

07–08/2025

ZDARMA

ČASOPIS PRO OBYVATELE KRAJE JIHOVÝCHODNĚ ZA PRAHOU

ZÁPRAŽÍ

www.zaprazi.eu

VELKÉ POPOVICE

Pojďme si všichni hrát!
Nový volnočasový herní
park Radost

ČERČANY

F. Peroutka na flámu,
noční výšlap na Chlum
a následné Budování státu

ČESKÝ BROD

Barokní kapli sv. Gotharda
postavili za městskými
hradbami

ROZHOVOR

BRANKICA KUBÁTOVÁ

**VĚDA A JÓGA JSOU DNES NEODMYSLITELNOU
SOUČÁSTÍ MÉHO ŽIVOTA, NAVZÁJEM SE
DOPLŇUJÍ A DÁVAJÍ MI SMĚR**



VÝDEJNÍ MÍSTA ROK 2025

Vyžádali jste si
zaktualizovaný seznam
výdejních míst časopisu
Zápraží, najdete ho zde na
stranách 20 a 21, a také
na našem webu, včetně
distribuční mapy kraje.



ARCHEOLOGICKÉ LÉTO

Vydat se do historie
po stopách našich předků
na archeologické památky
a lokality, v rámci celé
naší republiky, můžete
během léta, od června
do září.

Volnočasový herní park Radost je jiný

Ve Velkých Popovicích vyrostl nový volnočasový park, který nás s dětmi zcela nadchl! Mimo klasických herních prvků, klecového hřiště a krásného výukového dopravního hřiště se od jiných odlišuje tím, že zde najdete návody na různé hry, na které si mnozí ještě mohou pamatovat z dětství. Co třeba taková hra na Krvavé koleno? Vzpomenete si ještě na to, jak se hrála?

Povídaly jsme si s mou kamarádkou, autorkou konceptu areálu a duchovním tvůrcem těchto naučných tabulí Petrou Jirkovskou, mj. také grafičkou a šéfredaktorkou Velkopopovického zpravodaje.

Na koncepci areálu jsi se velmi podílela, co tě k tomu vedlo?

V naší obci již velmi dlouho chyběl vybavený funkční herní prostor. Konečně nastal správný čas a ideální místo, které naše obec našťestí má, mohlo dostat plného využití. Občanům byly v období tří let předložené dvě varianty řešení, které se ale nesetkaly s úplně kladnou odezvou. Před rokem se uskutečnilo setkání s občany v knihovně, aby se o tom diskutovalo. Já si na toto setkání nachystala celkem propracovaný vlastní návrh, který jsem tam představila. Byl přijat velmi kladně a současně vedení obce ho plně podporilo, za což všem velmi děkuji.

Váš nový areál je díky hrám trochu jiný než obvyklá hřiště. Jak tě to napadlo?

Jsem takový tvůrčí člověk, ráda věci dotahuji do detailů, které je pak učiní zajímavějšími. A samozřejmě jsem se při práci ve vzpomínkách vracela do svého dětství. Dnešní děti žijí v jiné době, baví se jinak, ale i tak mi přišlo zajímavé všem generacím připomenout, na čem se dříve vyrůstalo. Děti si stále rády hrají, ale někdy je třeba jim ukázat jak na to.

Z jakých zdrojů jsi čerpala?

Samozřejmě nejvíce internet, ale nebylo to úplně snadné, jak by se mohlo zdát. U spousta her se pravidla rozcházel. Není divu, pravidla si léta každý upravoval dle lokalit nebo dle toho, jak se přenáší z generace na generaci. Pátrala jsem ale i v knihách – např. v Encyklo-

pedii her od Miloše Zapletala nebo 333 her a zábav pro pionýry.

Zvládnou si hry zahrát děti i bez vedení dospělých?

Každé dítě, které umí číst, je zvědavé a vrhne se na přečtení návodu, tak to zvládne. Ale popravdě, myslím si, že zvědaví budou spíše rodiče a po přečtení je to motivuje k tomu, hru dětem vysvětlit a zahrát si ji s nimi – a to byl můj záměr.

Překvapilo tě, že nějaké hry, které byly dříve běžné už děti neznají?

