

PRAHA 10



Malešická pohotovost: jak funguje? strana 2



Převezeme 500 handicapovaných strana 3



Máme nejmodernější LDN v republice strana 7



Praha 10 nové třídi i elektrozařízení strana 8

Starosta: Chceme jít v sociálních a zdravotních službách lidem naproti

Radnice Prahy 10 již delší dobu usiluje o to poskytovat lidem v desáté městské části nadstandardní zdravotní a sociální služby. V těchto dnech se také připravuje speciální brožura, která mapuje nabídku těchto služeb na desítku a která bude v dalších měsících k dispozici zájemcům o jejich využívání. Informace z ní jsou přetištěny i v tomto zvláštním vydání novin Praha 10 tak, aby z nich měl užitek každý jejich čtenář. Podle starosty Milana Richtera totiž tyto nabízené služby oslovují nejen adresně jejich příjemce, tedy seniory nebo nemocné, ale reálně všechny zdejší občany včetně těch v produktivním věku. Proč?

Jak může rozšiřování kapacit domovů seniorů a moderní vybavenost těchto zařízení oslovovat i lidi mladé či v produktivním věku?

V Praze 10 bydlí desetitisíce lidí v produktivním věku, jejichž rodiče nebo prarodiče stárnou a potřebují a samozřejmě si i zaslouží kvalitní, ale časově náročnou péči. Pro mnoho lidí je starost o jejich nemocné či stárnoucí příbuzné komplikovaná i z pohledu jejich zaměstnání a množství času. Takže tím, že nabídneme lepší a komplexnější služby sociální i zdravotní, tak kromě jejich přímých odběratelů ulehčujeme situaci i jejich příbuzným. Většina slušných lidí chápe, že starost o jejich příbuzné je především na nich a jejich rodinách. A takovým chceme maximálně pomáhat. Naším cílem není, aby se někde chodili doprošovat – naším cílem je jít jim v nabídce sociálních a zdravotních služeb naproti.

Co to konkrétně znamená?

Chceme jim v tomto speciálním vydání novin i brožuru ukázat přehlednou nabídku toho, co seniorům, nemocným nebo příjemcům sociálních služeb můžeme pomoci. Ale nejen jim – co může pomoci i jejich dětem a vnukům, rodině, která se o ně stará. Řeknu příklad: osmdesátiletá babička potřebuje na úřad vyřídit něco kvůli dokladům a ověřit podpis na nějakých listinách. Už se ale necítí tak jistá na jízdě tramvají a bojí se, že někde upadne. Její vnuk si přitom nemusí brát volno z práce, startovat auto či jet přes půl Prahy, aby na úřad babičku dovezl. Vnuk totiž ví, že radnice Prahy 10 má pro seniory službu Pojízdný úřad, kdy za babičkou přijedou zdarma úředníci až domů a tyto záležitosti s ní vyřídí. A zde publikované informace slouží k tomu, aby vnuk věděl, co, kde a jak to objednat.

Nejsou tyto poskytované služby běžným servisem, jaký poskytují i další města a obce?

Rozhodně ne. V nabídce zdravotních a sociálních služeb je Praha 10 fakticky nejdál ze všech měst a obcí z celé republiky. Intenzivně se kroky v nabídce zdravotních a sociálních služeb zabýváme deset let a dnes jsou právě tyto služby největší částí výdajů v rámci našeho celého rozpočtu. Úkolem radnice totiž není jen starat se o parky, čistotu a zeleň..., právě sociálně-zdravotní sféra je tím úkolem, na který klademe největší důraz. Proto tyto informace jsou určitým manuálem, aby si všichni uvědomovali šíři nabídky sociálních a zdravotních služeb. Ale nezůstaneme jen u speciálního vydání novin nebo tisku brožury. Připravujeme tentýž manuál i v on-line verzi na budovaných webových stránkách, kde budou všech-

ny možné situace publikovány. Aby si kdokoli snadno našel, jak postupovat v určitých situacích, na koho se obrátit, a aby v principu věděl, co může – a v případě Prahy 10 má – chtít.

Je tedy v Praze 10 poskytovaná péče nadstandardní?

Určitě ano a chci, aby lidé z Prahy 10 tento nadstandard využívali a věděli o něm. V této souvislosti je ovšem zapotřebí dodat, že Praha 10 zčásti dokon-

VŠFS absolvoval první účastník tohoto projektu a já si vzpomněl, jak bylo v prvním roce projektu dětské domovy obtížné přesvědčit o tom, že si neděláme legraci, že náš projekt opravdu myslíme vážně. Je smutné, že některé děti z dětských domovů jsou po dovršení 18 let z dětských domovů prakticky vykopnuty na ulici. Mnoho z nich se pak samozřejmě ocitá na šikmé ploše a proti tomu stojí alternativa například právě našeho studentského domu.

Praha 10 chystá letos na jaře referendum. Dotkne se také sociální či zdravotní oblasti?

Ano, dalším projektem by v Praze 10 mohlo být vybudování hospicu – zařízení pro důstojné dožití. Na jeho možnou výstavbu se chceme zeptat přímo občanů právě v chystaném referendu. Věřím, že jej podpoří.

V péči o seniory byly investovány velké prostředky do výstavby a rekonstrukcí budov, kde dostávají jejich obyvatelé nadprůměrnou péči – nedojde ale tak k většímu přesunu starých lidí do těchto zařízení?

Rozhodně ne. Je třeba si uvědomit, že i když investujeme velké prostředky do domovů či léčen, stále to je velmi malý počet lůžek ve srovnání s počtem seniorů v Praze 10. Ale tam, kde to je nezbytné nebo potřebné ze zdravotních důvodů, tak chceme, aby naši seniory měli v těchto zařízeních možnost té nejlepší péče. V Obloukové v léčebně dlouhodobě nemocných je dobře vidět, že zde je opravdová léčba na prvním místě. Zdejší špičková rehabilitace funguje pod odborným vedením docenta Pavla Koláře, předního českého a světového odborníka na fyzioterapii. Takže pacienti zdejší LDN mohou dostávat stejnou kvalitu léčby, a to pod odborným dohledem specialisty, který pečoval třeba o vrcholné české sportovce jako Šebrleho, Jágra, Neumannovou či Železného či byl členem lékařského konsilia prezidenta Havla. Ovšem pozor: i vzhledem k tomu, že naše sociální a zdravotní zařízení nabízejí tyto špičkové odborníky a zkušenosti, je těžiště naší sociální péče vzhledem k seniorům nikoliv v jejich „přesazování“ do těchto zařízení, ale ve zlepšování péče u nich doma.

Co vše se nabízí v péči o seniory v jejich domácnostech?

Celá řada služeb, které se odehrávají právě u nich doma. Vůbec nevádí, že si seniory už třeba nezvládají uvařit – my jim jídlo dovezeme. Tisíce jídel, která navíc splňují nejpřísnější výživová kritéria včetně žlučnickové nebo diabetické diety, se tak každý den dostávají na stůl našich seniorů u nich doma.

Pokračování na straně 2

Využíváte nabídku zdravotních a sociálních služeb?



Víte, že Praha 10 má řadu unikátních zdravotních a sociálních služeb, které mnohdy v jiných čtvrtích nejsou nebo zde byly zavedeny podle desáté městské části a jejich zkušeností? Ano – Dům zubní péče pro děti byl jako první takový uveden do provozu právě v Praze 10, navíc funguje i jako preventivní centrum pro děti z místních škol, a nahrazuje tak dřívější státem organizovanou zubní prevenci. Praha 10 měla také (po zavedení městských spádových pohotovostí v nemocnicích) vlastní lékařskou pohotovost pro děti i dospělé v Malešicích navíc doplněnou o dobře zásobenou nonstop lékárnu. A jistě víte i o nejmodernější Léčebně dlouhodobě nemocných ve vršovické Obloukové. Ale je řada dalších a nových služeb. V Sámově se nyní otevírá (čtěte str. 3 o termínu dne otevřených dveří) další moderní pracoviště – Dům sociálních služeb a tzv. Dům zdravotnických služeb. Víte také, že v Praze 10 se měsíčně zdarma uskuteční přes 500 jízd handicapovaných? Nebo že „pojízdný“ úřad přijede ke stovkám seniorů nad 80 let domů? Nebo že má Praha 10 prvního studenta vysoké školy, který absolvoval bakalářské studium určené dětem, které prošly dětským domovem (školné a ubytování hradí radnice)? Že díky CSOP je možné si objednat donášku obědů či nákupů, některé zdravotní služby (např. odběry krve či aplikace léků) u seniorů doma, či půjčit kompenzační pomůcky? Těmto a dalším sociálním a zdravotním službám je věnováno celé toto speciální číslo: na str. 2 a 3, a 6 a 7 naleznete potřebné informace, stejně jako kontakty na jejich poskytovatele.

Praha 10 nesouhlasí se snahami o rozprodej pozemků v Trojmezí

Svůj zásadní nesouhlas vyslovili radní Prahy 10 se záměrem pražského magistrátu prodat 20 010 m² ve sledované lokalitě pražského Trojmezí. „Snažíme se prosadit, aby Trojmezí bylo zachováno jako volně přístupná oblast se zachováním maxima zeleně a možností rekreace obyvatel přilehlých čtvrtí. Záměru odprodat jeho významnou část ve chvíli, kdy by se Praha měla snažit v tomto území naopak pozemek získat, opravdu nerozumíme a jsme zásadně proti němu,“ vysvětlil rozhodnutí rady starosta Milan Richter.

V dotčeném území je vyhlášená stavební úzvěra, Praha 10 již letos na jaře vyzvala hlavní město, aby kvůli naplnění záměru o veřejně přístupném parku vstoupilo do jednání s vlastníky pozemků v Trojmezí a pokusilo se je od nich vykoupit. V říjnu magistrát nicméně Prahu 10 opětovně požádal o stanovisko k uvažovanému prodeji zmíněného pozemku parcely č. 2868/3 v katastru Záběhlíc. A právě proti tomuto prodeji se radní Prahy 10 svým usnesením opět postavili. „Žádáme v této souvislosti všechny občany i občanská



sdržení, kterým není Trojmezí lhostejné, aby se proti tomuto záměru s nejasným cílem také postavili,“ řekl starosta. Svůj nesouhlas vyslovila radnice přitom již v září 2008, kdy se proti prodeji postavil tehdejší starosta Prahy 10 Vladislav Lipovský. Tehdy také radnice avizovala svůj cíl, aby z lokality téměř dvoustektarového Trojmezí ležícího na hranicích Prahy 10, 11 a 15 vznikl park se všemi souvisejícími návaznostmi – výletními trasami, cyklostezkami či zajištěním dopravní obslužnosti území při respektování generelu Botiče.

RED

Starosta: Chceme jít v sociálních a zdravotních službách lidem naproti

Dokončení ze strany 1

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci nabízí i další – zdánlivě jednoduché, ale z pohledu stárnoucích uživatelů skvělé – služby. Nejsou schopni si nakoupit? My jim zařídíme nákup s odnosem domů. Když chtějí jít plavat, máme pro ně kurzy plavání. Když potřebují rehabilitaci, dovezeme je tam. Bojí se doma? Pořádáme speciální instrukce a školení pro bezpečnost doma, rozdáváme bezpečnostní řetízky i osobní alarmy zdarma. Vozíme je na výlety či ozdravné pobyty, do domů seniorů pak naopak přivážíme kvalitní kulturní program.

A přirozeně maximálně podporujeme elektronickou tísňovou péči u nich doma.

To znamená, že seniori nebo nemocní mohou být ve svém domácím prostředí, a přesto pod dohledem?

