



U NÁS V ČAKOVICÍCH

ZPRAVODAJ PRO OBČANY ČAKOVIC, MIŠKOVIC A TŘEBORADIC

duben 2015

**Dětský masopustní průvod
se prošel Čakovicemi, str. 20**



Strana 4 až 5

**MČ schválila rozpočet
na rok 2015. Povídali
jsme si s místostarostou
M. Motýčkovou.**



Strana 9

**Navštívili jsme odborný
cykloservis a prodejnu
Bikeranch na Kostelecké.**



strana 15

**Mladí hasiči z Miškovic
za sebou mají své první
závody v uzlování.**

wüstenrot
příjate vřelost

V současné době probíhá **výběrové řízení na certifikovaného finančního poradce** pro nově otevřenou pobočku v Praze 9 Čakovice, Dr. Marodyho 177/1 (vchod z Cukrovarské 15/20)

Zájemci se mohou přihlásit na:
Tel.: 604 822 533, Bc. Eliška Stránská.

Kolektiv vysoce kvalifikovaných a certifikovaných školitelů Vám poskytne odborné vyškolení a odbornou podporu. Pro nově začínající zájemce finanční podpora – zajímavé příjmy. Školení zdarma, volná pracovní doba.

Požadujeme: Nejnížší vzdělání středoškolské, čistý trestní rejstřík, práce na PC, živnostenský list – na zprostředkování služeb, rozšířený o spotřebitelský úvěr.

**TV a SAT
ANTÉNY**
Montáž, opravy
rychle a spolehlivě
anteny-kraken.webnode.cz
www.krakentv.cz
1.kraken@seznam.cz
602 321 856

SunWay

**ŽALUZIE - ROLETY - MARKÝZY
SÍTĚ PROTI HMYZU**

15% SLEVA

tel.: 777 111 247, info@sun-way.cz, www.sun-way.cz
konzultace a zaměření ZDARMA

**centrum
volného
času**
MĚSÍCE

**PLAVÁNÍ PRO NEJMENŠÍ
PLAVÁNÍ MALÝCH DĚTÍ ZA AKČNÍ CENU!**

**NAŠE SPECIÁLNÍ NABÍDKA 225,- Kč
ZA LEKCI**

OBJEVTE CENU NA TRHU 300 - 350,- Kč

PLAVEME VE VLASTNÍM MODERNÍM, KOMFORTNĚ VYBAVENÉM DĚTSKÉM CENTRU

VÝUKU PROVÁDĚJÍ PROFESIONÁLNÍ A SPECIÁLNĚ VYŠKOLENÍ LEKTOŘI

Kontaktujte nás na: www.cvcmesice.cz tel. 733 111 865

INZERCE

Zájemci o inzerci ve zpravodaji „U nás v Čakovcích“ mohou dle ceníku inzerce vyplnit formulář „Objednávka inzerce“ (ke stažení na www.cakovice.cz) a zaslat ho na adresu:
inzerce@cakovice.cz

Poslete své dluhy do insolvence!
Vyřešte své dluhy a exekuce jednou pro vždy a začněte znovu normálně žít. Nabízím služby insolvenčního poradce. Konzultace zdarma.
Tel.: **605 577 942**.

VeGa - Kvalitní drogerie z Německa
AKCE - Doprava zdarma v okolí Přezletic při odběru nad 1.500 Kč
e-shop: www.vegadorgerie.cz,
tel.: 775 396 082
Výdejní místo: Pod Hájem 398, Přezletice (obchod s květinami),
tel.: 777 642 064

Prodán balkónovou markýzu (3 m)
za cenu 1.500,- Kč. **Tel.: 601 313 060.**

PEDIKÚRA Miškovice (145,- Kč,
s docházkou 195,- Kč), tel. **606 500 867.**
MASÁŽE od 60,- Kč. Tel. 606 106 366.

!!! Vyklízení - Stěhování !!!

Vyklízíme byty, domy, sklepy, pozůstalosti atd.
Odvoz starého nábytku a jiných nepotřebných věcí z z domácnosti i zahrady na skládku. Stěhování.
Telefon: 773 484 056

Prodám zděnou řadovou garáž
na vlastním pozemku,
U Párníků, Praha 9 - Čakovice.
Tel.: 722273401.

Cvičení pondělí **POWER JOGA**,
čtvrtek **PLOCHÉ BŘICHO+PEVNÝ
ZADEK**, 20 – 21 hodin
tělocvična ZŠ Čakovice,
1 lekce 70 Kč 10 lekcí 600 Kč
Soňa Křížová **608 981 791**

Žaluzie, rolety, garážová vrata, plisé,
sítě proti hmyzu, markýzy, garnýže,
šití záclon, shrnovací dveře, čalounění
dveří, silikonová těsnění - úspora
30% tepla. Petříček, **tel: 606 350 270,**
286 884 339,
www.zaluzie-rolety-praha8.cz

Půjčky. Sloučení úvěrů do jednoho.
Oddlužení. Zrušení exekucí.
Zdarma 800 210 310,
www.pujcka-rychle-snadno.cz

KOMINICTVÍ NĚMEC, čištění, revize,
opravy.
Tel. 775 132 921.

Kácení a řez rizikových stromů
stromolezeckou technikou.
Tel.: 606527091

internet

již od 299 Kč za měsíc

- vysoká přenosová rychlost 10 - 100 Mbps
- kvalitní nepřetržité připojení bez výpadků
- instalace zdarma a smlouva bez závazků

**adc
net.cz**

Volejte 220 990 770
www.adcnet.cz



**AKČNÍ NABÍDKA
NOTEBOOK ZDARMA**

Objednejte si týden rychlého internetu
na zkoušku zdarma!



Slovo
starosty

Milí sousedé,

v tomto čísle vám prezentujeme rozpočet naší městské části na rok 2015. Hned na úvod mohu s velkým potěšením začít s výbornou zprávou: podařilo se nám získat dotaci z magistrátu hlavního města na naši základní školu v Dyjské ulici.

Tato dotace byla schválena usnesením Zastupitelstva hlavního města Prahy dne 26. března. To znamená, že letos ušetříme více než 14 milionů korun a budeme moci vybudovat další statky, umožní nám to rovněž uchovat si peněžní rezervu.

Dále bych se rád zmínil o tom, že jsme se rozhodli ještě aktivněji využívat operační programy k získávání peněz do našeho rozpočtu

a kvůli tomu připravujeme celou řadu projektů, na které budeme chtít čerpat evropské peníze. Podáváme totiž další žádosti o dotace, konkrétně na zámecký rybník a také na velký nákladní vůz pro náš Odbor rozvoje a údržby obce.

Dovolte mi, milí sousedé, popřát vám šťastný vstup do jarní sezony. Podívejte se do Kalendária, které najdete na webových stránkách vaší městské části a najděte si akce blízké svěmu srdci. Doufejme, že měsíc duben bude, co se týče výkyvů počasí, moudřejší.

S úctou Váš starosta
Ing. Alexander Lochman, Ph.D.

Z obsahu

Strana 4 a 5

Městská část má připravený rozpočet na rok 2015

"Šlo o jeden z nejtěžších rozpočtů, jaký jsme za ty roky sestavovali," říká v rozhovoru místostarosta Michal Motyčka, který má finance na starosti.

Strana 9

Bikeranch: Vše pro cyklisty pod jednou střechou

V seriálu Naši podnikatelé jsme navštívili cykloservis a prodejnu Bikeranch na Kostelecké, která na této adrese funguje již od roku 2008.

Strana 6 a 7

Přehled mateřských školek v naší městské části a okolí

Nevíte do jaké mateřské školky dát vaše dítě? Přinášíme vám přehled soukromých školek a dětských klubů v naší městské části i v nejbližším okolí.

Strana 10

Přehled svozu odpadu a blokového čištění

Máte doma nebezpečný odpad? Zajímá vás, kdy ve vaší ulici proběhne blokové čištění? Přinášíme vám podrobný přehled.

Strana 8

Co říkají členové koalice na programové prohlášení?

Zeptali jsme se členů koaličních stran, co berou jako hlavní a stěžejní bod nedávno schváleného programového prohlášení na období 2014 až 2018.

Strana 16 a 17

Fotbalová mládež funguje v Čakovících už pět let

S trenérem Davidem Vojtěchovským jsme se ohlédli za pět lety, během kterých funguje fotbalová mládež v čakovickém klubu.

U nás v Čakovících – zdarma pro své občany vydává měsíčně MČ Praha – Čakovice, Periodický tisk územního samosprávného celku, náměstí 25. března 121, 196 00 Praha – Čakovice, IČ: 00231291 – tel.: 283 061 419, fax: 283 933 497, email: unas@cakovice.cz, mestska.cast@cakovice.cz, www.cakovice.cz. Za obsahovou a gramatickou správnost příspěvků nesou odpovědnost autoři. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky krátit, redakčně upravovat, případně nepřijmout k otištění. Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí. Za obsah inzerátu odpovídá výhradně inzerent. Redakce: Michal Káva, Kateřina Marszálková. Jazyková korektura: Michal Káva. Příjem inzerce: inzerce@cakovice.cz, tel.: 283 061 426. Evidenční číslo MK ČR E 14335. Sazba: MS-Design, tisk: Vydavatelství MAC, spol. s r. o. Distribuci do všech poštovních schránek v MČ Praha – Čakovice zajišťuje Úřad MČ – toto číslo vyšlo v dubnu 2015.

Nejtěžší sestavování rozpočtu za poslední roky, říká místostarosta Michal Motyčka

» Městská část má schválený rozpočet na rok 2015. Jak taková příprava rozpočtu a jeho schvalování probíhá? Popovídali jsme si s místostarostou Michalem Motyčkou, který má „na starosti“ kromě bytové oblasti a Miškovic právě finance.

Jak dlouhý a náročný proces je sestavení rozpočtu?

Prioritou, respektive povinností, je počkat, až jej sestaví magistrát. To bývá zpravidla do konce roku, letos bohužel až v polovině února. Pro nás je to o to těžší, protože příjmy od magistrátu jsou důležitou složkou naší příjmové části. Avšak by mohly být vyšší. Kapitálové příjmy jsou spíše nahodilé, jako například smlouvy o spolupráci s developery a investory v naší MČ. S tím se musíme vždy poprat. Máme své plány a předpoklady na realizaci investic, oprav a výstavby. Napišeme vše a podle dostupných peněz pak škrtáme, protože se musíme dostat na vyrovnaný stav. Rozpočet musí být vždy vyrovnaný. To znamená, že příjmy musí pokrýt výdaje. Je však možné a já mohu říci, že i nutné si „vypomáhat“ rezervami proto, aby bylo možné realizovat plánované investice a výstavbu. Dělán jej pátým šestým rokem a vyrovnaný ještě nebyl nikdy, vždy jsme si pomohli rezervami z let minulých, což nám vytýkala opozice. Postavila se ale nová školka, teď druhá, základní škola, další rozšiřujeme a další věci, to bychom bez pomoci rezerv nezvládli. To je krásně vidět na současném rozpočtu. Přesto, že se rozrůstáme, tak od Magistrátu hlavního města Prahy dostáváme pořád stejné dotace poměrově na obyvatele. Sami již nejsme schopni pokrýt provozní výdaje našimi běžnými příjmy. Potřebujeme 40 milionů, příjmy máme 39. Posilujeme tedy z vedlejší hospodářské činnosti, jež představuje pronájem bytových a nebytových prostor, což je velká částka, která by měla směřovat do revitalizace bytového fondu.

