Toho, co si umí hrát s dětmi, zpívat, malovat obrázky a rozdávět všechny tak, že se baví, i když už je jim malinko více let.

Při rozsvíceném stromečku v restauraci U Nováků, kde bylo veselo, letos neměli čerti žádnou práci a nikdo nezlobil celý rok tak, aby ho strčili do pytle. Anděl s Mikulášem rozdávali dárky. Děti říkaly básničky, zpívaly, trochu se styděly a některé měly i strach. Nakonec se při tancování na slzy úplně zapomělo. Bylo to hezké odpoledne. Jestli k nám za rok přijde znovu Mikuláš? Kdo ví, ale my už se těšíme.



A co na závěr? Poděkování. Poděkování ÚMČ Kolovraty za zapůjčení zvukařské techniky, bez které bychom se neslyšeli. Poděkování klaunovi, občanskému sdružení Praha-Lipany a všem, kteří se podíleli na příjemném odpoledni. *Eva Žáková*

## Mikulášská i valentýnská besídka Klubka se vydařila

Mikuláš s čerty a anděly nezapomněl ani na kolovratské děti. Školákům nadělil mikulášské balíčky a všichni se pak sešli na Mikulášské besídce U Boudů, kterou si dosyta užili.



Klubko si dovoluje pozvat všechny své příznivce na tradiční **Pálení čarodějnic**, a to ve čtvrtěk 30. dubna 2009 na hřišti s U-rampou. Děti ve škole jako každoročně připraví makety čarodějnic, které se v podvečer budou pálit na hranici. Budou se opékat i špekáčky. Nezbyvá jen si přát, aby nám vyšlo i počasí. *Iva Hladká, Iveta Hrubá, Renata Linková*

## Naplníme poselství Velikonoc

Velikonoční zamyšlení je určeno všem, kteří prvním jarním svátkům věnují pozornost, ale i těm, kdo se k jeho křesťanským kořenům neháší.

Všechno to, co se na Velikonocce - podobně je tomu i u vánočních svátků - nalepilo jako druhotné znaky, může zastínit hlavní obsah jejich poselství: Ježíš Kristus zemřel a byl vzkříšen. To, že Ježíš žije, nám dává sílu, abychom život přijímali jako dar a příležitost projít tím, čím On prošel před námi a pro nás.



Věříme-li v Ježíše Krista jako ve svého Pána a Spasitele, pak nám jeho smrt a vzkříšení dáváji naději, kterou vyjádřil apoštol Pavel v novozákonním listu Římanům: „Jsem jist, že ani smrt ani život, ani andělé, ani mocnosti, ani přítomnost, ani budoucnost, ani žádná moc, ani výšiny, ani hlubiny, ani co jiného v celém tvorstvu nedokáže nás odloučit od lásky Boží, která je v Kristu Ježíši, v našem Pánu“ (osmá kapitola, verš 38).

Od této jistoty apoštol Pavel, původně odpůrce víry v Ježíše jako Spasitele, neodstoupil ani tehdy, když se dostal pro svoji víru do vězení a počítal s tím, že bude popraven. A nebyl sám. Dějiny se opakují, i když v jiné podobě.

I dnes procházíme dobou, která je označována za kritickou. Slovník cizích slov z roku 1966 říká, že krize je nesnadná, obtížná situace, nebezpečný stav vývoje. Dnes se mluví hlavně o ekonomické krizi. Tu slovník označuje jako „fázi kapitalistického hospodářského cyklu, periodicky se opakující období zotavení rozporů kapitalistického hospodářství, projevující se omezením výroby, poklesem zaměstnanosti, snižováním mezd, likvidací podniků a podobně.“ K tomu se přidávají zprávy o násilí, o sebevraždách...

Velikonoční zvěst nám klade otázku: Není to, čemu se říká ekonomická krize, především krize duchovní? Svoboda, k níž jsme dospěli, přináší „neomezené“ možnosti, neomezené také v tom záporném smyslu, tedy že nejdůležitější je to, co JÁ chci, jak JÁ vidím sebe i svět. Ježíš Kristus i touto etapou prošel. Před „soudním“ procesem se Getsemane modlí: „Otče, chceš-li, odejmi ode mne tento kalich, ale ne má, nýbrž tvá vůle se staň.“ (Lukáš 22, 42) Jediným legitimním omezením svobody je LÁSKA, která nehledá pouze svých věcí. Násilí, svévole není řešením žádných problémů, ani ekonomických.

Ježíšova smrt na kříži byla a je tou poslední, která „násilím“ umožnila, abychom našli pravý způsob, jak naložit se svým životem k dobru těch druhých. Budeme-li věřit v Ježíše Krista jako Vykupitele celého vesmíru, pak se naplní poselství Velikonoc.

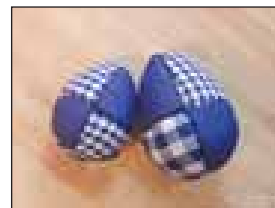
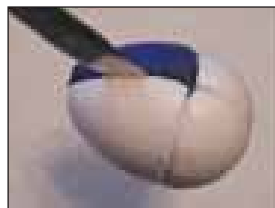
To i Vám přeje

Jiří Zejfart

## Tipy Tvořeníčka na velikonoční dekorace

### Patchworkové vajíčko:

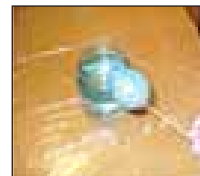
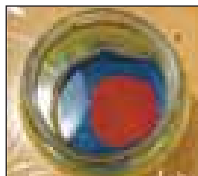
*Potřebujeme: polystyrenové vajíčko, zbytky látek, příborový nůž, ulamovací nůž, ostrý řezák a fix*



1. Nejprve si rozvrhneme členění vajíčka na jednotlivé části. Ty si potom tužkou nebo fixou načrtne na korpus.
2. Ostrým nožem pak korpus po čarách nařizeme, stačí zářez hluboký 4 mm.
3. Z látek si nastříháme jednotlivé díly, které přibližně odpovídají velikosti i tvarem předkresleným částem vajíčka - přidáme však z každé strany cca 0,5 cm na „švy“ (na zastrkávání do zářezů).
4. Látku zastrkáváme do zářezů příborovým nožem. Stejným způsobem pokračujeme i na dalších částech vajíčka. Výsledek stojí za to.

### Mramorovaná vajíčka:

*Potřebujeme: vyfouknutá nebo polystyrenová vajíčka, mramorovací barvy (např. od firmy Marabu), špejle, rukavice, nádobu s vodou*



1. Protože mramorovací barvy chytají téměř na jakýkoli povrch, mohli bychom si nechtěně obarvit i pracovní plochu. Nezapomeňte ji tedy zakrýt, např. potravinářskou fólií.
2. Vyfouknutá nebo polystyrenová vajíčka očistíme, odmastíme a napícheme na špejli (vajíčko by mělo držet tak pevně, aby nemohlo ze špejle spadnout).
3. Připravíme si nádobu s vodou (použijeme starší sklenici či misku, kterou budeme moci poté vyhodit). Nádoba musí být tak velká, aby se do ní dalo vajíčko ponořit (nám bohatě postačí zavařovací sklenice).
4. Při práci s mramorovacími barvami používáme rukavice.
5. Na vodní hladinu nakapeme pár kapek mramorovací barvy. Aby vznikl daný efekt, musíme použít minimálně 2 různé barvy. Pomocí špejle barvy promícháme a vytvoříme na vodní hladině pravidelný či nepravidelný „vzor“.
6. Nyní vezmeme vajíčko na špejli, ponoříme ho do vody s mramorovacími barvami a rychle vyjmeme.
7. Vajíčka necháme uschnout, na závěr jimi můžeme provléknout mašli a zavěsit na větvičku či okno, nebo je můžeme volně naskládat do ošatky.
8. Pokud budeme chtít barvit další vajíčka, je vhodné vždy vyměnit vodu za čistou!



hezké Velikonoce přeje za Tvořeníčka Jana Konečná a Jiřka Součková

**DĚTSKÝ DEN VE STYLU COUNTRY**

**V SOBOTU 30. KVĚTNA 2009 OD 13 HODIN NA FOTBALOVÉM HRÁŠTI V KOLOVÁTECH**

**Vstup:** Jindřich Zobl, mistr světa v vráskání bílém, v boji nožem a v bonatování s revolverem

**Zpívali:** Jakub Šmolík, Petra Čerňocká, country kafeťa Přestupní stanice z Kolovrat

**Ukázkou:** country a mexické tance, vráskání bílém, kolovratní básně

**Atakují:** country občudní, míčové soutěže, maši keramika, kořalky, tenis, fotbalové soutěže

**PLAVÁNÍ NA LOŽNÍM V COUNTRY ČI WESTERN STYLU!**

**Country 89.5**

Finanční příspěvky na Dětský den mohou jednotlivci i firmy odevzdávat do kasičky v Infocentru s knihovnou až do 29. května 2009. Na požádání lze dárčům vystavit příjmový doklad.