Ano. Dotujeme jednak službu tísňové péče přes pevnou linku a tlačítko – takže uživatelé pak zaplatí jen zlomek ceny užitečné služby. V bytě je nainstalována jednotka s hlasitým odposlechem a tísňové tlačítko. Tísňové bezdrátové tlačítko má uživatel neustále u sebe. V případě potřeby stiskne tlačítko. Pracovník dispečin-

ku se spojí s uživatelem, aniž by se musel dostat k telefonnímu přístroji (např. pokud upadne kdekoli v bytě a není schopen vstát) a zároveň se pracovníkovi tísňové péče na monitoru zobrazí údaje a kontakty na příbuzné či jinou osobu, kterou uživatel uvedl. Na základě rozhovoru pracovník vyhodnotí situaci a zorganizuje potřebnou pomoc (návštěva sousedů, blízké osoby, záchrané služby, policie, hasičů). Tuto službu poskytuje CSOP Praha 10 již několik let a je typickou ukázkou toho, že právě děti a vnoučata svým prarodičům doporučují tuto službu, protože i oni budou

klidnější, že je jejich rodina pod stálým dohledem a že je v Praze 10 o jejich příbuzné postaráno. Před časem jsme tísňovou službu rozšířili i o mobilní verzi. Naše sociální pracoviště vytypovalo tisíc nejpotřebnějších seniorů – především příjemce příspěvku na péči ve II. stupni evidence sociálního odboru a vyspecifikovali klienti CSOP 10, u nichž hrozí kolaps při pobytu venku, např. diabetes. Těmto jsme dokonce tyto SOS mobily pro seniory pořídili a předplatili jim půlroční paušál volání na tísňovou linku.

To asi ocenili nejen oni, ale především jejich děti a vnuci...

Přesně tak! A tím se dostáváme zase na začátek, že sociální a zdravotní služby nejsou určeny jen jejich přímým „odběratelům“, ale všem, jejich dětem, příbuzným, rodině a přátelům. Naším cílem je, že slušnost by neměla poškozovat ty, kteří cítí zcela přirozenou morální povinnost se postarat o své stárnoucí, nemocné nebo invalidní příbuzné. Ti by neměli být „trestáni“ tím, že by najednou byli na celou péči sami. Navíc je třeba si uvědomit, že místa s absencí vysoké úrovně nabídky sociálních a zdravotních služeb často vedou právě ty slušné a starostlivé příbuzné do soci-

ální pasti. Třeba tím, že by kvůli nízké nabídce sociálních a zdravotních služeb v okolí měli problémy v zaměstnání. A je jedno, o koho se jedná. Třeba o matku, která by si musela vzít dovolenou nebo debatovat se šéfem, který ji logicky potřebuje v práci, a následně jet přes celé město do Motola s dítětem na zubní pohotovost, když může využít tu naši ve Strašnicích. Takže proto doporučuji tyto informace všem z Prahy 10. Proto speciál novin, brožura, dny otevřených dveří v nově otevřených zařízeních, webové stránky. Praha 10 toto dělá pro vás i vaše blízké.

Lékařská služba první pomoci pro děti i dospělé

Zcela ojedinělou možnost výběru lékařské pohotovosti v rámci hlavního města mají obyvatelé Prahy 10 – pohotovost funguje i v malešické poliklinice. V Praze je pět hlavních městem zřízených pohotovostí ve fakultních nemocnicích (spádová pro Prahu 10 je ve FNKV pro dospělé, pro děti pak je v dosahu Thomayerova, Bulovka nebo Karlovo nám.). Navíc zřídila radnice Prahy 10 a provozovatel polikliniky, společnost Medifin, další lékařskou službu první pomoci v noci a během víkendů a svátků pro dospělé i děti v malešické poliklinice. Radnice na provoz pohotovosti přispívá z rozpočtu již pátým rokem tak, aby občané Prahy 10 měli k dispozici nadstandardní lékařský servis.

KONTAKTY

Lékařská služba první pomoci pro dospělé
vedoucí lékař: MUDr. Oldřich Luňák
hlavní sestra: Lucie Michalů
tel.: 281 019 213, 274 810 990
e-mail: lspp@medifin.eu
Plaňanská 573/1, 108 00 Praha 10

Lékařská služba první pomoci pro děti
vedoucí lékař: MUDr. Marie Čiháková
hlavní sestra: Jana Muchová
tel.: 281 019 244
e-mail: dlsp@medifin.eu
Plaňanská 573/1, 108 00 Praha 10



MUDr. Oldřich Luňák vede malešickou pohotovost pro dospělé již několik let. Jistě se tedy dá konstatovat, že přehled o akutním zhoršení zdraví obyvatel Prahy 10 během noci a víkendů má velmi kvalifikovaný.

Komu může prospět dospělá i dětská pohotovost v Malešicích?



Každého z nás občas přepadne zdravotní problém v tu nejnevhodnější dobu jako v noci či o víkendu, a to se obvykle o svých potížích nemůžeme poradit se svým praktickým lékařem – někdy by stačil jen krátký rozhovor s ním, abychom se ujistili, že se nejedná o nic vážného. Anebo

by naopak usoudil, že je ihned třeba předepsat léčbu a vhodnou medikaci, či by nás dokonce poslal do nemocnice. V těchto a podobných situacích se s důvěrou i v noci či o víkendech obraťte na naši „pohotovost“ pro dospělé i děti v budově malešické polikliniky. Zde vás naši zkušení lékaři rádi vyšetří anebo vám mohou poskytnout cenné rady i v rámci telefonické konzultace.

Jakou máte ordinační dobu?

Ordinační dobu máme v pracovní dny od 19:00 do 07:00 hodin následujícího dne. Během víkendů a svátků zajišťujeme

pohotovostní službu pro děti i dospělé nonstop 24 hodin. Smluvní pojišťovny jsou: VZP, VoZP, HZP, OZP, ZPŠ, ZPMV, RBP, ZP-MA, ČNZP.

Co může pohotovost nabídnout?

Naše LSPP v Malešicích jako jediná v Praze má možnost na počkání stanovit CRP (C reaktivní protein) množství bakteriální infekce v těle. Další možná vyšetření na pohotovosti jsou orientační vyšetření moče, oxigenace organismu a klasické vyšetření a ošetření při drobných úrazech, aplikace injekcí a zajištění základních vitálních funkcí u dětí i dospělých. Nezbytným komplementem je okamžité vyzvednutí a zakoupení léků a podpůrných preparátů v nonstop lékárně, která je v uchu do polikliniky.



Služby poskytované Centrem sociální a ošetrovatelské pomoci

CSOP od svého založení v roce 1994 za podpory zřizovatele, kterým je městská část Praha 10, stále rozšiřuje svou nabídku poskytovaných sociálních služeb. V současné době zajišťuje provoz pečovatelské služby, domácí zdravotní péče, domu zvláštního určení, domovů pro seniory s trvalým pobytem, půjčovnu kompenzačních pomůcek, kluby seniorů a úsek veřejného opatrovnictví.

Pečovatelská služba je jednou z největších sociálních služeb v Praze 10, zajišťuje péči pro více než 1300 klientů. Výrazně podporuje všechny své klienty – převážně seniory, aby mohli co nejdéle v optimální psychické a fyzické pohodě setrvat doma a žít život mezi svými blízkými a přáteli, bez nutnosti trvalé podpory druhé osoby. Poskytuje svým klientům například dovoz nebo donášku oběda, nákupy a pochůzky, běžný úklid, pomoc při osobní hygieně či kontakt se spo-

lečenským prostředím formou doprovodu klientů na úřady a k lékaři apod. Podpora a pomoc vychází z individuálních potřeb jednotlivých klientů, respektuje a pomáhá zachovat jim takový styl života, na který byli zvyklí. Služba je zajišťována občanům Prahy 10 v jejich domácnostech, profesionálními pečovatelkami, které jsou klientům k dispozici 7 dní v týdnu (7.00–19.00 hod.). Domácí zdravotní péče je velmi potřebným a důležitým doplňkem komplexu sociálních služeb

VEDOUcí PEČOVATELSKÉ SLUŽBY

Tel.: 271 745 880, 733 643 960
e-mail: holicka@csop10.cz

KOORDINÁTORKA PEČOVATELSKÉ SLUŽBY

Tel.: 272 173 034, 733 643 958
e-mail: brandejska@csop10.cz

VEDOUcí DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE

Tel.: 272 730 813, 603 532 257
e-mail: volbrechtova@csop10.cz

CSOP, protože poskytuje přímo v domácnosti klientů odborné zdravotnické služby ordinované praktickým lékařem, jako jsou odběry krve a biologického materiálu, převazy, aplikace inzulínu, podávání léků a jejich příprava apod.

Péče je plně hrazena zdravotní pojišťovnou a je vykonávána registrovanými zdravotními sestrami s dlouholetou praxí. Nabízena a prováděna je i ošetrovatelská rehabilitace u klientů s neurologickým onemocněním, po operacích nebo po úrazech.



Pomoc v kuchyni, s nákupy, s hygienou či doprovodem lékaři – i takový servis dostávají obyvatelé Prahy 10.

Bez Pečovatelské služby bych se jen těžko obešla, říká paní Ludmila Jelínková (89) ze Strašnic. Bydlí v bytě, který sama se svým manželem a sousedy stavěla v rámci družstevní výstavby. Pracovala do 74 let. Má sestru, ale protože už jsou obě starší dámy, tak se téměř nevidají.

I proto jste začala využívat pečovatelskou službu?

Ano. Vždy se těším, až přijde moje pečovatelka – je to můj jediný host. Sama totiž nemůžu už nikam. Nevládnou vše, co bych chtěla. Proto jsem ráda, že přijde, nakoupí mi, umyje nádobí, pomůže mi v kuchyni se vším, co potřebuji. Díky ní mám stále byt jako kličku, protože sama již nevládnou vše tak pečlivě uklidit jako dřív. Sama už se nedostanu do sprchy, tak mi pomůže a bezvadně mi umyje záda, protože tam si už nedosáhnu. Pokud potřebuji tak mě doprovodí i k lékaři nebo na nákupy.

Takže jste se službou spokojená?

S pečovatelkou mám jistotu a užívám si i to, že se dostanu ven mezi lidi. Bez její pomoci bych nemohla téměř nic. Dnes si život bez pečovatelky už nedovedu ani představit.

SOLOVO ZASTUPITELE

Při sestavování rozpočtu obezřetně zvažujeme všechny aspekty



Antonín Weinert, ČSSD

Než jsem se pustil do psaní tohoto textu, zamýšlel jsem se nad tím, o čem by to mělo být. Našel jsem i svůj článek z roku 2001, který byl napsán také u příležitosti nového roku. Je to zajímavé porovnání problémů dnešních a těch před jedenácti lety. Tehdejší věčné problémy, jako dostavba DPS

Zvonková, transformace Obloukové na LDN, privatizace bytů, byly úspěšně dořešeny. Otázky politické etické a morální však stále zůstávají a trvají. Stále se vede boj o to, aby politická reprezentace na všech úrovních naplňovala a vykonávala požadavky občanů své země, svého kraje, své obce. Co se od té doby velmi změnilo, je fakt, že občané mnohem více a mnohem důsledněji než před jedenácti lety kontrolují a vyjadřují se k práci politiků. A to je dobře a mělo by se pokračovat i v tomto roce. Ale jaký to všechno

mělo vliv na nás, na ty, co pracují v komunální politice? Komunální politika je na „velké“ politice závislá jen programem té které strany. Jinak jsou komunální politici ve svém rozhodování nezávislí na svých stranických špičkách a sekretariátech. Lidé, kteří pracují na radnici a v zastupitelstvech jsou prostými občany se vším všudy. Žijí se svými spoluobčany a jsou s nimi v denním styku. Znají jejich problémy a snaží se je řešit. Zde, na rozdíl od „velké“ politiky, odtržení od občanů nehrozí. A politických témat pro rozhodování a zajištění

chodu obce není mnoho. Také existuje jen velmi málo témat, které by šlo rozlišit optikou „pravice-levice“. Jsme otevření vašim názorům a budeme je respektovat, pokud to bude možné.