A jaký je ten aktuální rozpočet na letošní rok?

Za poslední roky byl toto ten nejtěžší rozpočet, který jsme sestavovali. Je to

způsobeno již výše uvedeným a hlavně investicí na dokončení školy v Dyjské ulici. Loni jsme na to obdrželi dotaci a čekali, že na dokončení ji dostaneme rovněž letos. Při sestavování rozpočtu tomu ale tak nebylo a najednou chybělo 12 milionů. Použili jsme tak téměř vše, co vygeneroval bytový fond a půjčili jsme si z rezerv, které jsme naspořili z minulých let.

Jaké jsou hlavní výdaje městské části?

Rozdělil bych to na tři třetiny. Oblast péče o zeleň a úpravy, to je údržba chodníků, úklid cest a celkové obce, sběr odpadu a podobné záležitosti. Zejména sběr odpadu (sběrné místo Na bahnech) není pro městskou část povinné, ale my to pro naše občany děláme. Pak je zde i bioodpad po sečení zelených ploch. Druhou částí je školství. Máme čtyři školky, rozšiřují se základní školy. Výdaje na školství činí 17 milionů. Mzdy ve školství platí magistrát, my platíme činnost a provozní výdaje. Třetí částí je pak činnost městské části jako takové, což obnáší 11 až 12 milionů korun. Městská část má z důvodu rozšiřování občanské základny větší mzdové náklady (více zaměstnanců, náročnější obslužnost) a také větší výdaje na zastupitelstvo městské části.

A jaké jsou v plánu další investiční akce?

Z investičních akcí, které jsme plánovali, jako například úprava podkroví zámku, střecha gymnázia, revitalizace bytového fondu a další projekty, tak jsme je museli odsunout. Na běžném účtu zbude 1,5 milionu, což je velmi málo. Nicméně víme, že by mělo dojít k vrácení odvedené daně z příjmu 3,5 milionu a na konci roku tedy budeme mít 5, což je pro nás pojistná hladina. Rezervy na bytový fond, školství a provoz městské části tedy máme.

Jak to tedy vypadá s dotací na dokončení školy v Dyjské?

Zrovna před pár dny jsme dostali zprávu, že od magistrátu na tento projekt dostaneme dotaci 14,3 milionu korun. Tím pádem, když finance nepoužijeme na jinou



investiční akci, tak to bude na konci roku lepší než na jeho začátku. Mohlo by zůstat kolem 18 až 19 milionů.

Tím pádem tedy jsou i finance na dokončení plánovaných projektů?

Ano. Jak jsem říkal, záleží na rozhodnutí rady MČ. Zdali peníze, které byly původně určeny na dokončení realizace výstavby nových tříd ZŠ v Dyjské ulici uloží na běžný účet nebo se rozhodne dokončit plánované záměry. Za sebe bych rád dokončil revitalizaci horní části zámku, provedl opravu střechy gymnázia, která je v havarijním stavu. Ale to vše uvidíme, až finance z magistrátu skutečně přijdou. V neposlední řadě také uvolníme část peněz do bytového fondu. Ten jsme v minulých letech trochu zanedbávali, ale letošní rozpočet ukázal, že bez bytového fondu bychom se nemohli dále rozvíjet. Rozšíříme jej, zateplíme budovy a střešní pláště, aby se občanům dobře bydlelo a do budoucna nám bytový fond generoval další peníze a mohl se dále rozvíjet.

Text: Michal Káva Foto: MČ Čakovice

Návrh rozpočtového výhledu MČ Čakovice do roku 2020

Název položky	Skut.2009	Skut.2010	Skut.2011	Skut. 2012	Skut. 2013	Skut. 2014	Návrh. R. 2015	RV 2016	RV 2017	RV2018	RV2019	RV2020
Daňové příjmy (po konsolidaci) - třída 1	9 010 120	10 858 630	12 623 590	10 011 016	9 812 961	9 824 620	10 400 000	11 336 000	12 356 240	13 468 301	14 680 448	16 001 689
Nedaňové příjmy (po konsolidaci) třída 2	1 378 610	894 260	2 481 293	1 812 084	839 685	911 620	405 000	540 500	540 500	540 500	540 500	540 500
Kapitálové příjmy (po konsolidaci) - třída 3	3 608 130	1 573 100	3 760 000	521 292	4 300 000	0	0	0	0	0	0	0
Vlastní příjmy	13 996 860	13 325 990	18 864 883	12 344 392	14 952 646	10 736 240	10 805 000	11 876 500	12 896 740	14 008 801	15 220 948	16 542 189
Přijaté dotace (po konsolidaci) - třída 4	68 862 340	66 315 890	68 958 877	44 131 643	47 503 139	48 773 820	41 931 500	42 000 000	42 000 000	42 000 000	42 000 000	42 000 000
Příjmy celkem	82 859 200	79 641 880	87 823 760	56 476 035	62 455 785	59 510 060	52 736 500	53 876 500	54 896 740	56 008 801	57 220 948	58 542 189
Provozní výdaje - třída 5	41 985 640	47 863 080	45 247 998	50 177 945	48 779 147	56 223 370	52 064 000	48 000 000	49 000 000	50 000 000	50 000 000	50 000 000
Kapitálové výdaje - třída 6	27 401 820	28 499 850	21 195 400	31 861 642	6 973 190	12 298 830	15 411 000	10 000 000	10 000 000	10 000 000	10 000 000	10 000 000
Výdaje celkem	69 387 460	76 362 930	66 443 398	82 039 587	55 752 337	68 522 200	67 875 000	58 000 000	59 000 000	60 000 000	60 000 000	60 000 000
Výsledek hospodaření (- schodek, + přebytek)	13 471 740	3 278 950	21 380 362	-25 563 552	6 703 448	-9 012 140	-15 138 500	-4 123 500	-4 103 260	-3 991 199	-2 779 052	-1 457 811

Bilance Příjmů a výdajů 2014 vs. 2015

Ukazatel	Skutečnost 2014	Návrh rozpočtu na rok 2015
Úhrn příjmů	59 510 049,43 Kč	52 736 500,00 Kč
z toho:		
běžné příjmy	43 508 022,83 Kč	38 636 500,00 Kč
kapitálové příjmy	16 002 026,60 Kč	14 100 000,00 Kč
Úhrn výdajů	68 522 191,74 Kč	67 875 000,00 Kč
z toho:		
běžné výdaje	57 404 992,43 Kč	52 564 000,00 Kč
kapitálové výdaje	10 717 199,31 Kč	14 911 000,00 Kč
zaměstnanecký fond	400 000,00 Kč	400 000,00 Kč
Rozdíl příjmů a výdajů	-9 012 142,31 Kč	-15 138 500,00 Kč
Financování	0,00 Kč	0,00 Kč
Změna stavu krátkodobých prostředků	9 012 142,31 Kč	15 138 500,00 Kč

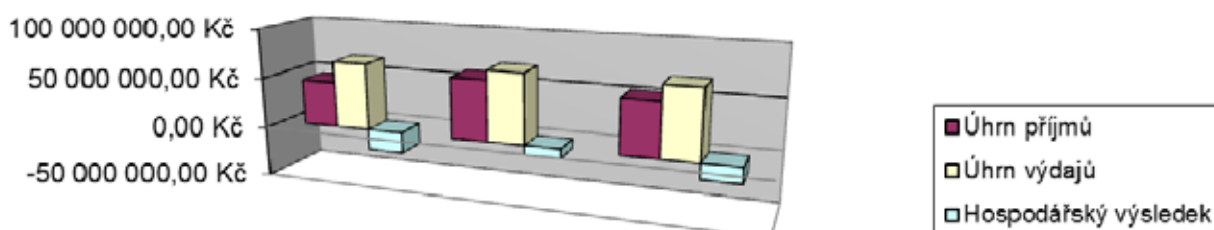
Návrh rozpočtu vedlejší hospodářské činnosti pro rok 2015

Příjmy	Skut. 2014	RU 2015
nájemné byty 31101	19 886 023,00 Kč	20 000 000,00 Kč
nájemné nebyty 31102	2 472 556,00 Kč	2 400 000,00 Kč
nájemné ostatní 31104,05	848 365,00 Kč	900 000,00 Kč
úroky běžný účet	20 883,00 Kč	30 000,00 Kč
privatizace splátky	274 404,00 Kč	0,00 Kč
nahodilé příjmy, pokuty, penále	1 678 651,00 Kč	1 500 000,00 Kč
CELKEM	25 180 882,00 Kč	24 830 000,00 Kč
stav BÚ k 1.1.2015 účet 9021		10 752 653,00 Kč
stav BÚ k 1.1.2015 účet 90018		1 683 014,00 Kč
Výdaje	Skut. 2014	RU 2014
převod do rozpočtu HČ	9 000 000,00 Kč	14 100 000,00 Kč
mzdy včetně odvodů	2 945 727,00 Kč	3 000 000,00 Kč
daň z převodu nemovitosti, DPH	487 902,00 Kč	500 000,00 Kč
pojištění majetku	229 142,00 Kč	230 000,00 Kč
daň z příjmu	2 546 398,00 Kč	3 500 000,00 Kč
opravy BF+ drobné NF	3 411 408,00 Kč	3 200 000,00 Kč
CELKEM	18 620 577,00 Kč	24 530 000,00 Kč

Přehled hlavních ukazatelů rozpočtu 2014 vs. 2015

První sloupce zahrnují návrh rozpočtu na rok 2014, druhé sloupce jsou vyjádřením skutečnosti v roce 2014 a poslední sloupec reprezentuje návrh rozpočtu v roce 2015.