Ano. Provoz hřiště jsme zahájili oslavou Dětského dne, kde děti plnily různé úkoly. Jedním z nich bylo klasické skákání panáka a mnohé opravdu netušily, co to je a dělala jim problém i koordinace pohybu.

Kterou hru máš z dětství oblíbenou?

Jee, těch bylo víc. Vyrůstala jsem na vesnici a nejlepší to vždy bylo v partě. Hned po škole sraz na plácku, sebou míč nebo skákací gumu a už to jelo. Určitě Pikola nebo hra s míčem Polívka se vaří. O prázdninách, když se setmělo a mohlo se být venku déle, tak nesmělo chybět strašidelné Krvavé koleno.

S hřištěm byla jistě spousta práce, zvládla sis už nějakou hru zahrát?

I když jsem na hřišti při jeho výstavbě byla i 5x denně, hru jsem si tu ještě žádnou zahrát nestačila, ale chystám se na to. Zatím mě nejvíce baví z dálky pozorovat, jak si tam děti hrají a nevědí kam dřív.

Děkuji za rozhovor a přeji, ať hřiště dlouho vydrží a přinese spoustu radosti.

Markéta Holá Mišková ■



Foto: Markéta Holá Mišková

Volnočasový herní park Radost

- ✓ **Určený pro:** všechny věkové generace, vstup volný
- ✓ **Provozovatel a správce hřiště:** Obecní úřad Velké Popovice
- ✓ **Provozní doba:** jaro 8–19, léto 7–21, podzim 8–19, zima 8–17
- ✓ **Herní zóny:** klecové hřiště, dopravní hřiště, malý a velký fotbal, hravý skok daleký, pétanque, kuličky, stolní tenis, kuželky, herní asfaltový plácek, workout, fitness prvky, herní dětské prvky, lanovka, altán a odpočinková zóna s ohništěm

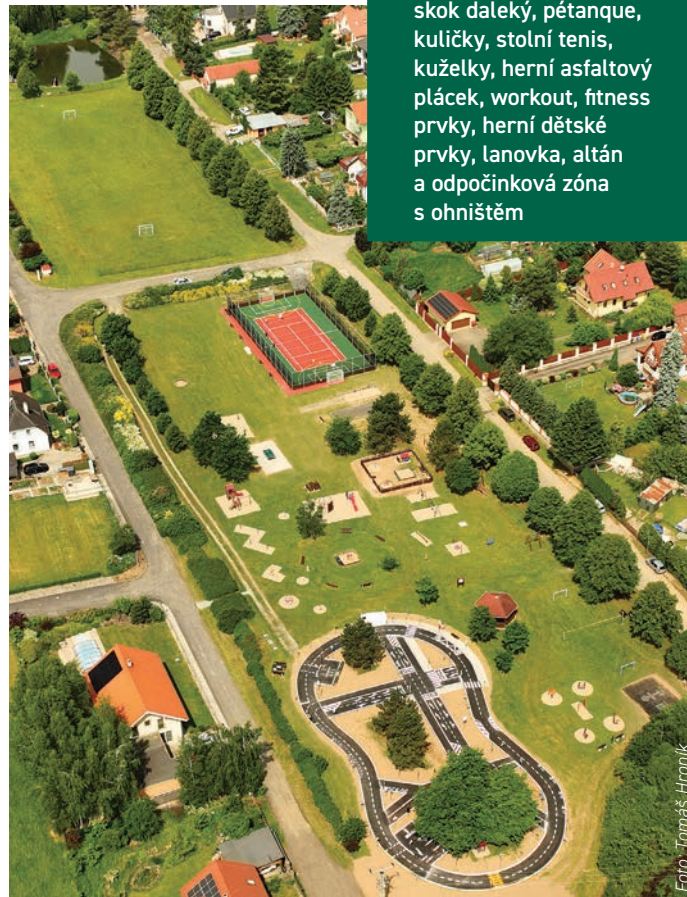


Foto: Tomáš Hroník

↑↑ V odpočinkové zóně u jedné z deskových her je autorka konceptu areálu Petra Jirkovská ↑ Pohled z dronu na nový Volnočasový herní park Radost

Seznam her:

Je nás víc, skupinové hry na louce: Honzo, vstávej; Cukr, káva, limonáda, čaj, rum, bum; Hu-tu-tu-tu; Na ovečky a vlka; Rybičky, rybáři jedou; Polívka se vaří; Pikola

Veselé skupinové retrohrátky: Všechno lítá, co peří má; Přijela tetička; Krvavé koleno

Zabaví se i nejmenší: Chodí pešek okolo; Zlatá brána; Hlava, ramena, kolena, palce; Zajíček ve své jamce; Tichá pošta; Čáp ztratil čepičku; Na kocoura a myš

Hry na plácku: Skákání panáka; Balónová školka; Švihadlová školka; Skákání přes gumu; Twister

Deskovky v odpočinkové zóně: Člověče, nezlob se; Mlýn; Dáma nebo šachy

Hry s kostkami v altánu a rozpočítávací



Zápraží, regionální měsíční časopis pro obyvatele kraje jihovýchodně za Prahou 07–08/2025

- Ročník XIX.
- Vydání 30. 06. 2025
- 10 vydání v kalendářním roce
- Registrace MK ČR E 17548
- IČ 24220990
- Vydavatel: ZÁPRAŽÍ s.r.o., Slepá 123, 282 01 Doubravčice
- Grafická úprava Zápraží s.r.o.
- Tisk Svoboda Press s.r.o.

- **Příští číslo (09/2025) časopisu Zápraží vychází 28. 08. 2025.**
- **Uzávěrka inzerce a příspěvků čísla 09/2025 je 20. 08. 2025.**

Redakce, inzerce:
Alena Kvasničková, tel.: 601 344 588,
e-mail: redakce@zaprazi.eu
www.zaprazi.eu

Vydavatel neodpovídá za obsah zveřejněných inzerátů a PR článků, za jejich fotolice, pravdivost a věcnou správnost textů odpovídá zadavatel. Použití grafického zpracování inzerátů, jejich přetisk a použití textů lze pouze s písemným souhlasem vydavatele, při zachování autorských práv. Není-li uvedeno jinak, autorem fotografií je A. Kvasničková (ak).



Nová výdejní místa časopisu

Od června máme opět několik nových výdejních míst našeho časopisu Zápraží, a to v Říčanech, Pyšelích, Jílovém u Prahy a v Poříčí nad Sázavou. Stále platí, že pokud **MÁTE PRO NÁS TIP** na další možné výdejní místo, ozvěte se nám. Pokud vše dohodneme a bude kapacita výtisků, rádi ho zařadíme do naší distribuční sítě.

Říčany u Prahy – Pekárna a cukrárna Benea v Olivově ulici 2214. Časopisy zde najdete ve stojanu na pultě vždy již během prvního rozvozového dne.

Pyšely – Pekárna a cukrárna Benea na Masarykově nám. 67. Prodejní doba je pro obě pekárny shodná: po – pá 6.30 až 17 h, so 7 až 11 h. Připomínáme, že výdejní místa v Benea (www.benea.cz) máme také v Čerčanech a Mníchovicích.

Jílové u Prahy – Ke stávajícím místům (knihovna, muzeum a pekárna Laguna) nám přibýlo ještě jedno, a to v prodejně Norma, Rudných dolů 502. Otevřeno zde mají denně od 7 do 20 h.

Poříčí nad Sázavou – Nové výdejní místo jsme dohodli v Potravinách Jednota / COOP, Benešovská 265. Červnové výtisky

jsme sem zavezli sice s týdenním odkladem, ale najdete je (a na začátku měsíce vždy nové číslo) v drátěném stojanu u pokladny. COOP náleží pod družstvo Jednotu Benešov, které je součástí skupiny COOP, www.coop.cz

Děkujeme za umožnění zřízení těchto výdejních míst! ■

ČASOPIS ZÁPRAŽÍ

Máte zájem o časopis a doposud není u vás výdejní místo? Máte tip pro jeho zřízení? Zajímá vás spolupráce s naším časopisem?