## Do kroniky kolovratských hasičů se zapsal i velkolepý župní sjezd

Dne 14. ledna 2009 tomu bylo 115 let, kdy byl v Kolovratech založen sbor dobrovolných hasičů. Sbor si od svého založení do současné doby vede velmi úspěšně. Tomuto výročí je věnována vzpomínka na rok 1937, kdy se v Kolovratech konal župní sjezd župy Říčanské-Kamlerovy č. 37. Župa byla založena v roce 1885, v roce 1935 oslavila padesát let od svého založení. Tehdy měla 54 sborů.

### Župní sjezd v Kolovratech

Hasičská župa Říčanská – Kamlerova č. 37 zorganizovala Župní sjezd v Kolovratech v neděli 6. června 1937 pod vedením rady politické správy JUDr. Daniela Böhma, okresního hejtmána v Říčanech, JUDr. Emanuela Slabého, advokáta v Praze, Anny Rathouské, choti statkáře v Nedvězi, rady obcí Kolovrat, Nedvězí a osadní rady Lipan, za čestného předsednictví Eduarda Čížka, ředitele ve výslužbě z Řičan, Františka Guta z Uhříněvsi, B. Hrnčíře, soudního úředníka z Kolovrat, MUDr. Františka Jeřábka, státního a obvodního lékaře v Uhříněvsi, Františka Kahouna, kanovníka arcibiskupského notáře a děkana z Uhříněvsi, Josefa Křížka, statkáře z Kolovrat, JUDr. Klíngera, přednosty okresního soudu v Říčanech, Václava Kamlera, soukromníka a starosty hasičské župy z Řičan, J. Rathouského, statkáře z Nedvězí, J. Smolika, řezníka z Uhříněvsi, Františka Štěpánka z Řičan, J. Tichého, statkáře z Pitkovic, M. Zázvorky, faráře cirkve československé z Řičan.



Župní sjezd se v Kolovratech konal u příležitosti 40. výročí od založení hasičského sboru a na oslavu hasičské župy Říčanské-Kamlerovy č. 37. V rámci sjezdu se již 30. května 1937 dopoledne konala pietní vzpomínka na obou hřbitovech. Jak dobové prameny uvádějí, sraz účastníků byl v 8.30 hod. před hostincem U Sokola, odkud se šlo na starý hřbitov u kostela sv. Ondřeje. Při příchodu zazněly fanfáry na kostelní varhany a za zvuků písně Hřbitove, hřbitove, byl na kostelní zeď zavěšen velký věnec. Ze starého hřbitova odešli účastníci pietního aktu na nový hřbitov u sv. Donáta. Akt zahájil zástupce místního hasičského sboru bratra Ladislava Křečka (čp. 114), kterého vystřídal zpěv školních dětí pod vedením učitele Václava Hájka. Následovaly projevy zástupce obce Kolovrat, Nedvězí a osady Lipany. Závěrem zahrála hudba místního kapelníka Františka Dražila, zazněly hymny a na kříž byl zavěšen druhý věnec. Pietního aktu se zúčastnily delegace spolků a korporací ve svých krojích a velký počet občanů. Ze hřbitova se průvod vrátil za zvuků hudby do spolkové místnosti U Sokola, kde byl rozchod.

Slavnostním a radostným dnem byl 6. červen 1937. Vše začalo ráno v 6 hodin budičkem, kdy kapela pana Dražila procházela obcí Kolovraty za zvuků pochodových písní. To již samo o sobě navodilo příjemnou náladu. Všude vlály prapory a čistota obce byla vzorná. Hned od ranních hodin se začaly do Kolovrat sjíždět ze

všech stran hasičské sbory. Byl to velký den nejen pro kolovratské hasiče, ale také veškeré členstvo hasičské župy Říčanské.

Tento den byl mobilizací naší hasičské rodiny, vrcholem hasičského snažení a pile na poli humanity a ochrany obyvatelstva. Před zraky úřadů a veřejnosti dokázalo hasičstvo, že je velkou a významnou složkou národa, se kterou je nutno počítat.

### O hasičské sbory se staralo šest hostinců

Sjezdu se musely povinně zúčastnit sbory sdružené v hasičské župě Říčanské-Kamlerové č. 37 v počtu co možná největším a to ve cvičicím či necvičicím člen-

#### Pamětní deska umístěna na školní budově byla třikrát instalována a dvakrát sejmuta.

1. odhalení r. 1937, sejmuta a uschována r. 1939
2. odhalení r. 1945, sejmuta a uschována r. 1948
3. odhalení s renovací desky r. 1990

stvu. Nutno si všimnout kázně členstva, zvláště okrskových a župních činovníků, neboť všichni byli vystaveni kritice ústředí, veřejnosti a městských sborů. Kouření v průvodu, při nástupu na cvičení bylo přísně zakázáno. Rovněž mluvení a pokřikování na obecenstvo, odbíhání pro vodu či pivo. Dbáno bylo i na bezpečnost.

Sbory se řadily tak, aby přesně v osm hodin ráno byly na přiděleném místě srazu svého okrsku. K zajištění sjezdu bylo vybráno všech šest hostinců v Kolovratech. Prvnímu okrsku říčanskému byl přidělen hostinec U Boudů, druhému okrsku tehovskému hostinec U Stárků na Parkáně, třetímu okrsku průhonickému byl přidělen hostinec U Stárků na Skalce, čtvrtý okrsek petrovický se sešel v hostinci U Stárků u školy, pátý okrsek uhříněveský a šestý okrsek újezdský měly přidělen hostinec U Šlingrů, sedmý okrsek mnichovický se sešel v hostinci U Dvořáků a osmý okrsek strančický měl sraz v hostinci U Šlingrů. V těchto hostincích měly okrsky zajištěn i oběd, což bylo předem dohodnuto s hostinskými na samostatné poradě.

### Na pamětní desku přispěli občané

Přesně ve 13.15 hod. došlo k řadení průvodu na kolovratském náměstí Na Viničkách u školy. Ve 13.30 hod. byla provedena přehlídka župy starostou Kamlerem a hejtmánem rady politické správy Böhmem. Pak následoval slavnostní pochod ke škole, kde bylo vše připraveno k odhalení pamětní desky, kterou místní škole věnoval Sbor dobrovolných hasičů v Kolovratech. Nad hlavním vchodem byla zakrytá pamětní deska (dnešní umístění desky není místem původním, sem byla přemístěna v roce 1993) připravena k odhalení. U dveří drželi čestnou stráž místní hasiči spolu s legionáři. Před vchodem do budovy byly nachystány židle pro starostu obce Františka Řihu a jeho chof.

Slavnostní ceremoniál zahájil hlavní pořadatel bratr Svoboda, za sbor promluvil předseda hasičského sboru bratr Ladislav Křeček, který také pamětní desku odhalil. Po skončení byla pamětní deska předána řediteli školy Emanuelu Müllerovi, který desku převzal do opatrování.

Finanční náklady na zhotovení desky byly pořízeny z darů od občanů, z prodeje papírových srdíček v barvě červenobílé, které se prodávaly 17. května s textem Příspěvek ve prospěch zasazení desky prezidentu – osvoboditeli T. G. Masarykovi. Obec Kolovraty, Nedvězí i rada Lipan přispěly každý padesáti korunami.

Po ukončení ceremoniálu u školy se vydal mohutný průvod hasičstva s obecenstvem na fotbalové hřiště

Čechoslovanu. V čele průvodu byla nesena státní vlajka s čestnou stráží po boku, za ní byl nesen prapor župy Říčanské-Kamlerovy č. 37, rovněž v doprovodu čestné stráže. Za čestnou stráží šli představitelé župy, členové protektorátu a čestné předsednictvo, za nimi hasičská mládež, ženy v bílých blůžkách a modrých sukničkách, hudba pana Dražila, pak ve velkém síku muži v bílých uniformách a nakonec obecenstvo.

### Velkou slávu umocnili cvičenci

Veřejné cvičení celé župy bylo zahájeno společným nástupem. Zazněly fanfáry a národní hymny se vztyčením státní vlajky. Pak následoval proslov starosty obce Františka Řihu, zástupce župy starosty bratra Kamlera a zástupce České zemské hasičské jednotky Emanuela Slabého. Následovalo cvičení žáků a žákyň. Okrsek Tehov předvedl cvičení v trojicích a Újezd nad Lesy překrásné sekyrkové cvičení. Svoji dovednost předvedli hasičští samaritáni a svým cvičením upoutaly i ženy. Velký úspěch sklidili muži při cvičení se žebříky. Uhříněveský okrsek předvedl cvičení s motorovými stříkačkami, kde při celkovém hodnocení byli velmi úspěšní hasiči z Kolovrat, za což obdrželi diplom (dodnes visí na zdi ve spolkové místnosti hasičů).

Závěrem cvičení bylo sejmuto státní vlajky, defilé celé župy a odchod na veselici. Po celou dobu bylo postaráno o občerstvení, a to v režii kolovratského sboru. Po skončení se konala taneční zábava v horní hospodě U Boudů a v dolní hospodě U Šlingrů. Po celý den hrály dvě hudby kapelníka Dražila. Kapela doprovázela i některá cvičení.