Rok 2012, jak asi většina z nás cítí, nebude jednoduchý. Ne proto, že mayský kalendář končí 2012 a někteří si myslí, že bude konec světa, ale proto, že Evropa, které jsme součástí, stojí před velkými problémy a jejich řešení bude bolestné i pro naši zemi. A tím pro nás pro všechny.

Pokračování na straně 4

Dům sociálních a zdravotnických služeb Sámova

Nejmodernější sociálně-zdravotní zařízení pro seniory v hlavním městě Praze a zřejmě i v České republice vytvořilo jedinečný komplex s Domem s byty zvláštního určení v Sámově ulici v Praze 10. Výstavba nového objektu začala v roce 2010 a dokončena byla koncem roku 2011. Skládá se ze dvou samostatných částí a to tzv. Domu sociálních služeb a tzv. Domu zdravotnických služeb.

V Domě sociálních služeb jsou poskytovány dvě sociální služby, jednou je domov pro seniory s kapacitou 40 uživatelů a druhou odlehčovací služba s kapacitou 6 uživatelů.

Posláním sociálních služeb v tomto domě je hlavně poskytovat komplexní, kvalitní, individuálně zaměřené celoroční pobytové služby uživatelům tak, aby byly srovnatelné s běžným způsobem života a aby umožnily našim uživatelům prodloužit si v co největší možné míře aktivní způsob života, soběstačnost a důstojnost.

K dosažení tohoto poslání slouží kromě jiného podpora klientů při běžných denních činnostech, ale také jiné aktivizační činnosti nabízené uživatelům tak, aby si měli možnost vybrat z různých druhů a množství nabízených činností. V domě je k dispozici také společenská místnost, která příležitostně slouží jako kavárna s filmy pro pamětníky. Tato aktivita je vhodná jako vzpomínková terapie na procvičování paměti. Uživatelé služby mohou také využít přímo tři místnosti k terapiím určené, ve kterých každý pracovní den jak dopoledne, tak odpoled-

ne probíhají terapie pod vedením aktivizačních pracovníků. Jedná se třeba o činnosti zaměřené na procvičení jemné motoriky: práce s hlinou a sklem, tkaní, vyšívání, malování. Klientům se dále nabízí literární odpoledne, kde si uživatelé předčítají z různé literatury nebo i tisku a pak na dané téma diskutují, relaxačně-vzpomínkové činnosti, které jsou zaměřené na poslech hudby vždy na jiné téma, či taneční odpoledne s čajem. Domov nabízí také možnost duchovní péče, ale i činnosti uživatelům blízké z domácího prostředí, zaměřené na udržení sociálních dovedností, jako je vaření a pečení. Také množství dalších aktivit, které probíhají přímo v pokoji uživatelů, a to například individuální fyzioterapie, bazální stimulace či canisterapie. K fyzioterapii slouží také speciálně vybavená místnost, ve které provádí terapii specializovaný pracovník. Další výhodou tohoto domu je prostorná tělocvična, která slouží k provádění cvičení pro kardiaky, tai-či, józe ale i například břišnímu tanci či jenom relaxačnímu cvičení. Tato místnost, protože je mimo jiné

vybavená šatnami a sprchami jak pro ženy, tak muže, výborně slouží ve vyhrazených dnech i zájemcům o pohyb z Domu zvláštního určení v Sámově ulici.

V druhé části komplexu zase nabídne kvalitní ošetrovatelské, ale i zdravotnické zázemí se dvěma operačními sály zaměřenými zejména na ortopedii a chirurgii. Bude poskytovat i následné služby jako například rehabilitaci. V zařízení je také lůžková část pro krátkodobou hospitalizaci.

Jedná se o nejvyšší investici v historii sociálních služeb městské části Praha 10 ve výši 270 milionů korun.

KONTAKT:

Ředitelka CSOP Jana Vojtová
Tel.: 271 747 149
e-mail: vojtova@csop10.cz

9. 2. 13:00–18:00

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ DOMU SOCIÁLNÍCH A ZDRAVOTNICKÝCH SLUŽEB SÁMOVA

A také výstava fotografií pana Jiřího Veselého, které dokumentují průběh výstavby tohoto zařízení.



Přijďte se podívat na den otevřených dveří 9. 2. do Sámovy.

Městská část Praha 10 se snaží stále zkvalitňovat sociální a zdravotní služby. Svědčí o tom i výstavba moderního sociálně-zdravotního zařízení pro seniory v Sámově ulici, ojedinělého v hlavním městě Praze a zřejmě i v České republice. Rozvojem sociálních služeb se v současné době zabývá místostarosta Prahy 10 pro tuto oblast Vladislav Lipovský.

Co vás vedlo k realizaci tohoto městské části největšího sociálně-zdravotnického projektu?



Vycházeli jsme z potřeb naší městské části. Ta je, co se týká demografického vývoje, obvodem s nejstarší strukturou obyvatelstva. Proto se snažíme na tuto skutečnost reagovat a na základě vytvořené koncepce sociální služby rozšiřovat a zkvalitňovat, abychom našim seniorům umožnili prožít co možná nejkvalitnější stáří.

Jaké služby nabídne nové zařízení budoucím klientům?

Poptávka je hlavně po pobytových službách, což nám v tomto ohledu umožní uspokojit další část zájemců. Vybrat si budou moci i ze škály terapií. K dispozici budou mít také tělocvičnu k pohybovým aktivitám a podobně.

Služby budou moci využívat pouze klienti domova, nebo i další senioři?

Naším záměrem je toto zařízení co nejvíce otevřít. Samozřejmě, že v tomto ohledu musíme preferovat klienty, ale na druhou stranu chceme, aby to v domově trochu žilo. Proto se pokusíme vše sladit tak, aby do zařízení měli přístup i jiní senioři a mohli některé služby využívat.

Můžete být konkrétnější?

Například klienti ze sousedního Domova s pečovatelskou službou Sámova by mohli využívat ve vyhrazených časech třeba tělocvičnu nebo keramickou dílnu. Vše bude záležet ale na nastavení denního režimu pro klienty a na zájmu ostatních seniorů o vymezený čas pro jejich aktivity. Po zavedení služeb, jejich stabilizaci a využití uvidíme, co ostatním seniorům budeme schopni ještě nabídnout.

Kdy by se měli v zařízení objevit první klienti?

Předpokládáme, že nové klienty přivítáme v zařízení začátkem dubna tohoto roku.

Pojízdný úřad a dopravní služby pro zdravotně postižené

Pojízdný úřad

Pojízdný úřad zřídila městská část Praha 10 jako jedna z prvních v České republice v rámci standardizace poskytovaných služeb. Reagovala tím na problematiku seniorů, kteří se kvůli zhoršenému zdravotnímu stavu jen těžko dostávají na úřady k vyřízení nejnmutnější agendy. Proto je tato služba určena především občanům nad 80 let věku. Služba umožňuje seniorům vyřídit si potřebné záležitosti v klidu a v domácím prostředí. V případě potřeby je úředník navštíví přímo v bydlíšti. Lidé si mohou takto vyřídit nový občanský průkaz, výpis z trestního rejstříku, výpis z katastru nemovitostí a podobně. Ročně tuto službu využívá téměř 500 lidí.

KONTAKT:

Odbor občanskoprávní
ověřování tel.: 267 093 368
občanské průkazy tel.: 267 093 625
odbor sociální tel.: 267 093 562
odbor školství a kultury tel.: 267 093 681

Doprava občanů

Jako jedna z prvních v metropoli zavedla městská část Praha 10 v roce 2005 bezplatnou službu dopravy zdravotně znevýhodněných osob. Tuto pro občany se zdravotním postižením velmi užitečnou službu zajišťují tři mikrobusey. Dva vozy jsou vybaveny výsuvnou plošinou pro nástup osob na vozíku. Služba se stala nezbytnou lidem, kteří by se bez cizí pomoci jen složitě dostávali do práce, k lékaři nebo si vyřídili věci na úřadech. Umožňuje jim tak částečnou soběstačnost při zajišťování běžných životních potřeb. Jedinou podmínkou pro žadatele o přepravu je, že musí být držitelé průkazu ZTP nebo ZTP/P a mít trvalé bydliště na území MČ Praha 10. Služba je zajišťována každý všední den, a to především na území MČ Praha 10 a v přílehlých lokalitách. Je koncipována i s ohledem na komfort cestujících, a proto zahrnuje i osobní asistenci při nástupu do vozu a výstupu z něj.

KOORDINÁTOR DOPRAVY

tel.: 724 122 797



Dva vozy uskuteční měsíčně 500 jízd handicapovaných z Prahy 10 zdarma. Od letošního února budou tři.

Domov seniorů Zvonková

Moderní oddělení pro klienty s Alzheimerovou chorobou i Domova seniorů Zvonková nechala vybudovat městská část Praha 10 na přelomu let 2011 a 2012. Zařízení pro osmnáct klientů nabízí evropský standard služeb spojených s bohatou škálou terapií. Ty jsou navíc doplněny o různé pohybové aktivity a cvičení, četbu a další možnosti rozvoje paměti.

Ubytování je zajištěno v jednolůžkových, dvoulůžkových a třílůžkových pokojích. Kromě pobytových služeb jsou k dispozici i další dvě lůžka pro odlehčovací službu rodinám, které se o svého blízkého po většinu roku starají a chtějí třeba odjet na dovolenou. Po tuto dobu ho budou moci do toho zařízení umístit. V rámci nabízených služeb jsou i venkovní aktivity, jako kuželky, zahradní Člověče, nezlob se nebo posezení s grilováním, tancem a hudbou aj.

Oddělení je provozováno v rámci Domova seniorů Zvonková, který poskytuje i další čtyři významné sociální služby,

a to domov pro seniory s kapacitou 20 uživatelů, odlehčovací službu s kapacitou 4 uživatelů, pečovatelskou službu v bytech zvláštního určení s kapacitou 31 bytů a domov se zvláštním režimem s kapacitou pro 18 uživatelů.

KONTAKTNÍ ÚDAJE:

Domov seniorů Zvonková
Zvonková 2902/6, 106 00 Praha 10,
vorackova@csop10.cz
tel.: 272 173 033, 776 357 007

31. ledna od 11:00

otevření nové zrekonstruované části DS Zvonková pro postižené Alzheimerovou nemocí.

Dům zubní péče o dítě a rodinu

Dětská zubní péče a primární prevence jsou již třetím rokem v Praze 10 řešeny v úzkém partnerství městské části a Domu zubní péče vedeného doktorem Jiřím Pekárkem ve Strašnicích. V současné době má toto zařízení 4 ordinace a na jeho činnosti se celkem podílí 4 zubní lékaři, několik sester a instrumentárek a také dentální hygienistka. Dům vznikl opravou zchátralé budovy bývalé Lékařské služby první pomoci, na rekonstrukci objektu za jedenáct milionů korun přispělo také ministerstvo zdravotnictví. Zubní péče u nás zaostává, rozpadly se zavedené programy primární i sekundární zubní prevence, jako byly fluorizace a kolektivní školní prohlídky. Navíc dětské zubní ordinace fungují pro dětské pacienty z Prahy 10 i jako preventivní centrum.