Kontaktujte nás:
tel.: 601 344 588,
email: redakce@zaprazi.eu
www.zaprazi.eu

Vážení čtenáři,

hurá, před námi je léto a čas letních prázdnin! Tedy období, kdy se nám i díky slunečnému počasí, volným dnům a dovoleným každodenní tempo života zpomaluje. Tak si ten čas užijte co nejlépe. A zpestřit si ho můžete třeba i jógou, inspiraci najdete v rozhovoru s vědkyní a lektorkou jógy Brankicou Kubátovou.

Poptáváte také zařazení přehledu aktuálních výdejních míst časopisu do tištěné verze (na www.zaprazi je seznam také). V tomto čísle ho tedy najdete, i s mapou naší distribuční oblasti. Jsou v něm samozřejmě přidána i čtyři nová výdejní místa, zmiňovaná vedle v textu.

Aktuální číslo 7–8/2025 je tedy jako vždy určené pro oba letní prázdninové měsíce, v srpnu pak budeme připravovat Zápraží pro měsíc září (s uzávěrkou k 20. srpnu).

Příjemné čtení a pohodové letní dny přeje Alena Kvasničková ■



Ilustrace Jiří Filipek

NOVĚ V EDICI PROFESSIONAL PODNIKEJTE CHYTŘE



ZÁRUKA 5 LET

OD 439 000 Kč BEZ DPH

FIAT
PROFESSIONAL

Autocentrum Roškota – Janoušek s.r.o.
www.fiat-krenice.cz

Hlavní 101, 250 84 Křenice, Tel.: 323 605 313-6



Červnové setkání v mnichovických Zahradách Myšlín s Brankicou Kubátovou. Povídání, dotazování, vysvětlování a nakonec došlo i na názorné ukázky několika jógových pozic...

S BRANKICOU KUBÁTOVOU jsme si povídaly už v zimě před více jak dvěma lety. Vznikl z toho rozhovor o jejím profesním životě, o práci a výzkumech na hvězdárně v Ondřejově. Přečíst jste si ho mohli v Zápraží 1–2/2023. Tentokrát jsme se sešly za slunečného počasí na zelených loukách na Myšlíně u Mnichovic a hlavním tématem byla jóga, které se intenzivně věnuje již přes dvacet let.

NEJDE JEN O „POUHÉ“ CVIČENÍ. Jóga je moudrost, nabídka odpovědí, směřování. Jóga je prostě životní styl



Foto: archiv B. Kubátové

Minule jste se zmiňovala, že jógu jste objevila během studií. Proč zrovna jóga?

Já už jako malá chtěla být vědec, uchvátil mě vesmír, svět, možnosti poznání, chtěla jsem všechno zkoumat a znát. Pak jsem se dostala na fakultu a studovala astrofyziku, ale do tehdejší Jugoslávie vstoupila několikaletá válka. Ta změnila mnohé, nejen lidi. Nemohli jsme cestovat, jako vědeckí pracovníci publikovat, neměli jsme přístup k vědeckým materiálům, na škole se rušily přednášky, profesori odcházeli... A já ztrácela půdu pod nohama, postrádala jsem smysl všeho, nevěděla jsem proč se dál učit, nerozuměla jsem proč ten konflikt musí být, proč v tom musíme žít. Co jsme udělali? Svou roli hrál strach, emoce, nedůvěra, beznaděj, ztráta kamarádů, známých... Ta situace mne donutila přemýšlet o vlastní existenci, hledat z toho všeho východisko. Došlo mi, že když se nelze spolehnout na systém, na stát, musím si najít svou cestu. Protože to, co se mnohdy uvnitř člověka děje, to je tak individuální a specifické, že ani vaši nejbližší vám často nejsou schopni pomoci. Tehdy jsem v Bělehradě potkala učitele jógy, a to mi změnilo život.

Absolvovala jste tedy první kurz?

Nebylo to tak jednoduché. Přihlásila jsem se, kurz v roce 1998 začal, já začala poznávat možnosti jógy a pak... přišlo 78 dní trvající bombardování, letecké nálety NATO a cílem byl i Bělehrad. Kurz jsem dokončila až v roce 2000, dostala certifikát k výuce lektorů a to mne „nakoplo“. Rozhodla jsem se dál tímto směrem vzdělávat. Rodiče se dokonce báli, že opustím školu a vědeckou dráhu, ale to jsem nikdy nechtěla. Věda a jóga se staly součástí mého života, navzájem se doplňují. Jóga mi tehdy opravdu moc pomohla, stabilizovala mě i mentálně, díky ní jsem zvládala i nálety na město, místo šileného strachu nastoupil vzdor, což byla také cesta ven.