Celá organizace takové velké slavnosti vyžaduje nadšení, odhodlanost, organizační schopnosti a velké úsilí dovést vše ke zdárnému konci. A takové obětavé organizační členy kolovratský sbor měl. Mezi ně patřil Ladislav Křeček, Josef Svoboda, František Svoboda, Jaroslav Šlinger, Karel Hervíř, Václav Hájek, Josef Roček, Marie Hervířová, Josef Stárek, Karel Somr, Václav Soukup, Čeněk Šedivý a další. Takové množství dobrovolných hasičů kolovratských občanů již nikdy neuvidí. Na slavnosti se jich sešlo rovných tisíc a oslavám přihlížely další čtyři tisíce lidí.

Tolik ze vzpomínek na jeden překrásný den, plný pohody. Velký dík patří také všem kolovratským hostinským. K tomuto sjezdu bylo našim sborem vydáno 900 památníků.

### Kdo byl Václav Kamler



Václav Kamler byl soukromníkem z Řičan, zasloužil se o rozvoj dobrovolného hasičstva. Velkou zásluhu měl o samaritánství, jehož byl zakladatelem. Byl říčanským rodákem, vlastencem a členem mnoha příbuzných spolků. V župě zastával funkci pokladníka, od roku 1919 byl starostou župy, pro kterou založil fond s vkladem 1 000 Kč na výcvik členstva.

Starosta Václav Kamler daroval župě prapor, který byl na říčanském náměstí rozvinut 21. srpna 1932. Matkou praporu se stala paní Rathouská z Nedvězí, čp. 7. Kmotry praporu byly paní Nováková, chof hostinského z Řičan a Eliška Větrovcová, chof stavitel z Řičan.

## Maminkám může pomoci laktační poradkyně

Od loňského roku působí při mateřském centru Macek v Kolovratech laktační poradna pro kojící maminky, kterou vede Zuzana Ďoubalová. Od letošního roku radí po telefonu, prostřednictvím e-mailu nebo při osobní návštěvě přímo doma u maminek.



**Zuzko, prozradte, jak jste se dostala k laktačnímu poradenství a co bylo impulzem otevřít poradnu v Kolovratech.**

Před pěti lety mi velice pomohla s problémy při kojení právě jedna maminka – laktační poradkyně. Navíc jsem sama zjistila, že dovolat se na Laktační ligu je velice těžké, protože dobrovolníků je málo a dotazů hodně. Rozhodla jsem se tedy absolvovat kurz pro laktační poradce – laiky a tím posílit řady lidí, kteří doplňují služby lékařů a sester. Vzhledem k tomu, že sama bydlím v Kolovratech, přišlo mi dobré o toto rozšířit nabídku fungujícího mateřského centra. Nicméně poradenství se neomezuje pouze na Kolovraty, dojíždím za maminkami prakticky po celé Praze 10 a částečně i po Praze 11 a 15.

**Řekla bych, že dnes se maminky dostanou k potřebným informacím daleko snáze než kdysi. Vychází spousta knih, časopisů, příruček, k dispozici je internet...**

Je pravda, že maminky jsou v současné době velice dobře informované, zvláště co se týká teoretické přípravy. Bohužel, vzhledem k babyboomu jsou naše porodnice přeplněné a během krátké doby, kterou zde maminka stráví (cca 3 - 5 dní), se nelze naučit úplně všechno. Výhodou laktačního poradenství je hledání řešení, které maminka potřebuje ve svém konkrétním případě, a není to pouze obecné poskytování rad a doporučení.

Důležité je, aby se žena připravovala na kojení již v těhotenství. Měla by mít před porodem odborně prohlédnuté bradavky, a to buď gynekologem, porodní asistentkou nebo laktační poradkyní. Některé problémy jako například ploché či vpáčené bradavky je dobré řešit již během těhotenství. Stačí přibližně od 6. měsíce nosit formovače bradavek. Bohužel toto je častý problém, se kterým se setkávám – nikdo maminky nevyšetřuje před porodem a pak se musí rychle a pracně dohánět zanedbané prohlídky, aby se kojení úspěšně rozběhlo.

### S jakými dalšími problémy za vámi maminky přicházejí?

Čtější se třeba dozvědět, jak zvýšit tvorbu mateřského mléka nebo jak alternativně dokrmovat při jeho nedostatku. Novorozence dokrmujeme stříkačkou či lžičkou, větší miminka suplementorem nebo kádinkou. Maminky chtějí znát i správné polohy při kojení.

Je dobré také vědět, že ve 3. a 6. týdnu a ve 3. a 6. měsíci prochází dítě tzv. růstovými spurty a vyžaduje častější kojení než obvykle, což je normální a není to projevem nedostatku mléka. Maminky by měly vědět, že problémy je možné řešit, a naopak není dobré řešení odkládat.

### Jak dlouho se doporučuje kojit?

Vylučné kojení se doporučuje po dobu 6 měsíců a poté se zaváděním nemléčných příkrmů do 2 let. Ale je na každé mamince a dítěti, jak jim to vyhovuje. Některé děti se samy odstaví již třeba po prvním roce, ale znám maminku, která kojila své dítě i po jeho pátých narozeninách.

### Jaký režim by měla kojící maminka dodržovat?

Kojící maminky nemusí dodržovat žádný zvláštní režim. Stačí se více méně řídit zásadami zdravé výživy. To znamená pravidelně jíst pestrá jídla, pít minimálně 1,5 až 2,5 litru tekutin denně, dostatečně spát. Pouze maminky malých miminek si musí dávat pozor na nadýmavé potraviny. Je také dobré doplnit stravu matky o *Lactobacillus acidophilus*, který přechází i do trávicího ústrojí miminka.

Kojící maminka by neměla kouřit. Měla by se vyhýbat se alkoholu - po příležitostném požití se doporučuje zhruba 2 hodiny nekojit.

**Pokud by některá z žen chtěla nastávajícím i kojícím maminkám pomáhat podobně jako vy, co pro to musí udělat?**

Je nutné se přihlásit na Laktační lize ([www.kojeni.cz](http://www.kojeni.cz)) a vyjádřit zájem o kurz pro Laktační poradce. Ty začínají každé září a trvají asi 1 rok. Po absolvování a složení zkoušek obdrží účastníci certifikát pro Laktační poradkyně - matky. Existují také kurzy pro zdravotníky, které jsou kratšího rozsahu.

### Jakou radu byste dala maminkám na závěr?

Čtější bych vzkázala všem maminkám, že není důležité, jestli své dítě kojí plně či ne. Důležité je, aby miminko mělo rády. Podstatné pro dítě je to, aby byla maminka v pohodě a ne ve stresu. Je zbytečné, aby stres vyvolávalo právě kojení.

Blanka Oujezdská

### Jaké informace mohou maminky v laktační poradně získat:

- Předporodní příprava – informace o možnostech krmení dítěte (kojení, částečné kojení a současně dokrmování, umělá výživa), výhody a nevýhody jednotlivých způsobů, základní polohy při kojení, příprava na poporodní zahájení kojení
- Možné obtíže a jejich překonávání, pomůcky ke kojení
- Správné polohy při kojení (i vicerčat), kojení při dalším těhotenství
- Techniky odstříkávání a uchovávání mléka
- Alternativní způsoby krmení (stříkačka, lžička, suplementor, apod.)
- Zvyšování či snižování tvorby mléka, faktory ovlivňující tvorbu mléka
- Růstové grafy, prospívání dítěte
- Zavádění nemléčných příkrmů
- Životopráva kojící ženy
- Ukončování kojení

### Výhody kojení pro dítě:

- Mateřské mléko je přirozená výživa dítěte, jeho složení se mění aktuálně podle potřeb dítěte, jeho zdravotního stavu a zdravotního stavu matky (obsahuje protizánětlivé a antibakteriální složky, imunologické složky, apod.), je lépe stravitelné. Vitaminy a minerály jsou lépe vstřebatelné než v umělém mléce.
- U kojených dětí je nižší pravděpodobnost výskytu těchto nemocí: alergie, astma, zubní kaz, autoimunitní choroby štítné žlázy, celiakie, Crohnova choroba, diabetes melitus (cukrovka), leukémie, ekzémy, průjem, zánětlivá onemocnění trávicího ústrojí, obezita (jen u dětí kojených přímo z prsu), chřipka, infekce dýchacích cest, revmatoidní artritida, infekce močových cest
- Sání z prsu pomáhá správnému vývoji zubů a řečových orgánů
- Kojení podporuje vývoj duševních schopností
- Dítě bývá méně často hospitalizováno, průběhy nemocí jsou mírnější
- Dítě má silnější kosti v dospělosti a stáří
- Mateřské mléko má správnou teplotu, je kdykoli k dispozici, neobsahuje choroboplodné zárodky, je ekologické

### Výhody kojení pro matku:

- Vyplavování oxytocinu pomáhá při zástavě krvácení po porodu a udržení zásob železa v těle
- Kojení snižuje riziko vzniku rakoviny prsu a vaječníků, chrání před osteoporózou
- Umožňuje rychlejší návrat k původní postavě, kterou měla matka před těhotenstvím
- Podporuje citovou vazbu mezi matkou a dítětem
- Je levnější než umělá výživa (pro miminko ve věku 2 až 5 měsíců stojí umělá výživa od 900 do 1300 Kč za měsíc, další výdaje tvoří kojenecká voda, lahvičky, sterilizace pomůcek, apod.)