MUDr. Jiří Pekárek v roce 1990 založil Lékařskou komoru stomatologů a vedl ji, od roku 1991 do roku 2009 byl prezidentem České stomatologické komory. V roce 2008 založil a vede Dům zubní péče pro dítě a rodinu v Praze 10. Předtím pracoval 14 let (1976–1990) na Dětské stomatologické klinice v Motole, později do roku 1996 vedl Stomatologickou kliniku ve FN Královské Vinohrady, a také od roku 1994 do roku 2000 vedl soukromou praxi.

Proč zubní dům pro děti a co v něm nabízejí?

V současné době má mnoho rodičů problém najít zubního lékaře, který by pečoval o jejich děti. Zubní lékaři často odmítají dětské pacienty ošetřovat, protože nemají dostatečné zkušenosti. Tyto důvody mě vedly k realizaci Domu zubní péče o dítě a rodinu ve Strašnicích v roce 2008 a následně



o dva roky později v další části Prahy. Za podpory radnice bylo vybudováno moderně vybavené zdravotnické zařízení s prostředím přívětivým pro ošetřování dětí. Dentální tým se zabývá především prevencí a léčbou kazů a dalších stomatologických onemocnění u dětí do 18 let. Vedle běžné péče byly zřízeny i speciální poradny, ve kterých se dětem věnují externí odborníci z parodontologie, ortodontie a jiných oborů. Důležitou součástí naší práce jsou i preventivně-naučné programy, které probíhají v mateřských a základních školách v Praze 10 i přímo

v učebnách těchto zdravotnických zařízení.

Jaké máte ordinace hodiny?

Dům zubní péče o dítě a rodinu funguje ve všední dny od 8:00 do 19:00 hodin. Pohotovost pak ve všední dny od 17:00 do 21:00 hodin, sobota a svátek 8:00–14:00 a neděle 14:00–20:00. Příjem pacientů je ukončen 30 min. před ukončením ordinace doby zubní pohotovosti.

Ošetřujete i dospělé?

Ošetřování dospělých pacientů starších 18 let je možné za přímé platby.

KONTAKT

Dětská zubní pohotovost
- Dům zubní péče o dítě a rodinu
vedoucí lékař: MUDr. Jiří Pekárek
Nad Olšánami 4, Praha 10 - Strašnice
tel.: 733 15 15 15
dumzubnipiece@pekarek.eu



Ve Zvonkové stejně jako ostatních zařízeních pro seniory je postaráno o pestré a zajímavé akce i o pohyb a zábavu.

Během sněhových kalamit se budou v Praze solit chodníky

Vedení Prahy posvětilo 19. ledna vyhlášku o schůdnosti komunikací, během sněhových kalamit se budou v metropoli chodníky opět solit. Nařízení začne platit od února. „Použití chemických materiálů při posypu chodníků bylo vyhodnoceno jako nejlepší varianta,“ vysvětlil radní Lukáš Manhart (TOP 09).

Podle magistrátu se rozhodně nebude používat plošně. „Pouze na strojově ošetřovaných úsecích, kde je možno regulovat dávkování. Současně s tím jsme zařadili do této skupiny i schody a lávky pro pěší, kde dochází často k námrazám a hrozí na nich vyšší nebezpečí úrazu chodců,“ říká Manhart. V novele vyhlášky stojí, že sol se bude využívat pouze na vybraných chodnících, kde nehrozí, že by slaný roztok mohl odtékat



do zeleně. Novela také povoluje využití soli v případech extrémních jevů, jako jsou ledovka nebo mrznoucí déšť. Solení se ale nelíbí Straně zelených. Podle nich je solení chodníků velmi neekologické a nebez-

pečné. Poškozuje tlapy psů a jiných domácích zvířat nebo také karoserie automobilů, ničí řetězy a převodová zařízení kol a motocyklů, způsobuje škody na obuvi.

RED A DENISA ŠINDLEROVÁ

Při sestavování rozpočtu obezřetně zvažujeme všechny aspekty

Dokončení ze strany 2

Největším problémem je nedostatek rozpočtových příjmů a tím hrozba krácení výdajů rozpočtů na všech úrovních, včetně Prahy 10. Budeme muset mnohem obezřetněji zvažovat, kolik peněz půjde na školství, sociální věci, kulturu, investiční akce, opravu bytového fondu. Budeme se všichni snažit rozhodnout tak, abychom neparalyzovali žádnou oblast života Prahy 10.

Tento rok bude skromnější než předcházející léta. Ale nemělo by nás to odradit od chuti do života. Prožijme si všichni co nejvíce krásných chvil a okamžiků. Nenechme se unést skepsí. Jen pozitivní přístup k životu nám umožní projít rok 2012 bez symbolické ztráty kvě-



tinky. K tomu všemu vám přeji pevné zdraví a pevné nervy.

ANTONÍN WEINERT, ČSSD

ZASTUPITEL A RADNÍ PRAHY 10, PŘEDSEDA ČSSD PRAHA 10

PRAŽSTÍ POLICISTÉ VARUJÍ

Ahoj, jsem Honza a je mi 17 let, chceš si se mnou psát?

Na internetu komunikujte jen s těmi, které osobně znáte!

Pachatel díky sledění na sociálních sítích měl dokonalý přehled o pohybu, zálibách a kamarádech své oběti. Oběť následně vydíral a nutil k sexuálním praktikám před webovou kamerou. Divka skončila s psychickou poruchou v péči lékařů.

Chraňte si své soukromí!

Pachatel nejprve svoji oběť požádal o pomoc při hledání cesty na mapě. Následně jí slíbil, že jí za odměnu svezde do školy a dobije kredit na mobil. Oběť pak odvezl na polní cestu, kde ji zbil, okradl a znásilnil.

Pravidlo, že s cizími lidmi nemluvíme, nic si od nich nebereme a nikam s nimi nechodíme a nejezdíme, neplatí jen pro malé děti!

158

Některé chyby mohou člověka poznamenat na celý život!

...najdeme vám lepší práci!

SPRÁCE.CZ

OK www.ok-tex.cz
272 731 607
TEX 603 425 347

- MALÍŘSKÉ A LAKYRNICKÉ PRÁCE
- VNITŘNÍ DEKORAČNÍ OMÍTKY Z USA
- LEPENÍ OZDOBŇCH LIŠT A ROZET
- ŠTRÍKANÉ TAPETY • ANTICKÉ MALBY
- ŠTUKOVÁNÍ PANELŮ
- PLOVOUCÍ PODLAHY, KOBERCE, LINA vč. pokládky

Maskování ploch mic. fólií, sestěhování nábytku, odstranění tapet.

DOPRAVA PO PRAZE ZDARMA!

SC-310831/23

www.nasepraha10.cz

ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ
224 214 617, 604 207 771

SC-311896/05

NETTO S.R.O.
DAŇOVÉ PORADENSTVÍ
ODKLADY DAŇOVÉHO PRÍZNÁNÍ DO 30. ČERVNA
ZASTUPOVÁNÍ PŘED FÚ
OPTIMALIZACE

**VEDENÍ ÚČETNICTVÍ
PLNÝ MZDOVÝ SERVIS**

nám. Barikád 3, 130 00 Praha 3
tel.: 277 775 280, 222 582 018
mail: netto@netto-audit.cz

SC-311897/01

www.netto-audit.cz

KOHOUT REALITY SPECIALISTA PRO PRAHU 10

Kohout reality
Tel.: 274 784 368, 9
Fax: 274 784 409
Mobil: 602 21 21 21
www.kohout-reality.cz

17 let na trhu

Jaký byl realitní trh s byty před deseti lety v porovnání se současností?

Před deseti lety byl trh s byty naprosto odlišný. Trh se rozjel především v r. 2000, kdy zájem o byty rapidně stoupl. Tímto zájmem se ceny nemovitostí posunuly až na horní hranici do roku 2008. Pak nastala krize, která byty opět stlačila směrem dolů až o 30 %, záleží na lokalitě. Tyto ceny se drží stále.

100m od metra A Strašnická, Mrštíkova 3299/30

PRODEJ BYTŮ

Exkl. OV garsonka, 26 m ² , cihla, P7, ul. Veverkova	1.850.000
Exkl. OV 1+kk, 30 m ² , P10 Hostivař	1.380.000
Exkl. OV 1+1/L, 34 m ² , Praha - 8, Troja	1.690.000
Exkl. OV, 2+kk, 43 m ² , P8, Kobylisy	1.590.000
Exkl. DV 2+kk, 43 m ² , P4 ul. Pšencíkova	1.799.999
Exkl. OV 2+kk/L, po rek. 44 m ² , P9 Černý M.	1.999.999
Exkl. OV, 2+kk, 46 m ² , P7, Holešovice	2.699.999
Exkl. OV 2+1, 54 m ² , P8 Troja	1.999.999
Exkl. OV 2+1, 44 m ² , P4, Michle	1.899.999
Exkl. OV, 2+1, 62 m ² , P9, Vysočany	2.399.999
Exkl. DV, ihned do OV 3+kk, 66 m ² , po rek., P-10	2.999.999
Exkl. OV 3+1, 68 m ² , cihla, P10 Strašnice metro	3.250.000
Exkl. OV 3+1/2xB, 72 m ² , cihla, P-5 Divčič hrady	2.999.999
Exkl. OV 3+1/L-zasklená, 60 m ² , P 9 Prosek	2.099.999
Exkl. OV 3+1/L, 79 m ² , P5 Stodůlky	2.199.999
Exkl. OV, 4+1/L, 90 m ² , P5, Hlubočepy	2.989.999
Exkl. Stav. poz., 541 m ² , klidné místo P10 Hostivař	2.845.250

SC-312099/01

AUTOŠKOLA S LIDSKÝM PŘÍSTUPEM

VÝUKA A VÝCVIK VŠECH SKUPIN ŘO
Podjavorinské 1600/3, 149 00 Praha 4
UČEBNICE A VÝUKOVÁ CD KE KURZU ZDARMA

AUTOŠKOLA KING
500 Kč
PO PŘEDLOŽENÍ
TOHOTO INZERÁTU
777 180 708

www.autoskolaking.cz

**Inzerce v novinách Praha 10**

Renáta Čížková
telefon: 777 114 473, 222 980 260

cizkova@ceskydomov.cz

Inzerujte v novinách Praha 10

KOUPÍM BYT max. 3+1 RK nevolat!
Jen seriózní jednání.
Tel.: 777 28 87 76
e-mail: jadrapr@seznam.cz

Hledáme prostory

cca 50 m² v Praze 10
pro oční ordinaci

zn: ocni46@seznam.cz

GERONTOPSYCHIATRICKÁ
A PSYCHIATRICKÁ AMBULANCE

Poruchy paměti, deprese,
úzkostné poruchy

MUDr. Ilona Diváková, MBA
Tuřkatská 644/6 • 100 00 Praha 10
Tel. 274 772 732 • Mob. 723 994 084
info@vodopad.cz

ALEXANDROVCI
European Tour 2012
Hosté: BÁRA BASIKOVÁ a MARTIN CHODŮR
12.5. PRAHA
WWW.ALEXANDROVCI.CZ

ÚČETNICTVÍ

Zpracujeme Vaše: DE, PÚ MZDY, DPH, DANĚ,
REKONSTRUKCE ÚČETNICTVÍ, ZASTUPOVÁNÍ
NA ÚŘADECH DALŠÍ ÚČETNÍ PRÁCE DOHODOU

603 502 706, 281 932 886
hakata@seznam.cz

STAVEBNÍ J.GOČÁRA

Střední průmyslová škola stavební Josefa Gočára

denní studium s maturitou
obor: **STAVEBNICTVÍ**

zaměření:
• Pozemní stavitelství •
• Stavitelství a architektura •

Přijďte se k nám podívat na
Dny otevřených dveří:
18. a 31. 1. 2012 od 17.00 hodin.

www.spsgocar.cz

odstraňování graffiti

AKCE
2 roky
ČIŠTĚNÍ GRAFFITI
z antigraffiti nátěru
ZDARMA

**Mytí fasád
Čištění povrchů**

**Ochranné
Antigraffiti nátěry**

**Opravy fasád
Fasádní nátěry**

274 811 433
www.ars.cz

ARS
AXIOM REAL, spol. s r.o.