Komparace rozpočtu 2014 vs 2015



	Plán 2014	Skutečnost 2014	Skutečnost 2015
■ Úhrn příjmů	45 192 000,00 Kč	59 510 049,43 Kč	52 736 500,00 Kč
■ Úhrn výdajů	65 715 500,00 Kč	68 522 191,74 Kč	67 875 000,00 Kč
■ Hospodářský výsledek	-20 523 500,00 Kč	-9 012 142,31 Kč	-15 138 500,00 Kč

Soukromé školky a dětské kluby

Vážení rodiče,

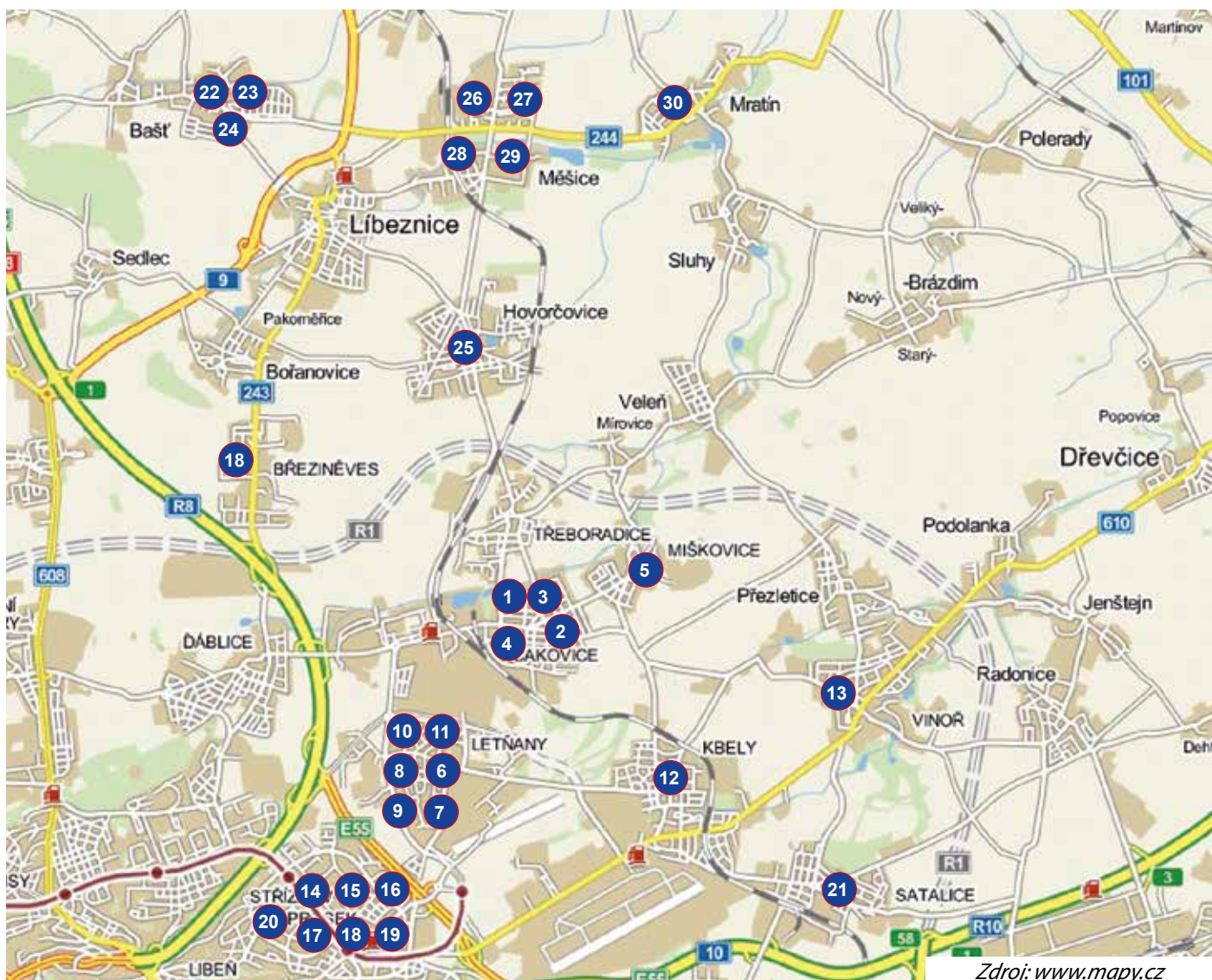
městská část Praha-Čakovice se maximálně snaží vyhovět potřebám dětí v oblasti předškolního vzdělávání.

A proto vám i letos přinášíme přehled soukromých školek a dětských klubů

s hlídáním v Čakovících, ale i v blízkém okolí. (red)

Obec	Název	Prov. doba	Věk	Adresa	Webové stránky
Čakovice	Krystálek (CPD) 1	8.00 - 12.00 8.00 - 16.00	3 - 6 let	Cukrovarská 230/1 nám. J. Berana 500/1	www.cakovice.cz (záložky MC, školství)
	Livingston 2	8.00 - 17.00	2-4 roky	Oderská 333/5	www.zclivingston.cz
	Sovička 3	7:30 - 16.30	od 2 let	Řepová 437/27	http://trojlistek.unas.cz
	MC Cirkus (Robinsoni) 4	8.00 - 12.00 8.00 - 16.00	od 3 let Út, Čt	Jizerská 24/18	www.mccirkus.cz
Miškovice	Myška 5	7.30 - 18.00	2 - 4 let	Polabská 34/59	myskamiskovice.webmium.com
Letňany	Domeček 6	7.30 - 17.00		Tvrdeho 47	www.skolkaletnany.cz
	Poupata 7	7.00 - 17.00	18 měs. - 4,5 let	Tvrdeho 89	www.poupata.cz
	Klub Slunečnice 8	8.00-12.00	2,5 - 4 let	Rýmařovská 561 (KD Letňanka)	www.klubslunecnice.cz
	Schůdek do školy 9	8.00-15.00			
	Klub Montessori 10	7.30-17.00	3 - 6 let	Malkovského 454	www.klubmontessori.cz
	Pidiškolička Malý princ 11	7.30 - 15.30 Po, Čt 7.30 - 12.30 St	od 2,5 let	Třinecká 650	www.studio-motylek.cz
Kbely	Činelky 12	7.30 - 17.00 Po-Čt 7.30 - 16.00 Pá	od 15 měs.	Mladějovská 358/33	www.cinelky.cz
Vinoř	Lesní klub Cestička 13	8.30 - 12.30	3 - 6 let	Pod Nouzovem 974/21	www.spolekcesticka.cz
Prosek	Montessori školka Prosek 14		od 2,5 roku	Lovosická 610/21	www.montessoriskolkaprosek.cz
	Profamily 15	7.00-18.00	od 3 let	Lovosická	www.profamily.cz
	Profamily 16	7.00-18.00	od 3 let	Novoborská 371	www.profamily.cz
	Kinder Garten 17		od 18 m - 6 let	Habartická 576/1b	www.kindergarten.cz
	Školka Kašpárek 18	7.00 - 18.00	3 - 6 let	Českolipská 621	www.skolkakasperek.cz
	Školička 19	7.30 - 18.00	od 18 měs.	Na vyhlídce 68	www.skolka-jesle.cz
	Honzik 20	7.00 - 17.30	od 6 měs.	Měšická 149/88	www.centrumhonzik.cz
Satalice	Mraveneček 21	8.00 - 16.00	2,5 - 6 let	Pod poštou 90/3	www.skolka-mravenec.cz
Bašť	Maxíkova školka a jesle 22	7.30 - 17.00	od 12 měs.	Měšická 805	www.jazykova-skolka.cz
	MŠ mama 23	7.00 - 18.00	jesle 1 - 3 roky školka 3-6 let	Měšická 822	www.kindergarten.cz
	Studio Smile 24	7.15 - 17.30	od 2 let	Okružní 671	www.smilestudio.cz
Hovorčovice	Beruška 25	7.00 - 17.00		Revoluční 14	hlidacicentrum-beruska. webnode.cz
Měšice	Rodinná školka Domeček 26	7.00-17.30	od 3 let	V Lukách 272/6	www.skolkadomecek.cz
	Profamily 27	7.00 - 19.00		V Lánech 388	www.profamily.cz
	Pro Jesle 28	7.00 - 19.00	12 měs.-3 r.	Na rejdišti 521	www.projesle.cz
	Lesní klub Stromeček 29	8.00 - 16.00		Na Výsluní 364	www.klubstromecek.cz
Mratín	Domeček pro děti 30	7.30 - 17.00		Slunečná 380	www.domecekprodeti.com

- s hlídáním v MČ Praha – Čakovice a okolí



- Ve většině školek a dětských center si mohou rodiče navolit, kolikrát v týdnu a jestli dopol./odpol. program a podle toho se odvíjí výše platby – podrobnosti na jednotlivých stránkách.
- Další inspirace pro rodiče: "www.soukrome-skolky-praha.cz", "www.peknyden.cz", "www.lesnims.cz".

Informace o činnosti Rady MČ

» Na svém 10. – 12. jednání Rada MČ mimo jiné projednala:

- Záměr pronájmu nebytového prostoru - Schoellerova 678, Praha 9 – Čakovice (bývalá autoškola), kdy byla schválena nabídka firmy PM immo a. s.
- Návrh rozpočtu MČ Praha – Čakovice na rok 2015.
- Pořádání cyklu vzdělávacích programů prevence kriminality, zaměřený na vzdělávání občanů náležejících zejména k seniorské generaci, v Schoellerově sále.
- Příkazní smlouvu č. 0503201501, uzavřená mezi Městskou částí Praha - Čakovice a společností TNT Consulting, s. r. o., IČ: 25528114, jejímž předmětem je úplatné obstarání podání žádosti o dotaci z dotačního titulu Operační program životního prostředí na projekt "Systém svozu bioodpadů v městské části Praha - Čakovice".
- Různé žádosti o stanoviska a povolení.
- Různé nájemní smlouvy na bytové a nebytové prostory.

Zápisy z jednání Rady a Zastupitelstva MČ jsou uloženy na Úřadě MČ, kde jsou zájemcům přístupné k nahlédnutí a jsou rovněž umístěny na stránkách www.cakovice.cz

Otázka: Co vidíte jako hlavní bod programového prohlášení?

Ptali jsme se zástupců koaličních stran, co vidí jako hlavní a nejdůležitější bod koalicí schváleného Programového prohlášení pro období 2014 až 2018.