### Kontakt:

Zuzana Ďoubalová, tel: 776 809 803  
(volat: pondělí - neděle, 8 - 22 hod.)  
e-mail: [zdoub@centrum.cz](mailto:zdoub@centrum.cz)

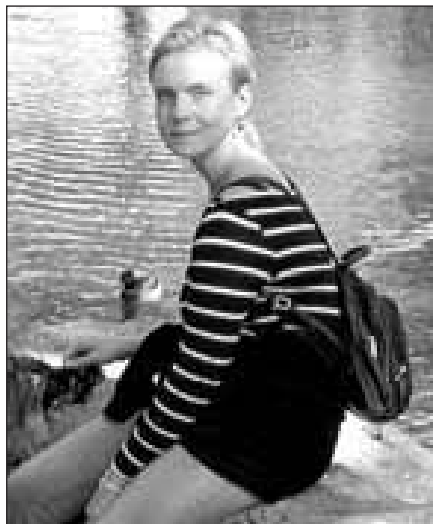


## Zdravá výživa nemusí být velkou neznámou, ale stojí trochu úsilí

Pro Eriku Havlasovou z Kolovrat se racionální životní styl stal alfou i omegou jejího života. Věnuje se speciálnímu zdravotnímu cvičení, vede poradnu správné výživy, pomáhá lidem zbavit se nadváhy, má svůj internetový obchůdek, organizuje odborné semináře a přednášky. S odborníci na zdravý životní styl se mohou koncem dubna setkat i návštěvníci kolovratského Infocentra s knihovnou.

**Paní Eriko, prozradte, co vás přivedlo na myšlenku věnovat se problematice zdravého životního stylu profesionálně?**

Příznám se, že impulsem byla hektická doba a lidské vztahy, ale taky trochu problémy se svým zdravím. Dlouho jsem pracovala v několika společnostech jako marketingový manager a bylo to velmi vyčerpávající. Tato práce měla samozřejmě i své klady, ale nějak jsem si přitom uvědomila, že také ráda sportuji, ráda se věnuji lidem, že ráda jím a ráda relaxuji. Abych to vše mohla sama zvládnout, rozhodla jsem se, že si doplním vzdělání a začnu v těchto otázkách pomáhat i ostatním lidem – a tedy v těchto oborech podnikat.



**Jakou způsobilost musí mít poradce v otázkách racionálního životního stylu, aby se mohl považovat za odborníka? Co všechno jste musela udělat proto, abyste dosáhla takové odbornosti?**

Musela jsem toho udělat opravdu hodně. Prošla jsem několika speciálními odbornými kurzy, které byly ukončeny těžkou zkouškou, přípravou a obhajobou odborné práce. Rozhodla jsem se během několika málo dnů, že budu pokračovat na vysoké škole a vybrala jsem si VŠTVS Palestra, obor wellness. Studuji ale neustále, chodím na přednášky, odborné kurzy. Plně si uvědomuji, že je to studium na celý život. Práce s lidským tělem je velmi náročná a odpovědná funkce.

**Specializujete se především na poradenství v oblasti výživy. Podle počtu lidí s nadváhou a zdravotními problémy se zdá, že pojem zdravá výživa je stále velkou neznámou. Jaké největší chyby děláme při stravování?**

Specializuji se především na wellness – zdravý životní styl člověka a samozřejmě v tom je obsažena i pestrá strava. O wellness se ale ráda zmíním samostatně. Myslím, že lidé nad přípravou jídla moc nepřemýšlí, žijeme rychle a jsme rádi,

že máme čas aspoň na něco. Jsme zavaleni potravinami, převládá kvantita nad kvalitou, různými fastfoody, které se zdravou stravou moc společného nemají.

Dříve bylo jídlo dle mého názoru rituál, aspoň jednou denně se sedělo společně u jídla, člověk si udělal čas a soustředil se na to, co jí. Nemyslím si, že zdravá výživa je velká neznámá, jen člověk musí vynaložit více úsilí, aby zdravě žil. Netýká se to jen výživy. Bohužel, i tato problematika se stala trendem a téměř v každém časopise či novinách se o tom píše.

**Pravidelný pohyb také mnozí z nás podceňují. S jakými problémy se na vás lidé obracují nejčastěji?**

Moje specializace je zdravotní cvičení a Pilates, jsem instruktorka Body and Mind s mezinárodní licencí (český svaz aerobiku, FISAF). Pravidelně cvičím s klienty v Energy studiu Vaška Krejčíka. Specializuji se na klienty v tzv. vitálním stáří a pomáhám těm, kteří mají problémy s klouby, bolí je záda a chtějí posílit hluboký stabilizační systém. Používám hodně pomůcek ke cvičení – široké pásy, velké míče či overbally. Nejenže pomáhají, ale dovedou i zpestřit cvičební hodiny.

Škoda, že se více prostoru nedostává prevenci. Je mnohem méně nákladnější než léky a různé doplňky stravy, ale každý člověk si musí uvědomit sám, čemu dá přednost. Pohyb pomáhá i psychicky, moje cvičení jsou náročná a musí se nad vedením cviků přemýšlet. Po hodině jste protažení a troufnu si říct, že aspoň na chvíli se cítíte v pohodě.

**Termín wellness u nás už zdomácněl. Přesto, můžete vysvětlit, co vše tento pojem zahrnuje?**

Wellness je definován jako pocit, životní styl, který v sobě zahrnuje tři složky – tělo, mysl a duši. Wellness je tedy obecně řečeno zdravý životní styl, zdravá a pestrá strava, pohyb, regenerace a relaxace. Wellness nejsou jen lázně nebo masáže. K wellness patří marketingové nástroje jako služby, poradenství, masáže, lázeňské procedury - to vše přispívá k pocitu zdraví, štěstí, pohody, lásky a porozumění.

**Wellness pobyty dnes nabízí spousta agentur. Nebojíte se konkurence?**

Musím ji brát na zřetel a sledovat jejich aktivity, novinky, služby. Konkurence je dnes ve všech oborech, ale je i v mnoha směrech prospěšná. Musíte se učit, vzdělávat a vymýšlet neustále nové podněty, abyste uspokojili stále zákazníky a přilákali nové. Klientelu si buduji, jsem ráda s lidmi a snažím se předávat nejen zkušenosti a rady ke cvičení, výživě, zdraví, ale i dobrou pohodu a úsměv.

Řídím se „pravidly“ wellness. Doufám, že budu konkurentem i pro ostatní.

**Na svých webových stránkách každý měsíc radíte, jak se udržet v dobré kondici. Pravidelně také připojujete sezónní recept na zdravé jídlo. Můžete prozradit pár tipů, jak si počínat v dubnu?**

Duben je měsíc, kdy se pomalu začíná vše zelenat. Lidé jsou po zimě unavení, zesláblí, nemají dostatek energie, chybí jim vitamíny. Je pravda, že zelenina a ovoce je dostupná celoročně, ale příznem se si, že produkty jsou bez chutě, vůně a mnohdy tak chemicky ošetřeny, že u některých lidí může dokonce vyvolat kožní problémy.

Doporučuji tedy pestrou stravu – ovoce, zeleninu, kvalitní maso včetně ryb a probiotické kysané nápoje. Důležité je dbát na pitný režim. Neměli bychom zapomínat na pohyb na čerstvém vzduchu – jízda na kole, práce na zahrádce běh, dlouhé procházky, oblíbený nordic walking a jiné aktivity. Pozor ale na jednostranný pohyb, který může spíše ublížit. Skvělým doplňkem jsou sauny, solné jeskyně, masáže či relaxační centra.

**V polovině dubna chystáte v Kolovratech první přednášku na téma Jaro a zdravý životní styl. Na co se návštěvníci mohou těšit?**

Přípravy jsou v plném proudu a doufám, že téma bude návštěvníky zajímat. Snažím se o ucelený program. Zmínila jsem, že ačkoliv máme spoustu informací, mé přání je na chvíli se zastavit, poslechnout si zajímavou přednášku, pak o ní popřemýšlet a třeba si z ní i něco odnést.

O jarní únavě pohovoří moje vynikající kamarádka Mgr. Jiřina Kubcová z Centra výživy z Hradce Králové. Budeme si povídat i o stravě, která dodá tělu potřebné vitamíny, minerály. Předvedu pár cviků k posílení hlubokého stabilizačního systému a na závěr odborník ze společnosti Snalex přinese zajímavé informace o šnečích produktech a výhodách tohoto vynikajícího masa. Moc se na návštěvníky těším.