SC-310604/8

SOLNÁ JESKYNĚ

Zveme Vás do solné jeskyně na Praze 10.
zastávka tram č. 7 a 11 „Nové Strašnice“

otevřeno po-pá 9 - 20, so+ne dle předchozí dohody

Černokostelecká 106/ 64, Praha 10
Telefon: 777 105 011, 223 010 370
www.solnajeskyne4u.cz

Současné jsme pro Vás otevřeli **DĚTSKÝ SEKÁČEK**.
Otevřeno po - pá 10 - 16

Dále nabízejme kurzy jógy pro dospělé a nově i pro děti.

S tímto inzerátem sleva 10% na permanentku nebo dárkový poukaz.

10% SLEVA

KUPÓN na 50 % SLEVU

- **KURZY TENISU PRO DĚTI ZŠ a MŠ**
- leden až duben 2012
- ZŠ Veronské nám.
- Tréninky 2 x týdně pondělky + středy
- Naši trenéři působí při ZŠ od roku 1993

Tradice, praxe, zodpovědnost!



Další střediska:

Praha 1, Josefov	- ZŠ Ostrovní, Praha 2, Albertov	- ZŠ Botičská
Praha 2, Vinohrady	- ZŠ Na Smetance, Praha 3, Žižkov	- VŠTJ Ekonom
Praha 3, Vinohrady	- ZŠ Perunova, Praha 4, Braník	- ZŠ Jeremenkova
Praha 4, Háje	- ZŠ K Milíčovu, Praha 4, Modřany	- ZŠ Rakovského
Praha 4, Kunratice	- Vršasport, Praha 5, Velká Ohrada	- ZŠ Klausova
Praha 5, Barrandov	- ZŠ Chaplinovo nám., Praha 6, Řepy	- ZŠ Socháňova
Praha 6, Řepy	- Sportcentrum Řepy, Praha 6, Veveslavín	- ZŠ Na Okrajích
Praha 7, Letná	- ZŠ Korunovační, Praha 7, Letná	- ZŠ Fr. Plamínkové
Praha 8, Bohnice	- ZŠ Glowackého, Praha 9, Prosek	- Sportcentrum Prosek
Černý Most	- ZŠ Vybíralova, Praha 10, H. Měcholupy	- ZŠ Veronské nám.

Info: 777 260 262 603 527 172
www.talent.cz

Od ledna 2012 zápis pro letní tenisové tábory
v Praze Brně a Jilemnici

STŘEDNÍ ODBORNÁ ŠKOLA STAVEBNÍ A ZAHRAĐNICKÁ
Praha 9, Učňovská 1
www.skolajarov.cz

Proč studovat právě v naší škole?

- Absolventi našich stavebních i zahradnických oborů nacházejí snadno uplatnění na trhu práce
- Absolventi tříletých učebních oborů mají možnost získat v naší škole ve dvouletém denním nebo tříletém dálkovém studiu maturitní vysvědčení
- Vynikající vybavení školy - moderní učebny, rozsáhlá vnitřní a venkovní sportoviště, bazén a sauna, domov mládeže pro dívky a chlapce, školní jídelna a internetová kavárna, vlastní prostorné moderně vybavené dílny, pro zahradnické obory školní botanická zahrada a provozní zahrada
- Žáci učebních oborů dostávají již v rámci studia finanční odměnu za produktivní práci
- Velmi dobrá dopravní dostupnost školy z celé Prahy i Středočeského kraje

Nabízíme Vám tyto studijní a učební obory:

Studijní obory - čtyřleté obory ukončené maturitní zkouškou

- Nábytkářská a dřevařská výroba (36-42-M/01)
- Technická zařízení budov (36-45-M/01)
- Stavebnictví - Stavební obnova (36-47-M/01)
- Zahradnictví - Sadovnická a krajinná tvorba; Floristika; Greenkeeper (41-44-M/01)
- Ekonomika a podnikání - Management ve stavebnictví (63-41-M/01)
- Ekonomika a podnikání - Management ve sportu (63-41-M/01)

Učební obory - tříleté obory ukončené závěrečnou zkouškou s výučním listem

- Zedník (36-67-H/01)
- Truhlář (33-56-H/01)
- Tesař (36-64-H/01)
- Klempíř (23-55-H/01)
- Kominík (36-56-H/01)
- Zahradník (41-52-H/01)
- Instalatér (36-62-H/01)
- Pokrývač (36-69-H/01)
- Malíř a lakýrník (39-41-H/01)
- Kamnář (36-67-H/02)
- Sklenář (36-62-H/01)
- Podlahář (36-59-H/01)

Učební obory odborného učiliště pro absolventy speciálních škol nebo pro žáky se specifickými vzdělávacími potřebami

- Strojní práce (23-51-E/01)
- Podlahářské práce (36-59-E/01)
- Zednické práce (36-67-E/01)
- Klempířské práce ve stavebnictví (36-55-E/01)
- Tesařské práce (36-64-E/01)
- Malířské a natěračské práce (36-57-E/01)
- Pokrývačské práce (36-69-E/01)
- Sklenářské práce (36-62-E/01)
- Truhlářská a čalounická výroba - Truhlářské práce (33-56-E/01)
- Zahradnické práce - Květinářství a sadovnictví (41-52-E/01)
- Zednické práce - Stavební práce (36-67-E/01)

Nástavbové studium zakončené maturitní zkouškou - dvoutřleté denní studium

- Podnikání (64-41-L/51)
- Zahradnictví (41-44-L/51)
- Stavební provoz (36-44-L/51)
- Nábytkářská a dřevařská výroba - Dřevěné konstrukce (33-42-L/51)
- Podnikání (64-41-L/51)
- Zahradnictví (41-44-L/51)
- Stavební provoz (36-44-L/51)

tříleté dálkové studium

- Podnikání (64-41-L/51)
- Zahradnictví (41-44-L/51)
- Stavební provoz (36-44-L/51)

Zveme Vás na dny otevřených dveří:
21. 2. 2012 od 14:00 do 17:00 hod.; 6. 3. 2012 od 14:00 do 17:00 hod.

Střední odborná škola stavební a zahradnická, Praha 9, Učňovská 1, tel. 284 828 898
www.skolajarov.cz

SC-311493/5

TELEVIZE METROPOL

ZAJÍMAVÉ REPORTÁŽE PŘÍMO Z VAŠEHO OKOLÍ.

KAŽDOU POSLEDNÍ SOBOTU V MĚSÍCI

MAGAZÍN PRAHY 10 VE 14:40

METROPOL
TELEVIZE PLNÁ PRAHY

NALADĚTE PŘES SET-TOP BOX, KABEL NEBO NA WWW.METROPOL.CZ

SC-311647/17

Malešické zdraví a nonstop lékárna pod jednou střechou

Široká nabídka zdravotnických služeb a ucelenost poskytovatelského lékařského servisu „pod jednou střechou“ – to je charakteristika zdravotní politiky radnice Prahy 10 v rámci služeb Malešické polikliniky a cíl jejího provozovatele, společnost

Medifin. Cílem je poskytovat kvalitní lékařskou službu, a to v takovém rozsahu, aby pacienti nebyli nuceni vyhledávat jiná pracoviště na lékařská vyšetření. Zařízení poskytuje kompletní zdravotní služby pro obyvatele Prahy 10. Provozuje mj.

RTG, laboratoře, řadu ordinací odborných, praktických a dětských lékařů. Velkým benefitem je také dobře zásobená lékárna s velkým samoobslužným prostorem, která mimo otevírací dobu funguje jako nonstop lékárna přes okénko.

KONTAKTY

Poliklinika Malešice

Plañanská 573/1, Praha 10
tel.: 281 019 111
Přímé telefonáty a mailů na lékaře najdete na www.medifin.info

Lékárna v Malešicích

odborný zástupce: PharmDr. Daniela Lasáková
tel.: 281 019 258 nebo 724 210 499
e-mail: rx.malesice@medifin.eu
Otevírací doba:
Pondělí – čtvrtek 7:00 – 18:00 hodin
Pátek 7:00 – 17:00 hodin
Mimo tuto dobu (včetně dnů pracovního volna, pracovního klidu a svátků) je zajištěn výdej léků přes pohotovostní okénko.



Zastupitel a radní desáté městské části Tomáš Ján je zároveň předsedou sociální a zdravotní komise v Praze 10, ale také ředitelem celopražského Centra sociálních služeb Praha.

Co má za úkol vám řízení centrem a komu jsou určeny jeho služby?



vání pracovníků sociální sféry. V řadě svých aktivit také spolupracujeme s různými státními institucemi a neziskovými organizacemi včetně těch v Praze 10.

V jakých sférách probíhá spolupráce mezi vaší organizací a místními sociálními organizacemi, tedy i těmi v Praze 10?

Typickým příkladem je koordinace mezi azylovými domy v Praze tak, aby byly adekvátně využity a zároveň aby jejich pracovníci poskytovali služby na stále vyšší úrovni. Naše CSSP provozuje jak poradny včetně linky důvěry a krizového centra RIAPS, tak intervenční centrum – pomoc obětem domácího násilí, organizujeme vzdělávání pracovníků v sociálních službách, nejrozšířenější školení a semináře. Na přelomu roku to byla třeba konference a workshop o domácím násilí. Od roku 2007 má policie možnost vykazat násilníka z bytu a my jsme ihned zřídili intervenční centrum, které je povinno nabídnout první kontakt osobě ohrožené domácím násilím nejpozději do 48 hodin od doručení sdělení Policie ČR s úředním záznamem o vykázá-

ní násilné osoby ze společného obydlí. Následně pak v případě nutnosti hledáme volný prostor v našich azylových domech pro muže a pro ženy nebo třeba ve spolupráci s Azylovým domem Prahy 10. I v dalších ohledech jsou služby poskytovány na úrovni města i Prahy 10 a dalších městských částí koordinovány.

Jak funguje pražské CSSP na poli sociálního poradenství?

Informační a poradenské centrum Kontakt má široký záběr: z oblasti dávek sociální péče (zejména dávky pomoci v hmotné nouzi, příspěvek na péči) a státní sociální podpory (příspěvek na bydlení). Rovněž poskytujeme poradenství v oblasti nezaměstnanosti, poradenství ohledně nejistých bytových podmínek, zadluženosti a v dalších obtížných životních situacích. Kontakt (Centrum sociálních služeb Praha – Kontakt, Ječná 3, Praha 2, tel.: 222 515 400, e-mail: iis@csspraha.cz) rozšířil od loňského podzimu nabídku právního poradenství. Právní poradenství je zaměřeno zejména na oblast občanského, rodinného a pracovního práva. Provozní hodiny právních poraden: úterý 8–12 a 13–16 hodin, středa 9–12 a 13–16 hodin.