Ing. Jiří Vintiška
ODS

„Na tuto otázku již vlastně odpovědělo zastupitelstvo na svém jednání dne 16. března, kdy schválilo rozpočet, jehož hlavní investicí je částka ve výši 11 milionů korun. Ta je určena na dokončení nástavby a rekonstrukce objektu bývalé družiny. Tato staronová moderně vybavená budova v září přivítá nové školáky. Vzhledem k demografickému rozvoji bude ale třeba ještě dalších míst v základní škole, a proto i v budoucích letech bude školství stále jednou z hlavních priorit této městské části.“



Bc. Blanka Klimešová
ČSSD

„Mezi nejdůležitějšími body programového prohlášení máme školství, bezpečnost, dopravu, životní prostředí, sport a zdravotnictví. Zajistíme nové prostory pro základní školu a pro sport. Podpoříme rozšíření kapacity pro předškolní vzdělávání. Naším budoucím cílem jsou častější dopravně bezpečnostní akce zaměřené na dodržování rychlostního limitu. Budeme pokračovat s kurzy bezpečnostní gramotnosti a prevence kriminality. Budeme řešit s MHMP propojení Jižního obchvatu. Dokončíme a zahájíme opravy páteřních silnic (Cukrovarská, Bělomlýnská, Schoellerova). Chceme zajistit financování oprav chodníků a výstavbu nových chodníků. Podpoříme vytvoření podmínek pro získání ambulantních lékařů.“



Martin Střelec
Pro Prahu

„Nemyslím si, že lze jakýkoliv bod prohlášení takto vymezit. Lidé v městské části nejsou jedna zájmová skupina. Byli jsme zvoleni pro všechny a proto bychom měli s maximálním úsilím pracovat ve všech oblastech našeho prohlášení. Pro určení priority, bychom mohli v rámci této otázky uvažovat ani ne tak o úsilí, jako třeba o nákladovosti. Vzhledem k velmi omezenému rozpočtu městské části, bude patrně nejnáročnější splnit body finančně nejnákladnější. Těmito body jsou zejména doprava a školství.“



Ing. et Bc. Michal Motyčka, DiS
Top09

„Lze těžko říci, co je absolutní prioritou. Pokud se budeme soustředit na jednu oblast více, než na druhou, dojde dříve nebo později k určité disproporci. Avšak jestliže se jedná o názor naší strany, tak bychom vybrali určitě tři hlavní oblasti. Zejména zvýšení mandatorních a kapitálových příjmů pro naši městskou část, celková restrukturalizace příjmů od Magistrátu hlavního města Prahy a celková stabilizace veřejných financí. Velkým tématem je revitalizace našeho bytového fondu, který není v ideálním stavu. Dříve jsme preferovali školství a stalo se tehdy výše uvedené. Peníze, které měly směřovat z bytů zpět do bytového a nebytového fondu, sloužily spíše k financování větších investičních akcí ve školství. V neposlední řadě by to byla úprava a oprava vozovek, chodníků a cyklostezek. Zejména v oblasti Miškovice a Třeboradice, kde je stav zcela nejhorší.“



Daniel Kajpr
KDU-ČSL

„Nejdůležitějším bodem našeho programového prohlášení je úspěšnost při získávání peněz, ať už z rozpočtu hlavního města Prahy, ministerstev nebo z evropských fondů. Budeme-li v tomto úspěšní, uskutečníme co nejvíce bodů tohoto prohlášení v blízké i vzdálené budoucnosti.“



Jarmila Bendová
ANO

„Všechna témata programového prohlášení považujeme za důležitá a je dost obtížné vyjmout pouze jednu oblast. Někoho trápí místa ve školkách nebo dopravní zatížení, jiného bezpečnost, jiné preference má senior a jiné mladý sportovec. Plán vnímáme jako hodně ambiciózní a za nejdůležitější považujeme zejména to, aby se městská část jednotlivými body prohlášení nejenom zabývala, ale aby se většinu bodů povedlo i zrealizovat.“



Bikeranch na Kostecké: Vše pro cyklistiku pod jednou střechou

» V dubnovém díle seriálu Naši podnikatelé jsme zavítali do čakovické cykloservisu a prodejny Bikeranch na Kostecké ulici, kde jsme si popovídali s vedoucím prodeje Lukášem Neduchalem a vedoucím technikem Janem Domínkem. Bikeranch má tři pobočky na Praze 9, ta v Čakovicích funguje už od roku 2008.

"Nabízíme kompletní servis od prodeje nového kola, stavby kola na zakázku, kompletní záruční i pozáruční servis kol zakoupených od nás i těch odkudkoliv. Nabízíme také vše, co se týká cyklistického oblečení, doplňků, kolo od nás zkrátka odjíždí kompletně vybavené," říká Jan Domínek.

"Každé kolo, které od nás odjíždí, dostává garanční prohlídku zdarma. Z naší

strany pak jde garance a kolo je připravené na ostrý provoz. Nejsme žádná tzv. garážovka, máme 110 kol skladem přímo na prodejnu, takže pro každého velký výběr. U prodejny máme také velké parkoviště, kde si mohou zákazníci kolo vyzkoušet," dodává Lukáš Neduchal.

Hlavní cyklistická sezona začíná právě tento měsíc a lidé tak často vyndávají kola ze sklepů a garáží. Je tedy ideální čas pro nezbytný servis. Na co všechno by se měl klást důraz?

"Kolo se musí nechat celé zkontrolovat, co se týče duší, plášťů, jestli je schopné další jízdy. Před sezonou je také důležité seřadit přehazovačky. Když se zanedbá kompletní prohlídka kola, tak mohou nastat problémy, které pak jsou dražší. Ve sklepech je často vlhko, proto se musí také nechat promazat řetěz a další důležité části," vysvětluje Jan Domínek.

Bikeranch se zaměřuje na prodej čtyř značek. "Tou nejprodávanější je Kellys, jde o kola pro skupinu normálních cyklistů. Pořídíte je od 10 do 30 tisíc korun. Kvalitnější kola pro náruživější jezdce nabízíme od firmy Merida nebo Giant. Dokážeme vyhovět s kolem za 7 i za 120 tisíc korun. Nejprodávanější kolo stojí v průměru 15 až 20 tisíc, to je zlatá střední cesta na časté používání. Základní kolo, za kterým si stojíme, stojí okolo 8 až 10 tisíc a je ideální na rekreační ježdění," říkají pracovníci Bikeranch.

Častým problémem je krádež kol, Bikeranch nabízí ochranu i proti tomuto nešvaru.

"Spolupracujeme s pojišťovnou ERW a firmou Datatech. Nabízíme tedy pojistku kola chránící proti krádeži. Druhou ochranou jsou mikrotečky, které se na kolo umísťují a v případě, že se kolo najde, může se pak majiteli vrátit. Už několikrát u nás byli policisté s dotazy na kola. Týdně přijde několik lidí pro kolo, že jim bylo staré ukradeno," říká Jan Domínek s Lukášem Neduchalem.

Otevírací doba je v pondělí 12-18 hodin, v úterý a středu 10-18, čtvrtek 10-20, pátek 10-18 a v sezoně sobota 9-13 hodin. "Každý si tak může vybrat, kdy nás navštíví. Mít otevřeno do 20 hodin je pro zákazníky příjemné," upozorňují lidé z týmu Bikeranch.



Sběr nebezpečného odpadu 2015

09. 06. – út	křižovatka ul. Schoellerova - V Pačátkách	15.00 – 15.20
08. 09. – út	křižovatka ul. Schoellerova - Mezi hřbitovy	15.30 – 15.50
	křižovatka ul. Bělomlýnská - U Bílého Mlýnu (u garáží)	16.00 – 16.20
	křižovatka ul. Schoellerova - Cukerní	16.30 – 16.50
	křižovatka ul. Ke stadionu - Jizerská	17.00 – 17.20
	ul. Něvská (MŠ 120 - parkoviště)	17.30 – 17.50
	křižovatka ul. Cukrovarská - Vyhliďkova	18.00 – 18.20
	křižovatka ul. Polabská - U Zbrojnice	18.40 – 19.00



Při mobilním sběru lze bezplatně odložit tyto druhy nebezpečného odpadu: rozpouštědla, kyseliny, zásady, fotochemikálie, pesticidy, zářivky a jiný odpad s obsahem rtuti, olej a tuk (kromě jedlého), barvy, tiskařské barvy, lepidla, pryskyřice, detergenty obsahující nebezpečné látky (čisticí prostředky), nepoužitelná léčiva a cytostatika, baterie a akumulátory. Není možné odkládat: vyřazená elektrozařízení (např. lednice, televize, počítačové monitory, tiskárny, mobily, rádia, videa).

Nejbližší stabilní sběrný nebezpečného odpadu v okolí Čakovic jsou ve Vysočanech (Pod Šancemi 444/1) nebo v Libni (Vocetářova 622/1).

Blokové čištění komunikací

Žádáme řidiče o respektování DZ a aby v daný termín přeparkovali svá vozidla a tím umožnili kompletní úklid komunikace.

DUBEN	Čakovice	01. 04. 2015 – ul. Na Bahnech, ul. Řepová, ul. Kostková, ul. Bělomlýnská (slepá) v úseku nám. J. Berana – Ouhřabkova, ul. Kymrova, ul. Jindřichova, ul. Petříkova
	Miškovice	08. 04. 2015 – ul. U Strouhy, ul. Koláře Kaliny, ul. Chmelířova, ul. Rychtáře Šimona, ul. U Fořta, ul. Koláře Janovského, ul. Machnova, ul. U Vrbiček, ul. Krčmářovská
	Čakovice	15. 04. 2015 – ul. Danielova, ul. Hrdinova, ul. U Bílého Mlýnu
	Čakovice	22. 04. 2015 – ul. Na Barikádách v úseku U Bílého Mlýnu - Polabská, ul. Plajnerova v úseku U Bílého Mlýnu - Polabská, ul. Vyhliďkova v úseku U Bílého Mlýnu - Polabská, ul. Beckovská
	Třeboradice	29. 04. 2015 – ul. Babiččina, ul. Viktorčina, ul. Adélčina, ul. Jirsákova v úseku Schoellerova - Tryskovická, ul. Králova
KVĚTEN	Čakovice	06. 05. 2015 – ul. Na Barikádách v úseku Polabská - Cukrovarská, ul. Plajnerova v úseku Polabská - Církova, ul. Vyhliďkova v úseku Polabská - Cukrovarská, ul. Zámišova, ul. Církova
	Čakovické sídliště	13. 05. 2015 – ul. Marie Podvalové, ul. Blachutova, ul. Hakenova, ul. Marty Krásové
	Čakovice	20. 05. 2015 – ul. Ostravická, ul. U Párníků, ul. Jizerská v úseku Vážská - Oderská
	Miškovice	27. 05. 2015 – ul. Radonická, ul. Na Mýtě, ul. Zápská, ul. U Zbrojnice, ul. Bendlova, ul. Košatecká
ČERVEN	Čakovice	03. 06. 2015 – ul. Svitavská v úseku Něvská - Ostravická, ul. Dyjská, ul. Myjavská, ul. Něvská v úseku Vážská - Oderská
	Čakovice	10. 06. 2015 – ul. Svitavská v úseku Ke Stadionu - Něvská, ul. Kysucká, ul. Svratecká, ul. Niská, ul. Lužnická, ul. Doubravská
	Třeboradice	17. 06. 2015 – ul. Šircova, ul. Jirsákova v úseku Schoellerova - Bělomlýnská, ul. Koubova, ul. Hamplova, ul. Froňkova, ul. Čápova, ul. Svěceného
	Čakovice	24. 06. 2015 – ul. Litavská, ul. Radbuzská, ul. Úslavská
ČERVENEC	Miškovice	01. 07. 2015 – ul. Na Kačence, ul. Ke Zlatému kopci, ul. Pod Fořtem, ul. Před Skálou, ul. K Háruncce
	Čakovice	08. 07. 2015 – ul. Dr. Marodyho, ul. Otavská, ul. Ke Stadionu - parkoviště Cukrovarské bytovky
	Čakovice	15. 07. 2015 – ul. Něvská v úseku Ke Stadionu - Vážská, ul. Jizerská v úseku Ke Stadionu - parkoviště školní jídelna, ul. Ke Stadionu - parkoviště Cukrovarské bytovky
	Čakovice	22. 07. 2015 – ul. Cukerní, ul. Třtinová, ul. Krystalová, ul. Homolová
	Třeboradice	29. 07. 2015 – ul. K Teplárně, ul. V Pačátkách, ul. Navarova, ul. Barešova, ul. Kotršálova, ul. Englerova, ul. Tryskovická, ul. Pšovanská, ul. Kašeho, ul. U Staré tvrže, ul. Speciánova