Blanka Ujezdská

Infocentrum a knihovna v Kolovratech  
zve na přednášku

# Jaro a wellness

## zdravý životní styl

### s Erikou Havlasovou

a jejími hosty: Mgr. Jiřinou Kubcovou  
a odborníky z oboru zdravotní péče

Program: jak a čeho  
jíst a pít  
jak a jak často  
jak a jak často  
jak a jak často  
jak a jak často

**ve středu 29. dubna 2009 od 18 hodin**  
v Infocentru s knihovnou v Kolovratech

## Pátrání po příčinách dědičných poruch je doslova detektivka

Ing. et Mgr. Blanka Stibůrková, Ph.D. a MUDr. László Wenchich, Ph.D. z Kolovrat mají k sobě blízko. Nejenže jsou téměř sousedé, ale oba se věnují stejnému oboru - dědičným metabolickým poruchám. Rozdíl je pouze v tom, že Blanka hledá příčiny problémů v laboratoři a László jako lékař přichází i do styku s pacienty.



### Můžete přiblížit vaše profese?

**László:** Pracuji jako lékař na Klinice dětského a dorostového lékařství 1. lékařské fakulty UK a VFN v Praze. Mojí specializací jsou mitochondriální poruchy - poruchy tvorby energie v buňkách. Převážnou většinu času trávím v laboratoři, kde kompletuji výsledky všech vyšetření a následně navrhuji další vyšetřovací postupy lékařům, v jejichž péči dotyční pacienti jsou. Konzultační činnost poskytuji pacientům i lékařům z celé České republiky i Slovenska.

**Blanka:** Pracuji jako molekulární genetik v Ústavu dědičných metabolických poruch 1. lékařské fakulty UK a VFN v Praze. Navazuji na práci lékařů nejen z naší nemocnice, kteří doporučí genetické vyšetření pacienta s podezřením na poruchu metabolismu. Na našem pracovišti se na základě analýzy DNA snažíme diagnózu vyloučit nebo potvrdit. Ke genetické analýze však musíme mít informovaný souhlas pacienta a abychom ho získali, je naší povinností podat pacientovi veškeré informace, což obnáší i několik opakovaných návštěv. Někdy si totiž pacient nepřeje znát výsledek anebo nechce, aby o něm věděli rodinní příslušníci, které je v některých případech také nutno vyšetřit.

**László:** Je třeba zdůraznit, že genetická vyšetření jsou striktně regulována zákonem. Samotné vyšetření, hodnocení a sdělení výsledků lze provést jen na základě souhlasu pacienta.

### Jaké jsou nejčastější dědičné poruchy metabolismu a jak se projevují?

**László:** Nejvíce se setkáváme s poruchami metabolismu tuku, kyseliny močové, mitochon-

driálními poruchami nebo fenylketonurií. Tyto disfunkce se projevují nejčastěji v dětském věku, například zastavením vývoje, poruchami růstu, epilepsií, poruchami mozkové činnosti i funkcí jater či ledvin a také například různými trávicími potížemi. Když to shrnu, může být zasažen kterýkoliv orgán.

### Lze tyto poruchy odhalit už v těhotenství?

**László:** Z rutinních těhotenských vyšetření lze usuzovat na některé vývojové vady, například rozštěpy neurální trubice či chromozomální odchylky (např. Dawnův syndrom). Na většinu metabolických vad zatím neexistuje specifické prenatalní vyšetření, ale pokud poruchu zachytíme u jednoho dítěte, u dalšího potomka můžeme už v těhotenství matky určit vyšetřením vzorku placenty, zda se porucha bude opakovat.

### Přibývá těchto poruch v posledních letech?

**László:** Věda pokročila a díky tomu můžeme diagnostikovat více vad než před léty. I proto se může zdát, že v současnosti metabolických poruch přibývá. Ještě před několika lety pacienti s vážnými metabolickými poruchami umírali v útlém dětském věku bez určení konkrétní diagnózy.

**Blanka:** Můžeme říci, že naše diagnostické znalosti dnes předbíhají terapeutické možnosti.

### Předpokládám, že pokud hledáte příčiny poruch, musíte pátrat hluboko v minulosti a zkoumat několik předchozích generací. Jak tato „detektivní“ práce vypadá?

**Blanka:** Nejdříve je potřeba sestavit podrobný rodokmen a zjistit, zda se mezi pokrevními příbuznými nevyskytly potíže, které souvisejí s problémy pacienta.

**László:** Podaří-li se nám prokázat konkrétní metabolickou vadu, snažíme se shromáždit biologický materiál, nejčastěji vzorek krve, od všech příbuzných.

**Blanka:** Někdy je to opravdu problém, zvláště když rodinné vazby příliš nefungují a pacient například odmítne své příbuzné informovat. Lékař nemá právo sám kontaktovat příbuzné pacienta, a to ani v případě, že mohou být postiženi stejnou metabolickou chorobou.

### Oba často cestujete do zahraničí, kde se účastníte mezinárodních sympozií a konferencí. Jak vypadá spolupráce s kolegy z jiných zemí?

**Blanka:** Spolupráce se zahraničními pracovišti je intenzivní. Některé metabolické poruchy jsou velmi vzácné a vyskytují se pouze u desítek pacientů. Vyvinout pro každou poruchu vlastní metodiku je finančně náročné a proto jednotlivá pracoviště nezajišťují diagnostiku celého spektra metabolických poruch. U některých chorob jsme žádáni o diagnostiku specializovanými pracovišti nejen z evropských zemí.

**László:** Například v našem ústavu se podařilo určit specifickou mitochondriální chorobu u druhého pacienta na světě. V současnosti se na nás obracejí pracoviště z celého světa se žádostí o vyloučení nebo potvrzení této choroby u jejich pacientů.

**Blanka:** Právě na konferencích máme možnost se s kolegy navzájem informovat o tom, jaké jsou v jednotlivých laboratořích možnosti a novinky týkající se diagnostiky jednotlivých poruch. Pro některé poruchy jsme lépe vybaveni my, pro jiné zas kolegové v zahraničí.

### Při rozdělování peněz nebývá věda a výzkum na čelních místech. Musíte i dnes hodně bojovat o přidělování dotací?

**László:** Každým rokem musíme sepsávat žádosti o přidělení prostředků nejen na přístrojové vybavení potřebné pro rozšíření diagnostického spektra. Využití získaných financí se každoročně obhájuje a minimálně 30% veškeré naší práce je spojeno s touto administrativou.

**Blanka:** Naše pracoviště získalo v roce 2005 sedmiletý grant Ministerstva školství a mládeže ČR určený výzkumným centřům, díky kterému jsou současné podmínky uspokojivé. Co bude dál, není závislé pouze na našich výsledcích a vzrůstající potřebě dokonalejší diagnostiky metabolických vad, ale i na politické vůli udržet českou medicínu na vynikající úrovni.

za rozhovor poděkovala  
Blanka Oujezdská

## Na plesu Maestro Clubu byl vydražen dres s podpisy

Letošní ples sportovního klubu Maestro se vydařil - ostatně, nemohlo tomu být jinak. Třetí ročník plesu plně v režii Maestra navazuje na tradici plesů zahrádkářských, jméno si už ale dokázal vydobýt zejména jako ples nekuřácký.



Zkušenost z loňského roku, kdy byla kapacita sálu zcela vyčerpána už v předprodeji, vedla k zamluvení obou sálů podniku U Boudů, tedy kromě vlastního sálu i menší místnosti restaurace. K tanci opět hrála kapela Fo-Fo z Uhřetěvsi a je třeba říct, že tentokrát nás na parket vylákali již od prvních tanečních setů. Po deváté hodině nás uvítal prezident MAESTRO CLUBU Petr Souček již tradiční řečí, v níž zazněla jak jména sponzorů plesu, tak pozvání k nahlédnutí do opravdu bohatého katalogu cen plesové tomboly, čítající tentokrát více než tři stovky položek. I letos zazněla věta zvoucí k prohlídce tomboly: „Zajděte si dozadu za Kamilem, on vám TO tam ukáže.“ A jako pokaždé byli vyjmenováni nejlepší bowlingoví hráči (1. Kamil Konečný, nához 235 bodů) a hráčky loňského roku (1. Marie Konečná, nához 212 bodů).

Od deseti hodin byla v prodeji tombola. Proměna části tanečnic v hostesky způsobila mírný přeliv náhle osamělých pánů z parketu k baru. Lísteků byly enormní tři tisícovky, nebylo se tedy čemu divit, že stoly před loajálními členy klubu byly pokryty souvislou vrstvou lístků - a někde možná i dvěma. Prvních pětadvacet cen tomboly se losovalo o půlnoci - a napětí u stolů kopírovalo přání vyhrát tu kterou cenu. "Pořadatelskému" stolu se výhry tentokrát dost vyhýbaly - tedy až na tu první: Pádro putovalo zpět domů k Součkům a Jiřka byla z výhry viditelně pohnutá.

A jako vloni, i letos měl pro nás Petr přichystané drobné překvapení. Po loňské veleúspěšné dražbě hedvábné kravaty prezidenta klubu letos Petr zúročil hrdost našich nohejbalistů. O dres podepsaný všemi nohejbalovými celebritami klubu se strhla téměř rvačka. Petr se v pozici licitátora nebál hecovat hráče k přihazování, které se po překročení dvoutisícové hranice změnilo v duel s cílem, aby to soupeři přišlo pěkně draho. Nervy nakonec neudržela na uzdě Soňa Hrnčířová, která neváhala nabídnout za exkluzivní oblečení rovných 2550 korun. Držitelem dresu s číslem 1 se tak stal posléze Jiřka Hrnčíř ml., který v něm pak také nějakou dobu tancoval.