První zástupce starosty Vladimír Novák odpovídá na otázky ohledně záměrů radnice přinést občanům ve zdravotních službách „něco navíc“, stejně jako na to, jaké má v tomto volebním období rada městské části zdravotní a sociální cíle.

Jaké úkoly má radnice z pohledu zdravotnických služeb a nabídky zařízení?



Především koordináční a ideové, přičemž tvoříme podmínky, aby občané Prahy 10 dostávali nadstandardní zdravotní a sociální služby. Ze zdravotních služeb v naší městské části fungují služby a zařízení jako lékařská služba první pomoci pro děti i dospělé, nonstop lékárna v malešické poliklinice, LDN v Obloukové ve Vršovicích či Dům zubní péče se zubní pohotovostí pro děti ve Strašnicích. Přirozeně do zdravotnických služeb patří i jesle. Ze sociálních služeb se zaměřujeme

nejen na několik domovů seniorů, ale provozujeme i Azylový dům pro matky s dětmi či Studentský dům v Záběhlicích, který dětem z dětského domova poskytne ubytování a vysokoškolské vzdělání s následným využitím pro zaměstnání v rámci Prahy 10. Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci (CSOP) má velmi široký záběr činnosti včetně pomoci seniorům, tělesně postiženým, pečovatelskou službu, tísňovou péči, ale i kluby seniorů, rekreace a zájezdy, prádelny, půjčovny kompenzačních pomůcek či dietní jídelny.

Jaké funkce sleduje vůbec radnice v sociální a zdravotní oblasti?

Sledujeme koordinaci mezi našimi zařízeními a ministerstvem zdravotnictví či sociální péče, pražským magistrátem

Zastupitel a šéf na desítku opoziční TOP 09 Michal Narovec vidí jako důležité pokračovat ve vzájemné provázanosti jednotlivých sociálních a zdravotních služeb. Říká, že je nadále nutné rozvíjet a podporovat současné aktivity, které je potřeba vzhledem k demografickému vývoji obyvatelstva směřovat k seniorům a zdravotně handicapovaným.

Které sociální a zdravotní služby poskytované radnicí v Praze 10 považujete za vasho pohledu za nejprínosnější a které méně?



Hodnotit, které zdravotní nebo sociální služby považujeme za nejprínosnější, je otázka sice pro někoho zajímavá, nicméně s nulovou vypovídací hodnotou pro ty, kteří služby reálně potřebují a využívají. Všechny sociální služby (ať už Centra sociální a ošetrovatelské pomoci, domovy pro seniory, azylový dům i Studentský dům) jsou nesmírně důležité a z tohoto pohledu

se nedá stanovit jejich prioritita. Každý plní svůj specifický úkol a také se vzájemně doplňují. Jejich provázanost a zastoupení v Praze 10 je nesmírně důležité. Ve zdravotnické oblasti je z pohledu všech občanů Prahy 10 prioritní Lékařská služba první pomoci pro dospělé a děti, nonstop lékárna a vzhledem k demografickému vývoji obyvatelstva léčebna pro dlouhodobě nemocné.

Jaké prioritní cíle by pro další období podle vás měla mít Praha 10 v sociální a zdravotní oblasti?

V sociální oblasti je nadále potřeba rozvíjet a podporovat současné aktivity, které se, vzhledem k demografickému vývoji obyvatelstva, musí směřovat k seniorům a zdravotně han-

a jím zřízenými organizacemi, provozovateli jednotlivých zařízení či dalšími městskými částmi, sledujeme a navrhujeme rozvoj sociální a zdravotní sítě v Praze 10, sledujeme, zda je plněna sociální a zdravotní koncepce, a třeba v rámci zdravotní a sociální komise sledujeme i připomínky, návrhy či stížnosti zdejším občanů.

Jaké cíle v rámci programového prohlášení jsou před vámi?

Rádi bychom v tomto volebním období dále spolufinancovali LDN Oblouková a pokračovali v její modernizaci, zachovali a financovali lékařskou službu první pomoci pro děti i dospělé a nonstop lékárny, pokračovali v podpoře Domu zubní péče, rozšířili služby pro handicapované, zakoupili další dvě nová vozidla pro přepravu vozíčkářů a handicapovaných, zřídili venkovní posilovny pro seniory, rozšířili počty zařízení nouzové signalizace a mnoho dalších cílů.

dicapovaným spoluobčanům. V sociální oblasti je potřeba zdůraznit péči o lidi bez domova. Ve zdravotně-sociální problematice je potřeba klást větší důraz na problematiku závislosti (alkohol, návykové látky, hrací automaty). Bude nutné zajistit a podporovat minimální síť služeb v rovnováze a pokrytí komunity službami sociální péče, sociální prevence a sociálního poradenství, a to v součinnosti s poskytováním zdravotních služeb. Komunitní plán je nutné znovu otevřít a diskutovat v souvislosti s aktuální socioekonomickou situací občanů a komunity a také v souvislosti s vládními reformami v sociální oblasti a zdravotnictví.

Využíváte vy nebo vaši blízcí některé takové služby? Pokud ano, tak které?

Mám štěstí, že výše uvedené služby já i moje rodina využíváme minimálně. Ovšem někdy není jiná možnost, hlavně v případě dětské lékařské nebo zubní pohotovosti.

inzerce

Předseda představenstva, generální ředitel Pavel Elis, vedení společnosti Pražská energetika, a. s., a agentura Gejzír



si vás dovolují pozvat na výstavu obrazů Jiřího Sibinského „FRAGMENTY KRAJINY“

Výstava se koná od 17. ledna do 24. února 2012 ve všední dny od 12,00 do 18,00 hodin v galerii pre (Budova B, Pražská energetika, a. s., Na Hroudě 1492/4, Praha 10).

VSTUP VOLNÝ

e-mail: galeriepre@volny.cz



KULTURNÍ PŘEHLED OD 6. ÚNORA

(Pouze vybrané akce. Kompletní program na www a tel. pořadatelů).

CENTRUM MANA

Moskevská 34/967 (vstup ze Sportovní), tel.: 731 100 059
e-mail: divadlo@centrummana.cz,
www.centrummana.cz

19. února

17:00 Jak pejsek a kočička myli podlahu – pohádka od 3 do 10 let



24. února

19:00 Norské proměny – komponovaný večer

DIVADLO HAROLD

Charkovská 385/15, tel.: 606 865 237
e-mail: info@oldstars.cz,
www.oldstars.cz

16. února

20:00 Osm žen

DŮM ČTENÍ

Ruská 192, tel.: 272 736 457,
e-mail: knihovna@mlp.cz,
www.mlp.cz

8. února

18:00 Martin Janeček – Islám dnes a zítra (přednáška)

15. února

18:00 Čtenářův rádce – detektivky

16. února

18:00 autorské čtení Blanky Bartsch Forstové

23. února

18:00 Autorské čtení Martina Ryšavého

GALERIE DESET

Čechovo nám. – Moskevská 57, tel.: 233 355 201,
e-mail: atielervlach@seznam.cz,
www.galerieideset.cz

info na stránkách pořadatele

KD BARIKÁDNÍKŮ

Saratovská 20, tel.: 274 770 789,
e-mail: kd-barikadniku@volny.cz,
www.kulturnidubarikadniku.com

14. a 28. února

18:00 Staropražští heligonkáři - lidová zábava

19. února

14:00 Laurus – taneční odpoledne

20. února

19:00 Schovanky – koncert s možnostmi tance

21. února

18:00 Masopust – hrají Staropražští heligonkáři

23. února

18:00 Babouci – jihočeská dechovka

STRAŠNICKÉ DIVADLO

ul. Solidarity 1986, tel.: 274 815 296,
e-mail: divadlo@strasnickedivadlo.cz,
www.strasnickedivadlo.cz

6. a 23. února

19:30 P.R.S.A. - Pět žen, tři generace, jedna rodina, stejný osud.

8. února

19:30 Faust

12. a 19. února

19:30 Tiché dny v Mixing Part – drammatizace (premiéra)

17. února

20:00 Václav Koubek – koncert

19. února

14:30 Pohádka o Šemíkovi aneb Horymírův skok – pohádka

20. února

19:30 Murlin Murlo

V LESE

Krymská 12, tel.: 775 22 40 86
e-mail: ondrej.kobza@email.cz,
www.cafevlese.cz

13. února

20:00 Bandaband – koncert

19. února

19:00 Country Music Ain't No Good II - Kapely Blue Ground(cz), Travis O'Neill(USA), Brian Policoff(USA), DJS R.P. Helena a B.P. Montana

TOULCŮV DVŮR

Kubatova 32/1, tel.: 272 660 500
e-mail: info@toulcuvdvur.cz,
www.toulcuvdvur.cz

13. února

15:30 Na tom našem dvoře – interaktivní setkání se zvířaty statku

18. února

od 13:00 Masopust

23. února

od 18:00 Decoupage

TRMALOVA VILA

Vilová 11, tel.: 274 772 362
e-mail: l.zikmund@foibos.cz,

SOUTĚŽTE O LÍSTKY NA MUZIKÁL NA LEDĚ

Na redakčním webu www.nasepraha10.cz najdete v ZELENEJ navigační liště na odkaz SOUTĚŽ a tam naleznete vždy probíhající soutěž. Nyní třeba můžete až do 1. února vyhrát vstupenky muzikál na ledu na představení v ČR Broadway On Ice. Americký muzikálový show se představí v 5 městech ČR v únoru 2012. Znamé světové muzikály Chicago, Hallo Dolly, My Fair Lady, Pomáda, Bonnie & Clyde, Fantom Opery, Porgy a Bess, Bidníci, Cats, West Side Story a další ožijí v originální, zábavné a úchvatné choreografii na ledu. Soutěž organizuje marketingové oddělení vydavatelství novin Praha 10.

VZLET

Holandská 1, tel.: 608 964 892
e-mail: servis@biovzlet.cz,
www.biovzlet.cz

3. února

Nikdo není dokonalý / natáčení televizního pořadu s Jiřím Krampolem a jeho hosty.



Studentský a azylový dům

Studentský dům

S nabídkou pomoci dětem, které odcházejí z dětského domova nebo obdobného zařízení nebo které prošly náhradní rodinnou péčí, přichází Praha 10 v rámci projektu Studentský dům Záběhlická. Studovat Vysokou školu finančně-správně umožní vršovická radnice každoročně několika dětem z dětských domovů. Jeho cílem je dát šanci těmto mladým lidem získat vysokoškolské vzdělání a pomoci jim lépe se uplatnit na trhu práce včetně možnosti pracovat pro úřad desáté městské části. Kromě finančního zabezpečení studia a uhrazení poplatků za studium získají od nás studenti i čtyři tisíce korun ročně na nákup učebnic a školního vybavení. Studentům z dětských domovů také nabízíme možnost bezplatného ubyto-



Studentský dům v Záběhlicích.

vání. Unikátní projekt Studentský dům Záběhlická vznikl před třemi lety.

Robert Hladík si jako první úspěšný absolvent bakalářského studia na vysoké škole může psát před jméno titul Bc. – jako první totiž úspěšně ukončil program, který vršovická radnice zahájila před několika lety. Je to studijní program Studentský dům, kde se radnice snaží pomáhat dětem z Prahy 10, které se ocitly v dětských domovech, ke studiu na vysoké škole a případně i následné nabídce práce. Radnice jim v rámci programu hraje školné a také veškeré náklady na bydlení ve Studentském domě v Záběhlicích.

Co říkáte na to, že jste prvním studentem, který absolvoval tento unikátní program?



V podstatě mne příjemně překvapilo, že jsem byl pozván na jednání zastupitelstva a takto veřejně představen jako první absolvent programu Studentský dům. Oceňuji i dárky, které mi starosta předal.