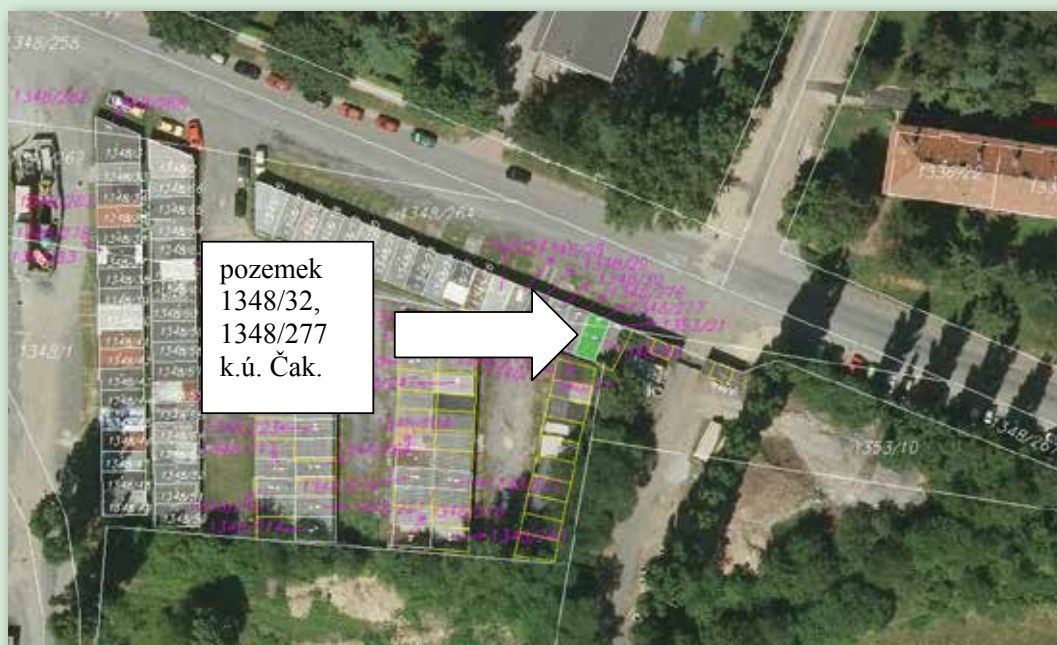
70. výročí 25. března

V letošním roce si Čakovice již posedmadesáté připomínají smutný den 25. března. V tento den před 70 lety, v roce 1945, proběhl jeden z největších náletů na průmyslový sever Prahy, tedy na oblast Vysočan, Hloubětína a také letňanskou Avii a čakovické nádraží. Největší škody tehdy bomby způsobily na čakovických domech, škole a cukrovaru. U příležitosti 70. výročí starosta Ing. Alexander Lochman, Ph.D. a jeho zástupci Ing. Jiří Vintiška a Daniel Kajpr položili věnec k pomníku u radnice, tedy na Náměstí 25. března, které bylo pojmenované právě po této smutné události.



Trhy budou v provozu od konce dubna

Trhy na Náměstí Jiřího Berana, které se konají tradičně každou středu, budou v provozu již koncem tohoto měsíce. Těšit se můžete na čerstvý mladý špenát, sazenice, pečivo, víno, květiny, uzeniny, zeleninu a řadu dalších věcí. Provozní doba trhů je od 8 do 12 hodin.



pozemek
1348/32,
1348/277
k.ú. Čak.

Rada MČ Praha-Čakovice usnesením č. USN RM 137/2015 schválila záměr pronájmu pozemků parc. č. 1348/32 o velikosti 18 m² a 1348/277 o velikosti 5 m² v obci Praha, k.ú. Čakovice včetně garáže č. 2 postavené na těchto pozemcích za cenu minimálně 5000,- Kč + DPH/rok, na dobu 2 let s možností prodloužení, za podmínky zrekonstruování stavby garáže na náklady nájemce.

Informace o činnosti Zastupitelstva MČ

» Na svém 3. jednání Zastupitelstvo MČ projednalo:

- Seznámení s rozpočtovým opatřením č. 5 z roku 2014
- Rozpočet Městské části Praha - Čakovice na rok 2015
- Revokace usnesení ZMČ č. Z-22/12.1/14
- Smlouva o zřízení věcného břemene se společností PREdistribuce, a.s. - pozemky parc.č. 1536, 1539/1, 1540, 1543/1 a 1544 vše v obci Praha, k.ú. Čakovice
- Smlouva o zřízení věcného břemene se společností Správa železniční dopravní cesty, státní organizace, v pozemku parc.č. 536 obec Praha, k.ú. Třeboradice
- Žádost o vzdání se předkupního práva - U Párníků 695,696, Praha 9 - Čakovice
- Kandidatura na funkci předsedícího u OS pro Prahu 9
- Uplatnění předkupního práva ke garáži postavené na pozemcích parc. č. 1348/67 a 1348/280 v obci Praha, k. ú. Čakovice
- Předkupní právo ke stavbě garáže postavené na pozemku parc. č. 493/8 obec Praha, k. ú. Čakovice

Zápis z jednání Rady a Zastupitelstva MČ jsou uloženy na Úřadě MČ, kde jsou zájemcům přístupné k nahlédnutí a jsou rovněž umístěny na stránkách www.cakovice.cz

V rámci schváleného rozpočtu na rok 2015 byla i letos vyčleněna částka na příspěvky pro seniory, které jsou každoročně poskytovány na masérské, kosmetické, kadeřnické služby a pedikúru.

Poukázky lze využít na těchto místech:

- Koudelková Magdaléna a Toušová Jana, Danielova 319/21, Čakovice (masáže)
- Domínková Eva, Cukrovarská 815, Čakovice (kosmetika)
- Kocmaníková Jitka, Cukrovarská 52, Čakovice (pedikúra)
- Skřivánková Iveta, Cukrovarská 815, Čakovice (kadeřník)
- Růžicková Marcela, Machnova 204, Miškovice (pedikúra a masáže)
- Kudrnová Stanislava, Radonická 130, Miškovice (kadeřník)
- Brožková Eva, Svitavská 481, Čakovice (kadeřník)
- Horáková Jaroslava, Cukrovarská 502, Čakovice (kadeřník)
- Dvořáková Hana, Něvská 584, Čakovice (kadeřník)
- Zelenková Zdenka, Fine Studio, Dr. Marodyho 912/10, Čakovice (masáže)

- Ing. Pavelková Marcela, Svitavská 416, Čakovice (masáže, parafín)
- Monika Krňanská, Kadeřnictví Bellis, Cukrovarská 83/26, Čakovice

Podmínky vydávání poukázek a jejich využití jsou stejné jako v minulém roce:

- roční příspěvek pro seniory je 250,- Kč
- příspěvek je poskytován formou vydání dvou poukázek v hodnotách 1 x 100,- Kč a 1 x 150,- Kč
- poukázky se použijí jako platidlo
- každý senior, který má trvalé bydliště na území městské části Praha – Čakovice a v letošním roce dovrší věku 60. let a více, si může vyzvednout poukázky u paní Jindry Sorokové (příjemce budovy úřadu, č. dveří 109), nebo na podatelně (č. dveří 105)
- poukázky se vydávají oproti podpisu a po předložení občanského průkazu
- poukázky jsou nepřenositelné, platí pouze pro oprávněného příjemce
- platnost poukázek končí 30.11.2015.

Celodenní výlet na Státní hrad a zámek Český Krumlov

S Klubem seniorů se vydáme dne 26.5.2015 na celodenní výlet do jižních čech, kde navštívíme zámek Český Krumlov a jeho zahrady, náměstí (oběd v Restauraci Maštal) a okolí zámku. Odjezd je z nám. J. Berana v 6.00 hod. Cena zájezdu (individuální dle věku) a podrobné informace u paní Sorokové na tel. 777 482 981, 283 061 427 nebo v kanceláři úřadu. Počet zájemců o výlet je omezen.

Klub seniorů

Přednášky na duben

15. 4. 2015 Celodenní výlet do Lázní Mšené - odjezd 8.00 z nám. J. Berana

29. 4. 2015 od 14.00 hod. PhDr. J. Sommer - „Čarodějnické procesy“

Přednášky na květen

6. 5. 2015 od 14.00 hod. IC Praha - Košíčky pletené z lýka na plastové formě

13. 5. 2015 od 14.00 hod. PhDr. J. Sommer - Ostrovy v Karibském moři

20. 5. 2015 E. Sokolová od 14.00 hod. - Vyprávění o zlaté uličce

26.5.2015 Celodenní výlet do Českého Krumlova

27.5.2015 od 14.00 hod. Vráťa Novák - Povídky o lilích

Vycházky s E. Sokolovou - Omlouváme se, ale ze zdravotních důvodů paní Evy Sokolové se do odvolání ruší vycházky po Praze. Náhradou budou její přednášky v Klubu seniorů.



Sbírka ošacení pro Diakonii Broumov

Kdy?

dne 20. dubna 2015 (pondělí)
od 13,00 – 18,00 hod.

dne 21. dubna 2015 (úterý)
od 13,00 – 16,00 hod.

Kde?