Na závěr se sluší ještě jednou poděkovat všem sponzorům, kteří nás podpořili při organizaci letošního plesu. Na tomto místě musím zmínit našeho hlavního partnera - firmu Stavební klempířství a pokrývačství Stanislava Čechla (kompletní seznam partnerů i fotografie z plesu najdete na adrese <http://ples2009.maestroclub.cz>). Zároveň nesmíme zapomenout na všechny, kteří nám pomohli s přípravou plesu a zejména s přípravou sálu v den konání akce.

Těšíme se na viděnou na dalším jubilejním 10. ročníku, který se bude konat v pátek 5. února 2010. Více se včas dozvíte na <http://ples2010.maestroclub.cz>.

za MAESTRO CLUB Kolovraty Vráťa Filler

## Humoresky Michala Dlouhého rehabilitují četníky

Hostem prvního letošního literárního podvečera v kolovratském Infocentru s knihovnou byl duchovní otec televizních Četnických humoresek Michal Dlouhý, který žije už několik let v Kolovratech. Autor při svém povídání přiblížil hrstce příznivců tohoto oblíbeného televizního seriálu dobu, kdy na pořádek v našich zemích kromě policie dohlíželo vojensky organizované, ale respektované četnictvo.



Michala Dlouhého potěšil obrázek někdejšího kolovratského četníka a radost neskrýval ani nad prvorepublikovým šláftrůkem.

„Před uvedením seriálu si lidé spojovali četníky pouze s četnickou stanicí v Saint Tropic. Nebýt humoresek, na prvorepublikové četníky by se dočista zapomnělo. Navíc se na ně donedávna pohlíželo jako na represivní složku střelící do lidí,“ vysvětluje Michal Dlouhý, jemuž se podařilo společně s tvůrci seriálu zbavit četníky této nálepky. Jak dodává, četníci byli slušní, laskaví a lidé jim důvěřovali. Sloužit u četnického sboru byla řehole. „Vyzbrojeni karabinami, šavlemi s bodáky a těžkými neprodyšnými přilbami připomínali četníci těžkooděnce. Bydleli v četnických kasárnách, denně absolvovali obchůzky neschůdným terénem, nesměli volit a ženit se mohli až po třicítce a po odsouzení čtyř let služby. Řada z nich byla perzekuovaná,“ popisuje těžké podmínky tehdejších strážců zákona autor osmi knížek.

Michal Dlouhý, který je vrchním policejním radou, neúnavně pokračuje v pátrání po osudech prvorepublikových četníků a svými příběhy přispívá k jejich rehabilitaci: „Nejnějnější jsou pro mne informace od potomků někdejších četníků. Přál bych si, aby byli spokojeni, pokud mé počínání sledují z četnického nebe.“

-ouj-

## Kolovratské Tvořeníčko v pořadu Barvy života

O kurzy je stále veliký zájem a to nás moc těší. Máme velkou radost, že je objevena i spousta kolovratských lidiček. V minulých kurzech jsme vyráběly hlavně šperky (technikami smaltování na plotýnce a mramorovacími inkousty), ale také zdobily trička různými textilními technikami (šablonování, tisk na folii, kaminky Hot-fix).

Kolovratské Tvořeníčko jste mohli také zahlédnout na České televizi v pořadu Barvy života. Zhruba šestiminutová reportáž byla o dvou technikách. Předváděly jsme batiku na hedvábi a háčkovaný náhrdelník. Chtěly bychom moc poděkovat všem účastnicím tohoto mimořádného kurzu. Děkujeme tímto paní Svobodové, Asmanové, Stárkové, Konečné, Majerové, slečně Bartošové a vedoucí Infocentra Blance Ujezdské.

Na našich stránkách [www.tvorenicko.com](http://www.tvorenicko.com) jste také mohli zahlédnout novou soutěž O nejkrásnější náhrdelník na téma Jaro přichází. Soutěž probíhala měsíc a našim partnerem byl internetový obchod Korálky-Smržovka, který věnoval krásné ceny pro první tři místa. Porotou byly opět účastnice kurzu a neměly vůbec snadnou práci - po dlouhém rozhodování porota vybrala tři nejkrásnější náhrdelníky - na výsledky soutěže se můžete podívat na našich stránkách.

za Tvořeníčko Jana Konečná

## Místo pro vaše názory Jak jsme se šli klouzat

Letos sice bohužel Vánoce na sněhu nebyly, zato sněhu a ledu bylo dost. Děti nadšeně vítaly možnost jít si zabruslit na zamrzlý rybník. Vraceli se uhoneň, většinou i trochu natlučené ale hlavně spokojené. Až jednou...

Až jednou se vrátily zaražené a jen pomalu z nich začaly vypadávat útržky nepříjemného zážitku. První byl: „Mami, tátovi tam jeden pán říkal: ty č...u!“ Nakonec z nich vypadl celý příběh. Přišli, začali bruslit a po chvíli dorazila skupina mladíků, kteří začali mezi ostatními rodiči s dětmi bezohledně hrát hokej. Puk létal celkem prudce, a tak můj manžel napomenul hokejisty, aby se trochu mírnili, protože mohou zranit malé děti. Odpověď byla velmi nepříjemná a doprovázená smíchem. Že prý klidně a že plochu odklidili oni a proto teď budou hrát, tak ať vypadnou ostatní. Ostatní rodiče beze slova vzali děti a šli. Manžel hokejistům řekl, že by to mohli říct slušněji. Vzápětí se dozvěděl od jednoho z mladíků, že jim nemá říkat, co mají dělat, protože: „...sem se tu narodil a bydlím tady dýl než ty“. Manžel vzal děti a než odešli domů, celý výstup okomentoval slovy: „Vidiš, a za tu dobu se nenaučil slušně chovat.“

Těch sprostých slov z jejich strany bylo prý víc. My si doma sprostě nenadáváme a nemám ráda, když někdo nadává před dětmi. Byly z toho dost vyděšené a já bych na jejich místě byla asi taky. Co k tomu dodat? Už vím, že kolovratští hokejisti z rybníku jsou pořádní hulváti a s hulváty já, pánové, nikdy nebruslím!

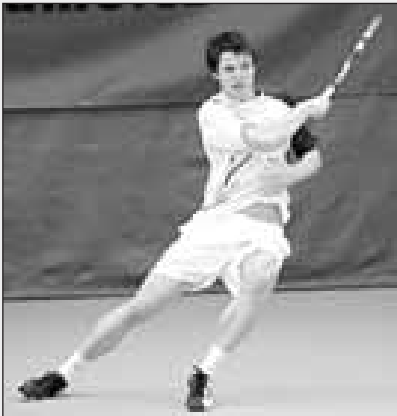
Mgr. Kateřina Čuřínová

## Úspěchy v zimní sezóně

Zatím největšího úspěchu dosáhl dorostenec Petr Roušar, současně 18. hráč celostátního žebříčku, který je halovým přeborníkem Prahy ve čtyřhře a na Halovém mistrovství ČR vybojoval bronzovou medaili za 3. místo, když porazil prvního nasazeného hráče Marka Rašticu z TK AGROFERT Prostějov a v boji o finále mu chyběl jeden jediný míč.



Nakonec se z vítězství radoval Jan Hradský také z TK AGROFERT Prostějov, který se stal poté mistrem republiky. I přesto Petr splnil svůj úkol nad očekávání a svým příkladem tak motivuje a ukazuje cestu ostatním našim hráčským nadějím.



Petr Roušar

Dalším úspěšným je starší žák Dominik Sochůrek, vítěz dvou celostátních turnajů (CT), Vítek Uhlíř, který vyhrál jeden CT ve dvouhře i čtyřhře a v dalším turnaji se umístil na 3. místě. Třetím úspěšným hráčem je v kategorii mladších žáků Jan Hanzal, který je vítězem jednoho CT. V dalším turnaji byl finalistou. Tři CT, jichž se zúčastnil, vyhrál ve čtyřhře. -hv-

## Jak se tenisté z Kolovrat připravují na jaro

Během zimního období využíváme kromě tenisových hal v Dubči, Královicích, Uhříněvsi a Nedvězí i tělocvičnu v Kolovratech. Děti zde doplňují svou kondiční a koordinační přípravu prostřednictvím košíkové, kterou hrají již od šesti let. Každým rokem také vyjíždíme na týdenní zimní soustředění do Krkonoš. Zde jsme i letos kondiční přípravu doplnili jinou pohybovou aktivitou - zdokonalováním v lyžařském umění. Týdenní pobyt prokázal jak fyzické schopnosti, tak i uplatnění v kolektivu a samostatnost dětí.