V čem byl pro vás osobně největší přínos programu?

Jsem moc rád za takovou zkušenost

a děkuji těm, kteří mi umožnili bydlet a souběžně studovat. Mám „papír“ s vysokoškolským vzděláním a děkuji Praze 10 za to, že mi umožnila jej získat.

Jaké cíle jsou nyní před vámi?

Mým cílem je nyní sehnat si slušnou práci. Dostal jsem od radnice nabídku pracovního místa se zaměřením na právo, ale já bych se chtěl věnovat marketingu, na který jsem se zaměřoval i při studiu na škole. Dokonce mám z radnice nabídku, že kdyby se něco uvolnilo v oblasti marketingu, dají mi vědět. Moje cíle jsou tedy otevřené a doufám, že mi bude přát štěstí a budu mít práci v oboru, který bych rád dělal.



INFO O PROJEKTU A VOLNÝCH MÍSTECH:

sociální pracovnice Lydie Zatloukalová
tel.: 602 120 866, ckpp10sd@centrum.cz

Azylový dům

Azylový dům pro matky s dětmi na Zahradním Městě poskytuje pobytovou sociální službu na dobu nezbytně nutnou: od jednoho dne do 6 měsíců, výjimečně do jednoho roku. Dům vznikl přestavbou bývalé mateřské školy. V objektu je k dispozici devět ubytovacích jednotek k překlenutí krizového období. Radnice usiluje vytvořit pro matky s dětmi v krizové nebo náročné životní situaci ohrožující fungování rodiny, kterou nemohou řešit samy, klidové zázemí pomoci a podpory. Budova azylového domu je obklopena oplocenou zahradou s dětskými prvky. Návštěvy mohou uživatelky přijímat každý pracovní den od 15 do 19 hodin, o víkendech od 9 do 18 v návštěvní místnosti. Objekt nepřetržitě stráží bezpečnostní agentury. Cena za poskytnutí sociální služby činí 70 Kč za den pro dospělého a 40 Kč pro dítě.

INFO: O SOCIÁLNÍ SLUŽBĚ A UBYTOVACÍM PROSTŘEDÍ

sociální pracovnice Barbora Klasová
tel.: 733 520 444 (ckpp10-klasova@seznam.cz) nebo
Kristýna Rostášová – tel.: 602 177 907 (ckpp10-rostasova@seznam.cz)



Azylový dům pro matky s dětmi slouží k překlenutí krizového období.

LDN Oblouková



Z rozbitého baráku se zásluhou radnice stala nejmodernější léčebna dlouhodobě nemocných v republice.

Léčebnu dlouhodobě nemocných (LDN) Vršovice nově zrekonstruovala a vybavila radnice Prahy 10 v roce 2008 v Obloukové ulici. Jedná se o jedno z nejmodernějších zařízení svého druhu v ČR, jehož spuštění provozu a kapacita 120 lůžek (nynější kapacita je 109 lůžek s tím, že v současné době je připravováno zvýšení kapacity na 120 lůžek) sleduje demografický vývoj v Praze 10, která je věkově nejstarší pražská městská

část. Historie budovy přitom sahá až do roku 1935, kdy byla vybudována jako penzion pro přestářlé řádové sestry. Vedle obvyklé dlouhodobé ošetrovatelské péče o chronicky nemocné pacienty se LDN věnuje také specializované ošetrovatelské péči a rehabilitaci zaměřené na cílenou a včasnou mobilizaci a aktivizaci pacientů s kardiovaskulárními onemocněními a pacientů po úrazech a operacích.

Hlavní sestra Markéta Petrová pracuje v LDN Oblouková od roku 2007, kdy zařízení procházelo ještě kompletní rekonstrukcí.

Dá se LDN Oblouková srovnávat s dalšími podobnými zařízeními v Praze nebo v ČR, jak si stojí v tomto ohledu?



Léčebna je nově a moderně vybavena. Nabízí klientům příjemné prostředí, možnost soukromí, dostatek kvalitního zdravotnického materiálu, vstřícný a kvalifikovaný zdravotnický personál. Před otevřením léčebny bylo naší vizí poskytovat kvalitní ošetrovatelskou péči, kterou klienti vyža-

dují a která v naší zemi v některých zařízeních není doposud dostatečně umožněna z různých důvodů. Personál podstupuje různá školení zaměřená pro práci v LDN. Díky společné práci personálu léčebny a podpoře městské části Praha 10 se daří vyhovět všem potřebám klientů a kvalitně poskytovat komplexní ošetrovatelskou i lékařskou péči.

Jaké služby svým klientům LDN nabízí?

Je jich opravdu celá řada. Namátkou mohu jmenovat rehabilitační terapii, masáže, skupinovou arteterapii, muzikoterapii, léčbu ran a jizev laserem, vakuumovou kompresní terapii, možnost

vyšetření specializovanými lékaři přímo v budově, ale i pravidelné kulturní akce na zahradě i v budově.

Baví vás práce se seniory, v čem je obtížná, a v čem naopak cítíte pocit zadostiučinění?

Na naší práci je nejobtížnější skloubit vysoce profesionální léčebnu a rehabilitační péči s osobním přístupem ke každému klientovi, všestrannou podporou člověka oslabeného a bezmocného ve stáří a nemoci. Snažíme se věnovat dostatek času také rodinám, protože málokterý klient žije zcela sám. Tento přístup je sice velmi náročný, ale přináší i radost z dobrých výsledků. Velkým přínosem pro nás je zlepšení kondice seniorů a jejich návrat domů zpět ke svým blízkým.



Seniory mohou v Obloukové využívat moderní léčebna a terapeutická pracoviště.



7:00 - 8:00

LADY M

8:00 - 8:30

PRAŽSKÝ MAGAZÍN

8:30 - 9:00

KDE DOMOV MŮJ/
NA ZDRAVÍ

9:00 - 11:00

SUPERMÁMA

11:00 - 13:00

NA VRCHOLU

13:00 - 13:05

ZPRÁVY

13:05 - 14:00

SUPERMÁMA 1/2



Užitečné informace o rodinných vztazích, financích, o zdraví a výchově dětí, vzdělávání a možnostech pracovního uplatnění. Moderuje Monika Valentová a Eva Potužníková.

14:00 - 14:05

ZPRÁVY

14:05 - 15:00

SUPERMÁMA 2/2

15:00 - 15:30

ZPRÁVY

Nejaktuálnější a nejdůležitější informace z hlavního města. Politika, kultura, sport, zajímavosti. Vše co se jinde nedozvíte.

15:30 - 16:00

PRAŽSKÝ MAGAZÍN

16:00 - 16:05

ZPRÁVY

16:05 - 17:00

NA VRCHOLU 1/2

Záleží jen na vás, kolik je vám let. Vysílání pro všechny, kteří stále čekají od života to nejlepší. Věk není stav těla, ale stav duše. Moderuje Eva Jurinová a Martin Severa.

17:00 - 17:05

ZPRÁVY

17:05 - 18:00

NA VRCHOLU 2/2

18:00 - 18:05

ZPRÁVY

18:05 - 19:00

CITY KOKTEJL

Sledujete rádi filmy nebo Vás spíš zajímá koncert oblíbené kapely či divadelní představení? Ochutnejte náš City koktejl a vyberete si!

19:00 - 19:05

ZPRÁVY

19:05 - 20:00

LADY M



Máte ráda nekonformitu, originalitu a neotřelost? LadyM je tu pro vás. Žijeme městem, reflektujeme módu, kulturu a setkáváme s lidmi, kteří mají co říct. Moderuje Barbora Sedláčková.

20:00 - 20:30

ZPRÁVY

Souhrn nejdůležitějších denních informací z Prahy. Pražané a městské části, společnost, politika, kultura, sport, zajímavosti.

20:30 - 21:00

PRAŽSKÝ MAGAZÍN

Každý všední den se můžete těšit na premiéru magazínů Praha kulturní (Po), Metropole Praha (Út), Praha vitální (St), Praha v pohybu (Čt) a Děti v Praze (Pa).

21:00 - 23:00

PRAŽENÍ

Pražská televizní Late Night Show. Atraktivní hosté, exkluzivní témata. Máme přehled o všem co se v metropoli šustne!

23:00 - 0:00

EZO TV

NALADĚTE PŘES SET-TOP BOX, KABEL NEBO NA WWW.METROPOL.CZ

Praha 10 nově třídí i elektrozařízení. Červené kontejnery jsou na sedmi místech

Třídění odpadu se v desáté městské části od začátku letošního roku rozšiřuje o další komoditu, kterou jsou vysloužilé elektrické spotřebiče. „Kontejnery jsou pro usnadnění dostupnosti v blízkosti stanišť sběrných nádob na tříděný odpad,“ říká první zástupce starosty Vladimír Novák (ČSSD). Zatím jsou na sedmi místech, další možnost máte u elektroprodejců nebo ve sběrných dvorech. Schránku na baterie či akumulátory najdete třeba při vstupu do budovy ministerstva životního prostředí či samozřejmě na radnici, kde můžete odložit i malé elektrospotřebiče.

JAN BELOHUBY

Běžná spotřební elektronika typu videopřehrávačů, radio-přijímačů, CD přehrávačů, ale také výpočetní technika včetně příslušných komponentů, jako jsou myši nebo klávesnice, tele-

fonní přístroje (klasické i mobilní), kalkulačky, herní zařízení apod., to vše je možné od letošního roku vkládat do speciálních sběrných kontejnerů. „Obecně je možné do nádoby vložit jakékoliv elektrozařízení, které projde vzhovovým otvorem,“ zjednodu-

šuje rozhodování místostarosta Novák. Větší odpady, ale stejně tak i monitory, televizory nebo zářivky do kontejnerů nepatří. V nádobě je speciální schránka, kam lze navíc vkládat baterie a akumulátory. „Pražané pilně třídí běžný odpad jako papír nebo plasty. Nyní zaváděný oddělený sběr



elektroodpadu umožní, aby drahé materiály nebo jedovaté chemikálie nekončily zbytečně ve spalovně nebo na skládce. Využitím červených kontejnerů můžeme napomoci ekologické recyklaci těchto zařízení,“ podotýká záběhlická zastupitelka Ivana Cabrnocová (SZ).

Úklid sněhu je zajištěn na většině chodníků

Stejně jako v minulých dvou letech je i v letošní zimní sezoně radnice připravena nad svou povinnost ze svých prostředků zajistit úklid sněhu i na těch komunikacích a chodnících v Praze 10, které nejsou zahrnuty do celoměstského plánu údržby. „Vzhledem k tomu, že ze strany hlavního města je do zimní údržby zařazena přibližně jen třetina chodníků na území Prahy 10, zůstaly by ostatní zcela neudržované,“ informoval první místostarosta Vladimír Novák (ČSSD). Celková výměra chodníků, kde se vršovická radnice zavázala zimní údržbu provádět, je přibližně stejná jako v minulém roce.

O jaký prostor se jedná? Celkem o 191,5 km chodníkových ploch. Kromě tohoto úklidu se pak městská část stará o pochozí cesty v parcích a sídelní zeleni, přibližně o 15 km chodníků. „Každý rok v rozpočtu pamatujeme na tuto sféru a vyčleňujeme finanční prostředky tak, aby většina důležitých pěších komunikací měla sněhový úklid zajištěn,“ dodává předseda finančního výboru Miroslav Svoboda (ČSSD). Plán

zimní údržby je nastavený tak, že koresponduje s obecně závaznou vyhláškou hlavního města Prahy o schůdnosti místních komunikací. Termíny pro odstranění či zmírnění závady ve schůdnosti jsou rozděleny do dvou pořadí. V prvním pořadí jsou zařazeny chodníky frekventované a v centrálních lokalitách. Zde jsou práce zahajovány co nejdříve po zjištění závady a provedeny nejpozději do 12 hodin po zahájení. Pro

první pořadí úklidu je vymezeno celkem 75 km chodníků. Zbývající chodníky jsou zařazeny do druhého sledu úklidu, který začíná po ukončení prací na chodnících v 1. pořadí a ukončený je nejpozději do 17.00 hodin dne následujícího po dni, ve kterém byly odstraněny závady ve schůdnosti 1. pořadí.