Klub seniorů, Cukrovarská 52/54,
Praha 9 – Čakovice

Naším prostřednictvím můžete darovat:

letní i zimní oblečení (dámské, pánské, dětské) • lůžkoviny, prostěradla, ručníky, utěrky, záclony, závěsy • látky (minimálně 1 m²), prosíme, nedávejte odřezky a zbytky látek • péřové přikrývky (i samotné peří), polštáře, deky a spací pytle • školní a sportovní potřeby • hračky – nezničené, rozbité Vám budou vráceny • obuv – veškerou nepoškozenou, páry svázané nebo spojené gumičkou • kabelky, batohy a školní tašky • domácí potřeby-nádoby bílé i černé, skleničky- vše nepoškozené • kožené i koženkové oblečení, bundy, pravé i umělé kožichy • prací a čistící prostředky, hygienické a toaletní potřeby

Věci, které vzít nemůžeme:

ledničky, televize, počítače a jinou elektroniku, matrace, koberce • nábytek, jízdní kola a dětské kočárky • znečištěný a vlhký textil

Upozornění:

Oděvy nenoste volně, jinak nebudou přijaty. Vhodné je dát je do krabic nebo pytlů. Vámi darované věci jsou určeny nejen dětem, ale i dospělým osobám, které se ocitly v nepříznivé sociální situaci. Poničené hračky a potrhané ošacení již nikomu neposlouží a vzniknou tím pouze vyšší náklady na jejich likvidaci. Proto vás žádáme, abyste takové věci nenosili!

Děkujeme za Vaši pomoc

Zdravá výživa u seniorů? Ano, i snadno a rychle

» Senioři často na zdravou stravu z nejrůznějších příčin nedají. Ale přitom to jde, zkombinovat trojici jednoduše, levně, zdravě. Výživová poradkyně Denisa Fuksová z Třeboradic radí v dalším pokračování rubriky „Zdraví“, jak na to.

„Senioři. V plátěné tašce si nesou svůj běžný nákup, zpravidla bílé pečivo, jogurty a polotovary v akci. Ovoce a zelenina většinou v tašce chybí, o pestrosti se hovořit nedá. Najdou se ale naštěstí i lidé, kteří se zajímají o to, co jí. Jako jedna paní z Domu s pečovatelskou službou v Třeboradicích, kterou jsem nedávno navštívila. Obrátila se na mne s prosbou o zhodnocení jejího současného jídelníčku. Přes svůj vysoký věk, onemocnění a pohybové omezení si zachovává dobrou náladu, zajímá se o věci kolem, brouzdá na internetu, jezdí na výlety. Přestože je i ona limitována výší svého důchodu, záleží jí na tom, co jí. Ví totiž moc dobře, že zdraví předurčují dva hlavní faktory – kvalita výživy a pohyb,“ říká Denisa Fuksová.

Tělo se ve stáří mění, ubývá svalové hmoty a snižuje se bazální metabolismus. S postupujícím věkem se otupují chuťové a čichové vjemy, často navíc v pokročilém věku lidé trpí nejrůznějšími nemocemi a berou léky, které také snižují chuť k jídlu. Sniženy je i pocit žízně. Hůře se vstřebávají živiny, proto je zapotřebí dbát na pravidelnou, pestrou a kvalitní stravu.

„U starších lidí můžeme pozorovat dva extrémy – podvýživu nebo naopak obezitu. Obezita často souvisí s kombinací nedostatku pohybu a nevhodné skladby stravy. Podvýživa je zpravidla výsledkem nechutenství, zdravotních komplikací, ale i ekonomickou situací či

psychickými problémy. Osamělý člověk tolik nedbá na kvalitu stolování a výběr potravin, má tendenci se odbývat jednostrannou stravou,“ upozorňuje výživová specialista.

DOPORUČENÍ PRO SENIORY

Jídlo si rozdělte na pět až šest chodů za den. Velikost porcí by měla být jen o málo menší než jste byli zvyklí ve středním věku. Rozhodně se nešidte ani nepřejídejte.

Do každého chodu zařadte bílkoviny – bílé maso, luštěniny, mléčné výrobky – nejlépe v zakysané formě, vejce. Zpomalíte tak ochabování svaloviny.

Zařadte do jídelníčku dostatek vlákniny – celozrnné pečivo, neloupanou rýži, luštěniny, vločky. Oprašte doma starou kuchařku a dopřejte si rychlá jídla z pohanky či jáhel. Vláknina je důležitá pro správnou funkci střev a pomáhá uvolňovat do těla energii postupně.

Vypijte přes den nejméně dva litry vody či neslazeného čaje a to i přesto, že nemáte pocit žízně. Tmavá moč, bolest hlavy či sucho v ústech signalizují, že pijete málo.

Každý den snězte alespoň jeden až dva kusy ovoce, preferujte ty méně sladké. Doplníte tak potřebné vitamíny, minerální látky a antioxidanty.

Ke každému chodu si dopřejte malou porci zeleniny. K snídani stačí třeba přidat papriku na chléb s tvarohem, k obědu zeleninovou polévku či zeleninu jako přílohu, k večeři salát. Nejlepší je zelenina v živé formě.

Vyhňte se bílému pečivu, dortům a sladkostem. Pouze rozkolísají hladinu glukózy v krvi, zvyšují riziko obezity a onemocnění cukrovkou.

Méně solte a vyhýbejte se výrobkům, které obsahují větší množství soli – jako např. uzeniny, sýry, minerální vody. Snižte tak významně riziko onemocnění vysokým krevním tlakem.

Doplňujte vitamin D. Chodte častěji na sluníčko a jezte ryby v jakékoli formě (steak, v salátu či v pomazánce) alespoň dvakrát týdně. Vitamin D je důležitý pro metabolismus vápníku a fosforu, tedy například i pro kvalitu kostí.

Dávejte přednost rostlinným tukům, třeba řepkovému či olivovému. Výborným zdrojem zdravých tuků jsou také ryby, semena či ořechy. Tučnému masu se vyhýbejte.

Vybírejte si taková jídla, která jsou pro přípravu časově nenáročná, ale bohatá na živiny. Pokrmy připravujte tak, aby se daly snadno konzumovat a trávit. Například ovesná kaše k snídani je rychlá, chutná a zasytí na delší dobu.

Udělejte si z jídla společenskou událost, pozvěte na oběd sousedku či kamarády. Jezte pomalu a jídlo si pořádně vychutnejte.

Nezapomeňte si vzít na nákup brýle nebo klidně i lupu. Srovnávejte obsah výrobků. Budete překvapeni. Třeba nízkotučné jogurty obsahují více cukru oproti běžným, stejně tak označení fit či linie vždy neindikuje, že se jedná o zdravý výrobek. Obecně neplatí, čím vyšší cena, tím lepší výrobek. Nakupujte chytře, vybírejte si.

Jakékoli problémy s chutenstvím či trávením konzultujte se svým lékařem. Neobvyklá barva moči či stolice, častější návštěva toalety, nezvyklá konzistence stolice či dokonce krev jsou varovným signálem a rozhodně neodkládejte návštěvu lékaře.

Nebojte se svého lékaře zeptat na výživová doporučení. Bohužel lékaři na oblast prevence velmi často zapomínají. Zvláště diabetici by se neměli spokojit s obecným letáčkem o problematice výživy pacientů s cukrovkou 2. typu. Požádejte o individuální jídelníček svého diabetologa.

Pakliže vám to zdraví dovolí, zařadte do svého denního režimu pravidelný pohyb. Vydejte se na procházku, navštivte kurzy jógy, přihlaste se do kurzu Nordic Walking. Uděláte něco pro zdraví a poznáte nové přátele. Lidé fyzicky aktivní mají mnohem nižší riziko onemocnění civilizačními chorobami a to dokonce i v případě, že mají lehkou nadváhu. Naopak hůře jsou na tom lidé obézní, ale i hubení, kteří nemají pohyb žádný.

Přeji vám, i paní S. z Domu s pečovatelskou službou, dobrou chuť, pevné zdraví a vždy dobrou náladu.

Text: Denisa Fuksová a Michal Káva



Skauti z Čakovic opět pomáhají při Českém dnu proti rakovině

» Ve středu 13. května proběhne již podevatenácté celonárodní veřejná sbírka Ligy proti rakovině. Do té se tradičně zapojuje Junák - svaz skautů a skautek České republiky a v naší městské části budou v tento Český den proti rakovině prodávat kytičky členové čakovického střediska Athabaska. Dobrovolníci z Athabasky jej budou prodávat za minimální prodejní cenu 20 korun za jednu kytičku

Hlavním tématem letošní sbírky jsou nádory reprodukčních orgánů a možnost prevence. U žen jde o gynekologické nádory, u mužů o nádory varlat. Pro letošní rok je barva stužky stříbrná.

"Najdete nás u Globusu, letňanského Tesca a potkáte se s námi také v Čakovicích. Poznáte nás podle žlutých triček. Minulý rok se našemu středisku podařilo i díky vám vybrat částku 24802 Kč. Celá organizace Junák - svaz skautů a skautek ČR vybrala 296 432 Kč. Doufáme, že letos se nám opět podaří prodat všechny kytičky a vybrat tak stejně krásnou sumu," zve občany k této charitativní akci, kterou podporuje Městská část Praha Čakovice, Adéla "Mrkev" Vorlová ze skautského střediska Athabaska.

19. ROČNÍK CELONÁRODNÍ VEŘEJNÉ SBÍRKY

13. KVĚTEN 2015

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

25 let Līga proti rakovině Praha z.s.
1990-2015

KAŽDÁ KOUPENÁ KYTIČKA JE NADĚJE NAVÍC. NEVÁHEJ A POMOZ!

dms Pomoci můžete také objedláním stužky ve tvaru DMS KVIET na číslo 87 777. Cena jedné DMS je 30 Kč. Dárkovská LPR Praha obdrží 28,50 Kč. Více na www.denprotirakovine.cz. Příspěvek můžete také na sbírku učít č. 6500055-0390. www.dms.cz

Generální partner: Česká pošta

Hlavní partner: Global Logistics

Hlavní mediální partner: Česká televize, Radiožurnál

Mediální partner: Dvojka, Právo, Světy, deník

Partneři: Město Čakovice, ZeměSvětla, ARCADE

Organizátor: Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům: Bluetech, s.r.o., Český červený kříž, Český svaz žen, Model Obaly, a.s., NEWTON Media, a.s., Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, Soleta Signum, s.r.o.

Skauti vyzkoušeli na Zimním táboře v Jizerských horách skialpinismus

» Skialpinismus je relativně nový zimní outdoorový sport. Spojuje dohromady putování po horách ve stylu běžecského lyžování a prožitky ze sjezdu kopců ať už ve volném terénu nebo po sjezdovce. Vázání lyží je přizpůsobeno jak pro volnou, tak pevnou patu. Celé kouzlo je v nandávání tzv. tuleních pásů na skluznici-

ce, čímž je docíleno protiskluzu při chůzi do kopce.