Tréninková příprava, která započala v říjnu měla za úkol udržet a snažit se zlepšovat techniku úderů jednotlivých hráčů. První ukázkou svého snažení předvedly děti od 5 do 11 let v klubovém Vánočním turnaji, který jsme uspořádali v nové hale v Královicích. Turnaj probíhal od 9 do 15 hodin a zúčastnilo se ho 27 hráčů. Všichni bojovali s nasazením. Při hře se učili počítat stav a rodiče i trenéři sledovali se zájmem, jak děti umí „prodat“ to, co se již naučily. Každá zkušenost, měření sil, pomáhá dětem ověřit, zda umí využít nacvičovaných úderů a herních situací v praxi. Ne každému dítěti, i když je v tréninku snaživé, se to daří. Všichni chtějí vyhrát a jsou pod psychickým tlakem z nevšední situace, ve které se ocitli. Proto jejich předvedený výkon dosahuje v průměru 65%. Je třeba, aby děti měly možnost získávat další potřebné zkušenosti v přípravných utkáních (sparinku), aby byly psychicky odolnější. Ty, které se rozhodnou zařadit do soutěžních družstev našeho tenisového klubu, budou věnovat tenisu více svého volného času a účastnit se i celostátních turnajů. Tam teprve prožívají radost z vítězství a smutek z neúspěchu. V této chvíli by jim měli být "vrbou" i oporou rodiče a trenéři. Jedině tak se dá postupně získat sebevědomí a sebedůvěra.

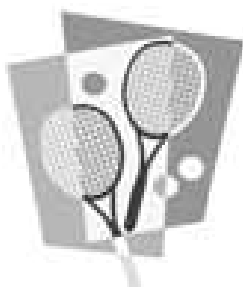


Nic není ale zadarmo. Úspěch v tak velké konkurenci ve všech věkových kategoriích se může dostavit jen po cílevědomé dlouhodobé práci hráče a trenéra. Důležitá je dennodenní kondiční a herní příprava, kvalitní a cílený tréninkový program vytvořený s využitím schopností a herních předností hráče. V neposlední řadě pak vstřícné, obětavé zázemí rodiny, která se přizpůsobuje programem, životospřávnou a finančním zabezpečením.

V našem klubu máme již 83 členů ve věku 5 až 18 let. Z nich bude v soutěžích družstev tento rok hrát 30 hráčů z řad dětí a mládeže. Všichni se budou snažit se cítit reprezentovat jméno klubu a zviditelnit i obec, která jim poskytuje možnost přípravy na našich tenisových dvorcích. Pokud však chceme i nadále kvalitně připravovat a vychovávat další talentované hráče, potřebujeme více dvorců pro kvalitní přípravu. Naskytá se nám možnost vybudovat další dva dvorce hned vedle stávajících kurtů. S halou by se nám tak splnil dlouholetý sen - vytvořit plnohodnotný areál, jak pro závodní tenis, tak i pro širokou veřejnost.

Městská část se v tomto roce zaměří na dostavbu ZŠ a prioritní potřeby obce, takže s její pomocí po finanční stránce nelze počítat. **Pomozte nám proto podpořit přípravu talentovaných mladých hráčů a nejmenšího potěru. Sháníme sponzory pro pomoc při realizaci dvou tenisových dvorců.**

Hana Vlastníková



Sport Kolovraty, občanské sdružení, Vám nabízí  
aktivní odpočinek na tenisových dvorcích a relaxaci v příjemném prostředí  
klubové restaurace Tenisový klub Sport Kolovraty

Předpokládané zahájení provozu - 20. dubna 2009

Nabízíme využití dvorců denně od 8.00 do 20.00 hodin

Cena pronájmu dvorce za jednu hodinu od 8.00 – 14.00 hod. činí 120 Kč

Cena pronájmu dvorce za jednu hodinu od 14.00 – 20.00 hod. činí 150 Kč

- ❖ Také letošní rok uspořádáme tenisový turnaj pro neregistrované hráče, děti i dospělé
- ❖ Školička pro nejmenší (jde o všestrannou pohybovou zdatnost dětí a osvojování si základních dovedností s tenisovým míčkem), výuka je pod vedením kvalifikovaných trenérů
- ❖ Trénink pro dospělé začátečníky v dopoledních hodinách
- ❖ Možnost uspořádání firemních turnajů s kompletním zajištěním, včetně zajištění cen a míčů
- ❖ Můžeme pomoci při výběru tenisového vybavení a nabízíme zajištění plného tenisového servisu

Těšíme se na vaši návštěvu.

Hana Vlastníková, občanské sdružení Sport Kolovraty

## Fotbalové jaro v TJ Sokol Kolovraty



### Zimní turnaje

Naše týmy se zúčastnily několika zimních turnajů. Vítězství na dětských turnajích jsme již zveřejnili. A proto tentokrát představíme turnaje mužů, které se hrály v Kolovratech na umělé trávě. Jejich organizaci nám trochu zkomplikovaly přívaly sněhu. Díky úsilí pár dobrovolníků, které samozřejmě jmenovat

nebudeme, ale přesto jim děkujeme, se oba turnaje odehrály podle plánu. Domácí mužstvo bylo úspěšné a oba tyto turnaje vyhrálo.

TURNAJ - LEDEN 2009	TURNAJ - ÚNOR 2009
1. Sokol Kolovraty	1. Sokol Kolovraty
2. Benice	2. Benice
3. Královice	3. Křenice
4. Koloděje	4. Koloděje

### Zimní sportovní soustředění

Podruhé se konalo zimní soustředění našich přípravků ve Strážném v Krkonoších. Devatenáctka statečných borců ve věku od šesti do devíti let zvládla všechna úskalí s přehledem zkušených matadorů. Kluci trénovali v závějích sněhu, lyžovali, běžkovali, odpočívali ve vířivce a překvapovali svým uměním při večerních hrách.



### Nábor dětí do TJ Sokol Kolovraty



V jarních měsících pořádáme nábor mladých fotbalistů ročníků 1993 až 2004. Tréninky vedou kvalifikovaní trenéři, kteří dbají na všestrannou sportovní připravenost vašeho dítěte. Přijďte se podívat na tréninky nejmenších, které se konají v úterý a čtvrtek od 16 hodin na hřišti TJ Sokol. Kontakt na jednotlivé trenéry najdete na [www.sokolkolovraty.cz](http://www.sokolkolovraty.cz)

Na závěr zveme všechny příznivce Sokola na naše mistrovské zápasy v jarní sezóně. Rozpis domácích utkání mužů A uvádíme zde a program všech ostatních mužstev najdete na našich internetových stránkách [www.sokolkolovraty.cz](http://www.sokolkolovraty.cz)

Pozvánka na domácí zápasy mužstva A		
datum/čas	zápas	místo
5.4.2009 / 16:30	Kolovraty - Uhříněves B	Kolovraty UMT
19.4.2009 / 17:00	Kolovraty - Hostivař B	Kolovraty UMT
3.5.2009 / 17:00	Kolovraty - Štěrboholy B	Kolovraty UMT
24.5.2009 / 17:00	Kolovraty - Kyje B	Kolovraty UMT
7.6.2009 / 17:00	Kolovraty - Dolní Počernice	Kolovraty UMT

### Rekonstrukce fotbalového areálu

V zimním vydání Kolovratského zpravodaje jsme ukázali zrekonstruované sociální zázemí. Tentokrát prezentujeme změnu šaten. Za loňský rok se nám podařilo kompletně opravit interiéry hlavní budovy. Jak šatny, tak i sociální zázemí tyto opravy nutně potřebovaly. Všichni věříme, že se v nových prostorách budou naši i hostující fotbalisté cítit dobře a odmění fanoušky kvalitními výkony na hrací ploše.

V příštím čísle představíme rekonstrukci střechy, která by měla být dokončena v květnu letošního roku.



### Maškarní ples a Dětský karneval

Již tradičně předchází Maškarnímu plesu i Dětskému karnevalu osobní pozvání v maskách. Každoročně se ples i karneval konají v sále Kulturního domu U Boudů. Oba plesy se vydařily a všem, kteří se na jejich přípravě a průběhu podíleli, patří naše poděkování.



připravili: Pavel Hrubý,  
foto: Iveta Hrubá, L. Sedláček, J. Valter

**PRONTO ŘÍČANY**

- vybavení koupelen
- voda - topení
- kanalizace

**ZVEME VÁS DO NOVÉ VZORKOVNY  
VYBAVENÍ KOUPELEN**

- výrazné slevy z doporučených cen •

PRONTO ŘÍČANY DODÁVÁ TOPENÁŘSKÝ A INSTALATERSKÝ  
MATERIÁL NA HRUBOU STAVBU I KONEČNOU KOMPLETACI

ČERNOKOSTELECKÁ 152/62

Po - Pá 7.30 - 17.00

Tel.: 323 60 22 35

So 8.30 - 12.00

[www.pronto-ricany.cz](http://www.pronto-ricany.cz)

**KVĚTINY - KOLOVRATY**

v provozovně Pohřební služby

**REALEX s.r.o.,**

Mírová 69, Praha 10 - Kolovraty

Telefon: 777 209 478

**vazba - prodej**

Nová provozní doba

Pondělí 7.30 - 15.00 hod.

Úterý 7.30 - 13.00 hod.

Středa 7.30 - 16.00 hod.

Čtvrtek 7.30 - 14.00 hod.