Zapojeny budou i ti, kteří vykonávají obecně prospěšné práce

Zimní úklid je zajišťován dvěma dodavatelskými firmami ve třech správních oblastech, ve kterých jsou příslušné práce průběžně kontrolovány pověřenými pracovníky úřadu. Kontrolní činnost v době sněhových podmínek probíhá každodenně. Do úklidových prací budou zařazovány i osoby, které pro měst-

skou část vykonávají obecně prospěšné práce. Celkový výčet ulic, které zařadila radnice do svého úklidu, je zveřejněn na internetových stránkách městské části v sekci „aktuality“. Zde jsou k dispozici i mapové podklady, ve kterých je zimní úklid vyznačený. V mapách je také zanesena údržba zajišťovaná na území městské části ze strany Technické správy komunikací hl. m. Prahy (TSK). Každý si tak může ověřit, zda jeho ulice nějakou formu úklidu sněhu nastavenou má, či nikoli. Na internetu je možné také dohledat informace týkající se údržby vozovek. Tu na území hlavního města zajišťuje TSK. Plán údržby včetně interaktivní mapy s vyznačením pořadí úklidu vozovek je přístupný na stránkách www.tsk-praha.cz, pod odkazem „zimní údržba komunikací“.

JAN BELOHUBY

Velkoobjemové kontejnery budou od konce ledna

V prvním pololetí letošního roku bude pro občany městské části připraveno celkem 389 velkokapacitních kontejnerů, které slouží k odkládání domácích odpadů objemného charakteru. Určená kvóta je Praze 10 přidělena magistrátem hl. m. a musí být vyčerpána nejpozději do konce června.

Kontejnery proto budou přistavovány již od posledního lednového týdne a následně v pravidelných intervalech, od pondělí do čtvrtka, vždy na čtyřech staništích denně. Pro umístění kontejneru je vytipováno celkem 86 míst. Kontejner je přistaven nejpozději do 13. hodiny a naplněný odvážen druhý den dopoledne. S přesným harmonogramem přistavení kontejnerů je možné se seznámit na internetových stránkách městské části www.praha10.cz, v informačních střediscích úřadu nebo průběžně na stránkách tištěných novin Praha 10 i v on-line novinách www.nasepraha10.cz.

www.praha10.cz, v informačních střediscích úřadu nebo průběžně na stránkách tištěných novin Praha 10 i v on-line novinách www.nasepraha10.cz.

K čemu slouží kontejnery a k čemu ne?

Pro odložení starého nábytku, koberec, linolea, dřeva, sanitárního zařízení, velkých zrcadel,



kol, lyží, snowboardů apod. Nelze do nich vkládat lednice, televizory, monitory, veškeré nebezpečné odpady, elektrozařízení, autobaterie, zářivky, pneumatiky nebo také stavební odpad. Do kontejnerů není možné odhazovat ani jakýkoliv odpad z podnikatelské činnosti. Podnikatelský odpad musí být předáván do určených zařízení a mimo jiné i evidován. A co dělat, když se odpad do kon-

tejnery nevejde? Je potřeba jej odvézt do některého sběrného dvora, kde je předání domácích odpadů od občanů s trvalým pobytem bezplatné. Zpoplatněn je pouze odběr pneumatik, a to částkou 25 Kč za kus. Stavební suť z bytových úprav je možné odevzdat zdarma do množství 1m³ na osobu a měsíc. Jednorázový návoz odpadu je omezen na vjezd vozidel maximálně do 3,5 t.

hlavního města, např. v ulici Teplárenská, Perucká či Zakrýtá.

Odstranění stánku u stanice metra Skalka

Nepovolená stavba prodejního stánku, umístěná na pozemku mezi vstupem do stanice metra Skalka a ulicí Vyžlovská v Praze 10 – Strašnicích, byla dne 20. 12. 2012 odstraněna. Odstranění stavby stánku, odvoz materiálu a úklid pozemku provedla za účasti soudního exekutora odborná firma MIKAPA plus, s.r.o., na náklady městské části Praha 10. Odbor stavební ÚMČ Praha 10, který vedl dle stavebního zákona příslušné správní řízení, děkuje společnosti MIKAPA plus, s.r.o., za velmi dobrou spolupráci při vlastní realizaci odstranění stavby stánku.

Elektrozařízení je možné předávat i ve sběrných dvorech (kam patří i zmíněné televizory či zářivky), ale také v obchodech s elektronikou, kde pro to jsou určené nádoby. „Nádoby pro odkládání drobných elektroodpadů máme třetím rokem k dispozici i ve vestibulu budovy B úřadu městské části,“ dodává tajemník úřadu Martin Slavík. Zde je možné vhadzovat i baterie. Sběr elektrozařízení probíhá v režimu tzv. zpětného odběru a je zajišťován prostřednictvím státem pověřené organizace – kolektivního systému, v tomto případě společnosti Asekol.

Kontejnery jsou pro usnadnění dostupnosti v blízkosti stanišť sběrných nádob na tříděný odpad. Byly přistaveny na sedmi místech a pro svou výrazně červenou barvu je nelze jen tak přehlédnout.

KDE KONTEJNERY NAJDETE:

- Topolová x Jablonoř
- Vyžlovská x Jevanská
- Nad Vodovodem x Cerhenická
- Nad Primaskou x Starostrašnická
- Chorvatská x Dykova
- Košícká x Moskevská
- Litevská x Jakutská

Přistavení velkoobjemových kontejnerů

Velkoobjemové kontejnery jsou stále v navýšeném počtu

Kontejner se přistavuje během dopoledních hodin, nejpozději ve 13.00 hod. a odváží se po naplnění druhý den v dopoledních hodinách. „Stále platí to, že kontejnery pro Prahu 10 jsou nyní v navýšeném počtu,“ připomněl první místostarosta Vladimír Novák (ČSSD).

Do kontejnerů je možné vkládat pouze domovní odpad objemného charakteru – nábytek, podlahové krytiny, kovové odpady, zdravotní keramiku, zrcadla, lyže apod. Do kontejnerů nepatří nebezpečné odpady (vč. ledniček, monitorů, televizorů, autobaterií apod.), pneumatiky, stavební odpad.

Kontejnery je zakázáno používat k odkládání odpadů z podnikatelské činnosti. Odpady není povoleno odkládat mimo kontejner ani v případě, kdy je již naplněn. K bezplatnému předání objemného odpadu (a také ostatních domácích odpadů – nebezpečné, elektroodpady, tříděný odpad apod.) lze využít rovněž sběrné dvory hlavního města Prahy, např. v dostupnosti pro občany Prahy 10 se jedná o sběrný dvůr v ulici Teplárenská v Malešicích (tel. 272 700 952), v ulici Zakrýtá v Záběhlicích, Praha 4 (tel. 272 764 058), v ulici Perucká 10, Praha 2 (tel. 236 040 000).

30. 1.
Elektrárnská x Nad Vršovskou horou
Na Slatinách (u telef. automatu)
Nedvěžská č. 6 – 12
Vladivostocká x Jaltská

Na Vinobraní x Oty Pavla
V Rybníčcích (proti Šibřinské)

31. 1.
Na Křivce x Osnická
Na Hroudě x U Hráze (okraj parku)
Litevská x Bajkalská
Nad Primaskou x Nad Olšinami

14. 2.
Janderova x Chládkova
Dobročovičská x Slapská
Chorvatská x Dykova
Topolová x Jahodová

1. 2.
Sněženková x Jiříčkově
Saratovská x Kralická
Nad Úžlabinou - naproti č. o. 32
K Botiči x Ukrajinská

15. 2.
Práčská 101, parkoviště pod Jasmínovou
Ruská x Tolstého
V Korytech x Jesenická
Šafránová x Chrptová (okraj parku)

2. 2.
Káranská x Bydžovského
Práčská x Topolová
Limuzská x U Úžlabině
U Kombinátu (v ohybu ulice)

16. 2.
Žitomířská x Kodaňská
Vrátkovská x Tuklatská
Přetlůcká x Prusická
Rybalkova x Charkovská

6. 2.
Dětská (v ohybu ulice)
Na Universitním statku (u dom. důchodců)
Heldova x Niederleho
Voděradská x Krupská

20. 2.
Pod Strání - vedle č. o. 33
Hostýnská (u školy)
Michelangelova (v proluce)
Mokránská x Bězná (u tříděného odpadu)

7. 2.
Cerhenická x Nad Vodovodem
U Záběhlického zámku x Ke Spořilovu
Kounická x Čermická
Přetlůcká x Vyžlovská, u MŠ

21. 2.
Dukelská x Volyňská
Tulipánová x Želivecká
Jesenická x Nad Trnkovem
Na Pahorku x Pod Sychrovem II.

8. 2.
Ve Stínu x Na Výsluní
Běchovičská x Révová
Vilová x Pod Rapidem
Ryšánkova x Ve Slatinách

22. 2.
Nad Elektrárnou u ČD
Krymská x Kodaňská (ostrůvek)
Brigádníků x U Kombinátu
Nučická x Dubečská

9. 2.
Popovická (proti Brtnické)
Omská x Murmanská
Sedmidomý (u dětského hřiště)
Vlašimská x Bratří Čapků

23. 2.
Nosická (pod prod. Billa)
Nad Vodovodem x Slunečná
Srbinská, mezi garážemi, u tř. odpadu
Vladivostocká x Gruzinská

KRÁTCE

Mineralogické skvosty uvidíte na výstavě

Mineralogická sekce Společnosti Národního muzea a Základní škola Brigádníků v Praze 10 zve všechny obdivovatele mineralogických krás přírody, laiky, sběratele i ty, jejichž profesí se minerálů dotýká, na osmý ročník Amatérské burzy minerálů. Budete se zde moci setkat s krystalovanými i leštěnými ukázkami našich i zahraničních, známých i neobvyklých a méně známých minerálů, a případně je i zakoupit za velmi příznivé ceny. Vystavovatel se rádi podělí o zážitky z mineralogických výprav nebo vám pomůže určit vámi donesené ukázky. Inspirovat může být návštěva burzy pro vaše děti – mnohý ze sběratelů začínal se svým celoživotním koníkem na podobné akci. Burza se koná 28. 1. v Základní škole Brigádníků

510/14 od 9 do 14 hodin. Spojení je ze stanice metra A Strašnická tram č. 7 do stanice Zborov nebo tram č. 11 ze stanice metra A Želivského do stanice Zborov, dále cca 3 minuty chůze podél parku. Vstupné: dospělí 20,- Kč, děti do 15 let a senioři 10,- Kč.

Odstavka provozu sběrného místa na bioodpad

Pravidelná zimní odstavka provozu stabilního sběrného místa pro sběr bioodpadu v Praze 10-Malešicích, v ulici Dřevčická, probíhá od poloviny prosince do 1. 3. 2012. Sběrné místo bioodpadu slouží občanům pro bezplatné předání domácích odpadů biologického charakteru (bioodpadu). V době odstavky lze bioodpady (rovněž bezplatně) odkládat ve sběrných dvorech