"Tento druh zimního sportu jsme si vyzkoušeli i my - skauti a skautky ze střediska Athabaska. Během února jsme se vypravili na Zimní tábor do okolí hory Smrk v Jizerských horách. Pohybujeme se především v lesích nebo po



neupravených cestách. Podívali jsme se i do Polska, kde jsme sjeli a následně vyšlapali sjezdovku. Noci jsme nestrávili v žádném hotelu nebo horské chatě, ale ve stanech nebo přímo na rozhledně Smrk. Najít vhodná místa na spaní uprostřed zasněženého lesa nebyl jednoduchý úkol. Pro stany a oheň jsme nejdříve museli patřičně upravit sněhový terén. Spaní v zimním, tichém lese ale stálo rozhodně za to," vyprávějí členové čakovického Athabasky.

"Víkend na skialpech byl, i přes otlaky a puchýře, skvělý. Skialpinismus můžeme jen doporučit," zvou s úsměvem.



Mladí hasiči se pilně připravují na další závody

» Po únorových závodech v uzlování se mladí hasiči z SDH Miškovice začali seznamovat s další disciplínou požárního sportu - požárním útokem, tedy královskou disciplínou tohoto sportu.

"Závod, kterého se hodláme účastnit, je Memoriál Františka Zvoníčka v požárním útoku v pražských Řepích, který se koná 16. května na travnaté ploše u úřadu Městské části Prahy 17," říká Lukáš Horský,

vedoucí kroužku mladých hasičů miškovického SDH.

A na co se mohou děti těšit?

"Budou mít možnost srovnat své síly se závodními družstvy z celé Prahy. Úkolem sedmičleného družstva v požárním útoku je co nejdříve nasát vodu pomocí dvou savic z požární kádě do přenosné stříkačky PS 12, na kterou se připojí hadice a rozdělovač. Se dvěma hadicovými proudy se musí v co nejkratší době trefit do terčů, které jsou od startu vzdálené šedesát metrů," vysvětluje.

Mladí hasiči se připravují v miškovické hasičské zbrojnici každé pondělí při pravidelných schůzkách. "Přesto, že nemají žádné zkušenosti, tak nácvik požárního útoku se jim daří a uvidíme, jak do kvě-



na vše vypilují. Doufám, že nám bude přát hezké počasí," těší se vedoucí kroužku SDH.

Své ratolesti do něj můžete stále přihlásit!

"Nábor nových členů do našeho oddílu stále probíhá. Vítejte děti od šesti do sedmnácti let a zájemci se mohou přijít do zbrojnice podívat každé pondělí mezi 16. a 18. hodinou. Podrobné informace mohou najít i na stránkách www.sdh-praha.miskovice.cz nebo na facebooku Hasiči Praha Miškovice," zve nové členy Lukáš Horský.



Text: Michal Káva, foto: Lukáš Horský



Od založení mládeže v Čakovicích uběhlo již pět let

» Fotbalová mládež v Čakovicích je na vzestupu. Může za to parta nadšenců, kteří se jednoho dne před pěti lety rozhodli, že se budou věnovat mládeži. O tom, jak vše začalo, pokračovalo, v jakém stavu je to nyní a co se plánuje, jsme si popovídali s trenérem mládežnických celků Davidem Vojtěchovským.

Davide, přibližte nám, jak to vše začalo?

Představte si, že před pěti lety na holé louce, bylo pouze jen pár dětí, kteří měly chuť, zápal a energii. Díky tomuto zápalu jsme se začali věnovat trénování a zároveň řídit děti k lepším výsledkům. Prožili a prožíváme všichni krásné chvíle i díky tomu, že dětský smích nám přináší radost. Vše se začalo odehrávat v květnu roku 2010, kdy jsme měli otevírat svoji první soutěž v kategorii mladší přípravky. První tréninky byly pro nás zmatené. V začátcích jsme děti museli rozdělovat tak, aby si zkrátka zahráli všichni a byl důvod ke spokojenosti všech. Jelikož těch dětí jsme měli kolem patnácti, tak na start to bylo perfektní. Nicméně děti nám chodily ve věku od pěti do osmi let, tudíž ty skoky mezi nimi byl značné. Od nás trenérů je pro ně obrovská pochvala za to, že to většina z nich ustála a nyní jsou tam kde jsou.

Kolik mládežnických týmů nyní v Čakovicích je?

Máme otevřené čtyři kategorie - předpřípravku, mladší přípravku A a B, starší přípravku a mladší žáky. A na další sezonu 2015/2016 budeme otevírat kategorii starších přípravek, proto i díky trenérům, kteří se snaží rozvíjet fotbalovou mládež, objíždějí místní kluby v nejbližším okolí a vytváří si i perfektní vztahy mezi trenéry.

Je náročné to udržet?

Musíme plánovat minimálně na další roky dopředu, rozvíjet a pomáhat dětem k vývoji a stále řešit problémy, které budou ještě nějaký čas přetrvávat. Mluvím převážně o problémech, shánět děti, rozvíjet spolupráci se školami v Letňanech, Čakovicích, shánět trenéry, nové hráče. Toto vše je plán, dokud u nás nebude otevřená kategorie mladšího dorostu. Poté je perfektní, že budeme mít zaplněné všechny kategorie a zároveň se vše ustálí.

Na co můžete nové zájemce nalákat?

Pro nové přírůstky máme připravené různé benefity, abychom přilákali více dětí. Stále se zaobíráme i tím, že v okolí máme nejlevnější příspěvky, každý hráč, který přijde, dostane klubové vybavení a jsou pro rodiče nastavená pravidla a motivační programy, kde je možné podporovat hráče ze strany fotbalového oddílu TJ Avia Čakovice takřka bezplatně. Děti jsou pro nás symbolem toho, že je zkrátka potřebujeme. Je to i díky

tomu, že doba a roky se mění a snažíme se pracovat s dětmi, tak abychom jim nebrali iluze a naopak v nich probouzeli dravost, učili je k pokoře a děti se mohly mezi sebou porovnávat.

Pomáhají vám i rodiče?

Co se týče dětí a mládeže, tak musíme nejvíce poděkovat právě rodičům, kteří jsou pro nás jakýmsi partnerem. Nejvíce nám pomáhají tím, že s dětmi prožívají zápasy a tréninky a vůbec je podporují ve sportovní aktivitě. Zároveň díky jejich pomoci můžeme rekonstruovat společně s trenéry fotbalový stadion.

Dostává klub nějakou podporu nebo se o vše stará sám?

Toto téma je pro nás největší záhada. Každý klub se stará o své hráče, tak aby se s nimi počítalo i v dospělých kategoriích. Ve fotbalovém oddílu TJ Avia Čakovice máme podporu jen u tělovýchovné jednoty. Finanční i materiální stránku si musíme řešit sami, shánět sponzory pro děti i na vybavení. Zjednodušeně jsme nadšenci a bývalí vrcholoví sportovci. Většina z nás má zkušenosti s tím, že jsme si prošli různé kluby a víme co a jak má fungovat. Obrovským přínosem je pro nás trenér Vlastimil Vyskočani, který má perfektní manažerské zkušenosti a nejdůležitější zkušenosti v oblasti atletiky. Další skvělý člověk, který má snahu o to se podílet na veškerých trénincích, organizovat rodiče a starat se o administrativní část u mládeže je Kateřina Hladík. Jeden z nejlepších mladých trenérů, který měl různé nabídky, například do Admiry Praha, se rozhodl naštestit zůstat u nás a pomáhat s vývojem, je to David Brotánek. David se specializuje na přípravky, kde má trpělivost a hlavně nejlepší herní tréninky, které se jen tak nevidí.

Kdo je dalšími členy vašeho realizačního týmu?

Trenérem, který jednoho dne přivedl svého kluka na trénink, měl ihned chuť a zápal vypomáhat a zároveň je nyní členem našeho trenérského týmu je Pavel Jirman. Nejvíce obětavý člověk, kterého jsem kdy poznal. Od letošní sezóny se k nám připojil i staronový trenér Petr Rosenhofer, který je letitý hráč, srdcař a trenér A týmu. Díky Petrovi se u nás zlepšila celkově komunikace mezi klubem a mládeží. Na závěr je tu kmenový trenér společně se mnou Michal Babka. Michal je trenér, který se postaral o to, aby se mlá-

dež rozvíjela. Znal všechny místní kluby v okolí a zároveň propagoval fotbal i v Letňanech. Nebýt jeho, tak dodnes nemáme ani internetové stránky. Trenér Michal Babka se postaral o největší úspěch v mládeži v sezóně 2014/15, kdy se postaral o organizaci a především i komunikaci na fotbalovém turnaji v Rakousku, konkrétně malé předměstí Vídně – Gerasdorf. Tento turnaj byl pro kluky velkým zážitkem i proto, že viděli poprvé své vrstevníky z Polska, Rakouska, Německa, Estonska a dalších zemí. Byla tam krásná atmosféra a kluci zažili silné okamžiky, na zápasy chodilo až 500 lidí.

Máte v plánu i další turnaje?

Další turnaje na podobné úrovni nás budou čekat rok co rok. Tento ročník se zúčastníme turnaje v Salzburgu, kde bude opět naše nejstarší kategorie reprezentovat náš klub TJ Avia Čakovice.

Jaké jsou vaše vize a plány do nejbližší budoucnosti?

Chceme se stabilizovat, motivovat trenéry a zlepšovat infrastrukturu klubu. Vždycky u nás vládla přátelská atmosféra a proto bychom chtěli, aby si kluci jednou zahráli minimálně v dospělých Pražský přebor. Myslím si, že když bu-



Trenér Michal Babka – Zleva horní řada: Martin, Marek, Pavel, Aleš, Lukáš, Jakub, Jirka, Filip – Dolní řada zleva: Martin, Tomáš, David – Brankář dole: Adam

deme v tomto rytmu pokračovat, tak je to reálná představa, aby se nám vše naplnilo. Chceme mít perfektní mládež, známou v okolí a toho musíme docílit co nejdříve, i za cenu toho, že bychom začali, řekněme například od starších žáků, přebírat větším klubům hráče. Pro nás je

jasné, že je to stále vize. A ta realita? Pokud se půjdete podívat na stadion, kde je budova momentálně v rekonstrukci, tak uvidíte pokroky, které se dělají.