Pátek 7.30 - 17.00 hod.

Sobota 8.00 - 11.00 hod.

[www.nabytekkelly.cz](http://www.nabytekkelly.cz)

VÁŠ NÁBYTEK NA MÍRU ZA SKVĚLÉ CENY  
VE VŠECH ODSÍTĚCH

pondělí - pátek: 6.00 - 14.30 hodin

telefon/fax: 323 605 300

[info@nabytekkelly.cz](mailto:info@nabytekkelly.cz) (kdykoliv)

mobil: 602 316 085 (kdykoliv)



**NÁBYTEK  
SLUŽICE**

- kancelářský nábytek
- kuchyňské linky
- ložnice
- botníky
- kontejnery
- toaletky
- vestavěné skříně
- předsiňové stěny
- atypický nábytek
- v jakémkoliv rozsahu či množství
- v případě zájmu dojedeme zaměřit a obratem sdělíme cenu
- před realizací můžeme vytvořit fotorealistický návrh ve 3D
- nábytek Vám dovezeme domů
- garantujeme seriózní jednání a kvalitní nábytek za skvělé ceny od českého výrobce se čtrnáctiletou zkušeností



**Kelly**

**Sklenářství Jan Černý**

Firma Jeník - plátce DPH

Adresa: **Do Potoků 35, Praha 10 - Lipany**

Provozní doba: **pondělí-pátek 08.00 - 16.00 hod.**

Telefon: **267 710 335, 603 513 824**

(volat jen v pracovní době)

Nonstop telefon: **603 416 410**

E-mail: [email@jeniksklo.cz](mailto:email@jeniksklo.cz)

Web: [www.jeniksklo.cz](http://www.jeniksklo.cz)

**Provádíme sklenářské práce  
na dílně i u zákazníka**

- Zasklívání, vrtání, broušení, lepení zrcadel, akvárií, terárií •
- Výřezy diamantovou pilou •
- Výroba izolačních skel •
- Široký sortiment zrcadel, skel (včetně lepených) - tloušťky, barvy, vzory! •

**NOVĚ**

- pískování skel, lepení skel UV lampou •
- rámování, paspartování •

## Stavba nového bytového projektu KOLOVRÁTEK pokračuje

Developerská společnost CODECO, a.s. pokračuje ve výstavbě bytového projektu Kolovrátek, který se nachází v městské části Kolovraty v Praze 10 a to mezi ulicemi Bazalková, Meduňková a Sedmikrásková. Tři nízkopodlažní domy jsou připraveny pro osazení sedlové střechy a hrubá stavba bude dokončena do poloviny května. Kolovrátek naváže residenční výstavbu Kolovrat a nabídne příjemné rodinné bydlení v klidné lokalitě a nadosah přírodě.

Projekt „KOLOVRÁTEK“ zahrnuje výstavbu 43 bytových jednotek (1+kk až 4+kk), z nichž několik je tzv. mezonetových. Každý byt má minimálně jeden balkón a některé byty disponují prostornými zahrádkami.

Dispozice bytů jsou řešeny především s důrazem na funkční využití prostoru a zajištění dostatku úložných prostor. Ve většině bytů je dodrženo členění na společenskou a na soukromou zónu. Většina bytů má také dvě koupelny. Při výstavbě se počítá s využitím tradičních stavebních materiálů, jako jsou zděné příčky, dřevěná EURO okna atp. Parkování je zajištěno částečně v podzemí a částečně na venkovním parkovišti.

Kromě bytových jednotek se v projektu také nachází 2 nebytové jednotky o velikosti 44 a 101 m<sup>2</sup>, jejichž budoucí možné využití je vhodné jako prodejna, kancelář, lékařská či veterinární ordinace

### O společnosti Codeco:

Společnost CODECO, a.s., Real Estate Development, směřuje své aktivity převážně do developmentu kancelářských a residenčních projektů, do svého portfolia řadí také pronájmy průmyslových prostor a filmových ateliérů. Velký důraz klade na rozvoj a propagaci původně průmyslových Vysočan, na jejichž proměně

aktivně spolupracuje s ostatními developery a MČ Praha 9. Mezi úspěšně realizované bytové projekty CODECa se řadí NA ZELENÉ HARFĚ – Praha 9, NAD BOTIČEM – Praha 4 a POD HANSPALKOU – Praha 6. Další informace najdete na stránkách [www.codeco.cz](http://www.codeco.cz), [www.byty-kolovratek.cz](http://www.byty-kolovratek.cz).



CODECO, a.s.  
Kolbenova 609/40  
190 00 Praha 9

☎ 296 642 370  
@ byty@codeco.cz  
[www.codeco.cz](http://www.codeco.cz)

### NOVÉ BYTY 1+kk až 4+kk

Praha 10 – Kolovraty

Dokončení v prosinci 2009

## KOLOVRÁTEK

*příroda  
na dosah*

## STAVBA POKRAČUJE

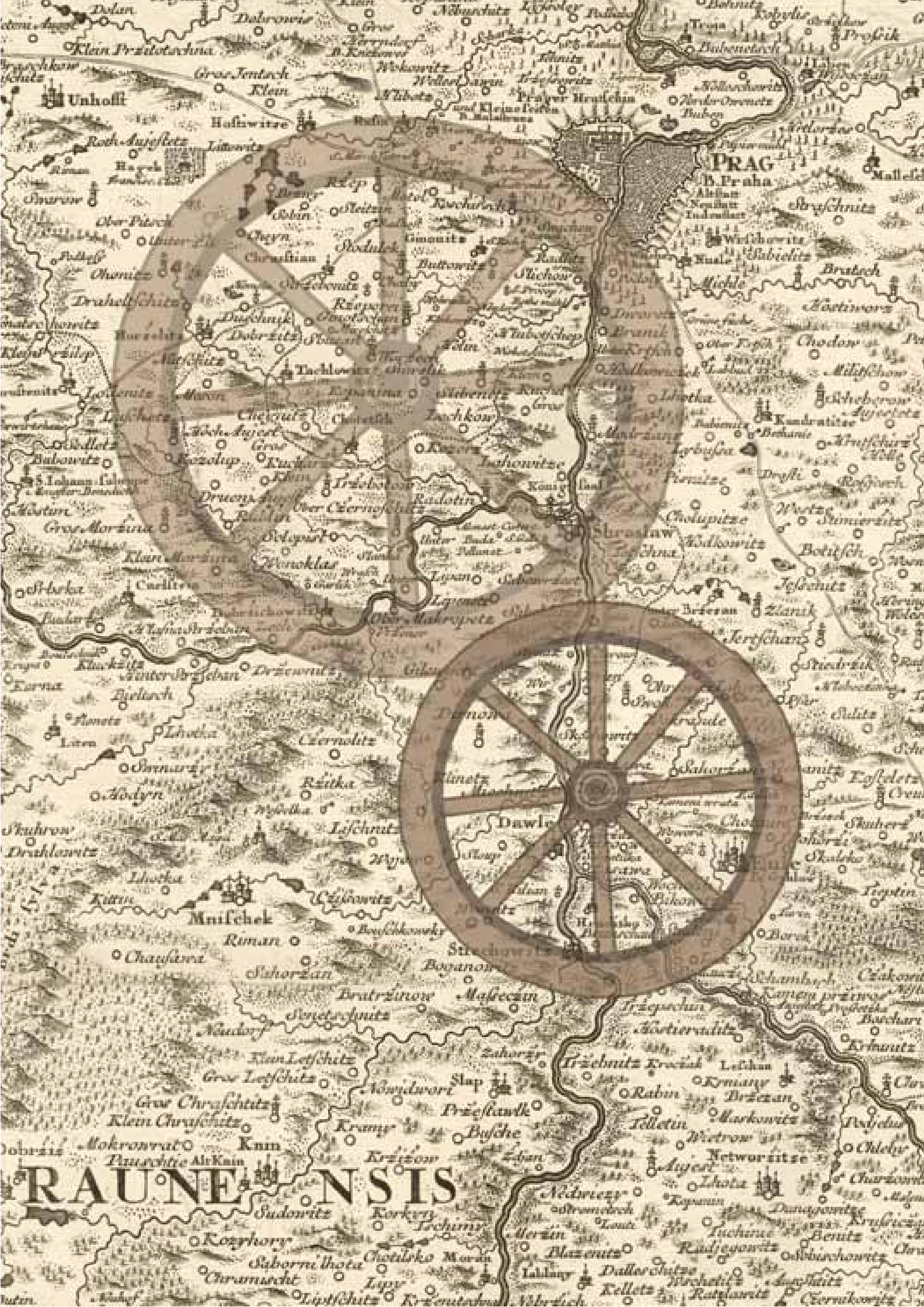


- Klidná lokalita
- Rychlá dostupnost do centra
- Kvalitní dispozice bytů
- Balkón ke každému bytu
- Cena od 2,2 mil. Kč
- Příroda, cyklostezky
- Hypoteční servis zdarma

[www.byty-kolovratek.cz](http://www.byty-kolovratek.cz)  
**606 666 224**



**BYTY SE ZAHŘÁDKOU**



PRAG  
b. Praha

RAUNEVSKIS