Text: Michal Káva

FOTBAL ČAKOVICE

- 4. dubna 10.30 Čakovice - Kyje
- 11. dubna 17.00 Čakovice - Královice B
- 18. dubna 17.00 Dolní Počernice B - Čakovice
- 25. dubna 10.30 Čakovice - Praga B
- 2. května 17.00 Partisan - Čakovice
- 9. května 10.30 Čakovice - Kunratice B
- 17. května 17.00 Podolí C - Čakovice
- 23. května 10.30 Čakovice - Chodov B
- 30. května 15.00 Kotva - Čakovice
- 6. června 10.30 Čakovice - Štěrboholy B
- 13. června 14.00 Dubeč B - Čakovice

Pořadí po podzimní části

- 1. Čakovice 24 bodů
- 2. Partisan 23 bodů
- 3. Dolní Počernice B 22 bodů
- 4. Dubeč B 19 bodů
- 5. Praga B 17 bodů
- 6. Chodov B 17 bodů
- 7. Kyje B 16 bodů
- 8. Podolí C 12 bodů
- 9. Kunratice B 12 bodů
- 10. Štěrboholy B 12 bodů
- 11. Královice B 11 bodů
- 12. Kotva Vršovice 4 body

NÁRODNÍ HÁZENÁ ČAKOVICE

- 19. dubna 11.00 Čakovice - Žatec
- 26. dubna 15.00 Most - Čakovice
- 2. května 16.00 Záluží - Čakovice
- 3. května 10.30 Všenice - Čakovice
- 17. května 11.00 Čakovice - Litohlavy
- 24. května 15.00 Řevnice - Čakovice
- 30. května 16.00 Čakovice - Vřeskovice
- 31. května 11.00 Čakovice - Příchovice
- 7. června 11.00 Čakovice - Chomutov
- 13. června 15.00 Ejpvovice - Čakovice
- 14. června 10.30 Kyšice - Čakovice

Pořadí po podzimní části

- 1. Ejpvovice 20 bodů
- 2. Žatec 18 bodů
- 3. Vřeskovice 15 bodů
- 4. Všenice 14 bodů
- 5. Příchovice 14 bodů
- 6. Záluží 12 bodů
- 7. Kyšice 11 bodů
- 8. Čakovice 9 bodů
- 9. Řevnice 9 bodů
- 10. Litohlavy 5 bodů
- 11. Most 5 bodů
- 12. Chomutov 0 bodů

Duben je plný sportu, co si vyberete?



Foto: Michal Káva

Fotbalisté Třeboradice mají formu

- 4. dubna, 10.30: fotbal Čakovice - Kyje (7:0)
- 4. dubna, 10.00: nohejbal Čakovice - Modřice (2:6)
- 4. dubna, 13.00: fotbal Třeboradice - Královice (5:2)
- 4. dubna, 10.45: fotbal Miškovice - Bohnice (5:6)
- 4. dubna, 15.00: nohejbal Čakovice B - Žatec (5:5)
- 11. dubna, 17.00: fotbal Čakovice - Královice B
- 18. dubna, 10.00: nohejbal Čakovice - Vsetín
- 18. dubna, 10.30: fotbal Čakovice - Praga B
- 18. dubna, 10.45: fotbal Miškovice - Malešice
- 18. dubna, 15.00: nohejbal Čakovice B - Radotín
- 19. dubna, 11.00: házená Čakovice - Žatec
- 19. dubna, 17.00: fotbal Třeboradice - Vršovice

Vážení čtenáři a spoluobčané,



držíte v ruce další číslo časopisu U nás v Čakovicích a čím dál tím více se do jeho tvorby zapojujete svými náměty a nápady, které nám na redakční mail posíláte. Všechny maily si pozorně přečteme a s kolegy probereme.

Masopustní veselí i velikonoční svátky jsou za námi a teď nás čeká jaro. Začíná

se opět stavět, rekonstruovat, sportovci začínají se svými soutěžemi. A v tomto duchu se ponese i příští číslo našeho časopisu.

Připravujeme pro vás novinky k nejžhavějším tématům, která vás zajímají. Rozšíření městské policie v naší městské části, nová pošta a řada dalších perliček, které se probírají v hospůdkách, parcích, obchodech či při setkání s rodinou nebo přáteli. Od příštího čísla bychom také chtěli odstartovat životopisný seriál se slavným rodákem, fotbalovým interna-

cionálem Josefem Jurkaninem. Máte se zkrátka na co těšit, stejně jako já se těším na práci pro vás.

Neváhejte na naši adresu posílat vaše názory a tipy na články. Časopis U nás v Čakovicích je určený přímo vám a vaše příspěvky můžete posílat buď mailem na adresu unas@cakovice.cz nebo je v písemné podobě můžete zanechat na podatelně úřadu. Uzávěrka vašich příspěvků je ve středu 22. dubna..

*Těším se na spolupráci
Michal Káva, redaktor
U nás v Čakovicích*

Soutěžíme o vstupenky na pražský ligový fotbal

V minulém čísle jsme soutěžili o vstupenky na fotbalová pražská derby, tentokrát si zahrajeme o vstupenky na další domácí zápasy pražských účastníků nejvyšší soutěže. Půjde o zápasy: 25. dubna Bohemians - Teplice, 2. května Dukla - Hradec Králové a Slavia - České Budějovice.



Soutěžní otázka:

Kdo je úřadujícím fotbalovým mistrem ČR?

- a) Sparta
- b) Plzeň
- c) Slavia

Správné odpovědi posílejte pomocí SMS zprávy na číslo 724 48 28 68. Z každého čísla použijeme pouze jeden soutěžní hlas, na dvojici vstupenek se může těšit každá pátá správná odpověď. Výherce budeme kontaktovat na čísle, ze kterého nám soutěžní SMS poslal. Do soutěže je věnováno celkem 10 vstupenek, oceníme tedy pět výherců. Uzávěrka soutěže je 20. dubna

Potřebujete poradit s prodejem nemovitosti?

Ing. František Truhlář Realitní makléř

+420 733 522 662

frantisek.truhlar@re-max.cz

www.re-max/atrium



RE/MAX prodává nejvíce realit na světě



KRAJSKÉ ŘEDITELSTVÍ POLICIE HL. M. PRAHY

P Ř I J M E

v roce 2015

PO SPLNĚNÍ PODMÍNEK PŘIJÍMACÍHO ŘÍZENÍ
DO SLUŽEBNÍHO POMĚRU PŘÍSLUŠNÍKA POLICIE ČR
K UNIFORMOVANÉ SLOŽCE POŘÁDKOVÉ POLICIE

ZÁJEMCE

S MINIMÁLNĚ MATURITNÍM VZDĚLÁNÍM

Další informace:

Odbor personální

Praha 9, Sokolovská ul. 623/251

metro (B) Vysočanská

telefon: 974 891 434, 974 891 435, 974 891 439

e-mail: krpa.op.vyber@pcr.cz

Informační schůzky se zájemci se konají každé úterý a čtvrtek
(pokud je pracovním dnem) od 13:00 hod. na výše uvedené adrese.

17. ČAKOVICKÝ FESTIVAL SBOROVÉHO ZPĚVU

Termín:	Účinkující:	Místo konání:
Sobota 11. dubna 18:00	Camerata, sbormistryně J. Pavličková, V. Dvořáčková Žofáková Chorus Egrensis, sbormistryně Alexandra Benešová Bubureza, sbor GMHS, sbormistři M. Vitková, J. Rybář	Kostel sv. Remigia ul. Cukrovarská Praha 9 – Čakovice
Čtvrtek 16. dubna 19:00	Camerata, sbormistryně J. Pavličková, V. Dvořáčková Žofáková Adlibitum, sbormistr Jan Kyjovský Gaudium Praha, sbormistři Zdena a Vladislav Součková Puellea, sbormistr Vladislav Souček	Schoellerův sál Čakovický zámek, ul. Cukrovarská Praha 9 – Čakovice
Sobota 25. dubna 18:00	Broučci zpěváčci, přípravné odd. Severáčku sbormistryně A. Cančarová Houřková, R. Fryčová Kamarádi, sbormistryně Veronika Dvořáčková Žofáková Starší Broučci, sbormistryně Jitka Košatová	Schoellerův sál Čakovický zámek, ul. Cukrovarská Praha 9 – Čakovice
Středa 6. května 19:00	Camerata, sbormistryně J. Pavličková, V. Dvořáčková Žofáková Pěvecký sbor GPF, sbormistryně Ivana Šafránková Coro d'Oro, sbormistryně Ivana Remková	Schoellerův sál Čakovický zámek, ul. Cukrovarská Praha 9 – Čakovice
Středa 27. května 18:00	Kamarádi, sbormistryně Veronika Dvořáčková Žofáková DPS Šum, ZŠ Rokycany, sbormistryně Hana Štěgrová	Kostel sv. Alžběty Železnobrodská ul. Praha 9 - Kbely



► ČAKOVICKÝ FESTIVAL 2015 ◀

Pořádá Sdružení pěveckého sboru Camerata za finanční podpory MČ Praha – Čakovice a Praha – Kbely. www.cameratapraha.cz

AGENTURA VELKÁ DOBRODRUŽSTVÍ
VE SPOLUPRÁCI
S MĚSTSKOU ČÁSTÍ PRAHA-ČAKOVICE

POŘADAJÍ

ČARODĚJNICKÝ
POHÁDKOVÝ
LES

V NEDĚLI 26. DUBNA 2015 - 13:00 - 17:00
START V ZÁMECKÉM PARKU (ULICE CUKROVARSKÁ)
VSTUP 50 Kč

HERCI V KRÁSNÝCH KOSTÝMECH
ORIGINÁLNÍ HRY NA TRASE DLOUHÉ 2 KM
NA VŠECHNY DĚTI ČEKÁJÍ V CÍLI DÁRKY
VÍCE INFORMACÍ A MOŽNOST REGISTRACE NA WWW.VELDO.CZ
EMAIL: VELDO@VELDO.CZ

facebooki VELKÁ DOBRODRUŽSTVÍ

Dětský masopustní průvod se prošel Čakovicemi

Koncem měsíce února se v Čakovicích konal třetí ročník školního Masopustu, za jehož organizaci vděčíme jedné z učitelek základní školy Dr. E. Beneše, Lence Hladíkové. Akce se těší velké oblibě zejména u dětí, které mají možnost převléct se do masek a užít si tak netradičně strávené dopoledne.

V letošním roce se průvodu zúčastnilo celkem 12 školních tříd a v rámci

velmi přátelské spolupráce byli zapojeni také předškoláči ze všech mateřských škol, působících v naší městské části.

Početný průvod vycházel za zvuků harmoniky, kytar a zpěvu od základní školy. Dále děti navštívily radnici, kde jim starosta „posvětil“ masopustní průvod a rozdalo se na 400 koblih. Další zastáv-

kou byla mateřská škola v Něvské ulici, kde byl průvod ukončen.

Velký dík rozhodně patří nejen všem zúčastněným, učitelkám, radnici, ale především samotným dětem. Nezbyvá než těšit se na další ročník a věřit, že podobných akcí bude v Čakovicích přibývat.

Foto a text: Kateřina Marszálková