Cvičila jste, dál se vzdělávala a začala jste také své znalosti předávat dál v kurzech. Měla jste trému?

To víte že ano! Byla jsem mladá, neměla jsem v tom zkušenosti, přicházeli lidé různého věku, postavení, vzdělání. Ale byla to od počátku velká výzva, kterou jsem přijala. Jedna věc totiž je, když se učíme

Brankica Kubátová (*1974)

✓ astrofyzik, vědecká pracovníce a vedoucí stelárního oddělení na hvězdárně v Ondřejově

✓ cvičitelka jógy

✓ pochází z Bosny a Hercegoviny

✓ studovala astrofyziku v Bělehradě v Srbsku

✓ v doktorandském studiu (astrofyzika, astronomie a teoretická fyzika) pokračovala v Praze

✓ pracuje v Astronomickém ústavu Akademie věd ČR

✓ s rodinou žije v Říčanech

✓ v roce 2000 absolvovala svůj první kurz jógy (v Bělehradě)

✓ vede lekce jógy v českém, anglickém a srbském jazyce, pro všechny věkové kategorie

✓ působí v SKC Na Fialce v Říčanech a na statku Zahrady Myšlín u Mnichovic

✓ podílí se na výchově nových lektorů

✓ postupně získala další diplomy a osvědčení pod vedením mezinárodního mistra jógy profesora Dr. Predraga K. Nikiče v rámci Evropské Federace jógy a Mezinárodní akademie pro vzdělávání instruktorů jógy

www.joga-surya.cz

sami pro sebe a druhá, když své znalosti předáváme – to nás posiluje. Tím se nejvíce učíme, nastavují reálné situace, kdy se dozvíme, co umíme a jak to umíme. Jinak řečeno, každý máme své plusy a minusy a moudrost jógy říká, že ty slabiny je nutné transformovat na kvalitu, zlepšovat se.

Proč lidé dnes vyhledávají kurzy jógy?

Mají různé motivace. Někdo chce zvýšit flexibilitu těla, jiný chce cvičením zhubnout, další hledá vnitřní klid. Já ale každému zdůrazňuji, že jóga není jenom cvičení, resp. to cvičení je jenom malinkatý zlomek z celku znalostí jógy. Z té moudrosti, která se nám jejím prostřednictvím nabízí, a ze které můžeme čerpat pro náš každodenní život.

Mají o tom všem zájemci o jógu nějaký přehled, představu?

Myslím, že většina ani ne. Nevědí, co všechno jim znalosti mohou přinést. Často k józe přistupují jen jako k fyzickému cvičení. Upnou se k tomu, že chtějí cvičit, vypadat dobře, umět jednotlivé cvičební pozice... Což by ale tak úplně nemělo být. Pro mne jako lektora je to výzva, snažím se vždy dotyčného seznámit s jógou, pootevřít mu ty možnosti, které jóga nabízí. Není nutné zvládat dokonale pozice, i ten, kdo je nedává, si v józe může najít jiný směr, jiné techniky a procházet stupni seberozvoje. Perfektní cvičení bez ničeho dalšího je totiž pouze na efekt, nedovede vás to tam, kam byste mohla s pomocí znalostí jógy dojít.

Jak byste tedy charakterizovala jógu?

Jóga je vlastně cesta sebepoznání, seberozvoje a na té cestě se máme naučit ovládat různé úrovně naší bytosti. Jóga je moudrost, jsou to znalosti. Učí nás, jak používat naše tělo, jak ho udržet ve zdravém, harmonickém stavu, jak s ním pracovat.



Z historie jógy

První zmínky o ní pocházejí ze sanskrtských textů starých 5 000 let, z doby civilizace Indus Sarasvati ze severní Indie. Brahmani (kněží) dále uchovávali, rozšiřovali a vysvětlovali její moudrost.

Za zakladatele jógy z dnešního pohledu je považován Patandžali, který ji systematizoval především ve svém díle *Jóga sūtry*, ve 2. stol. př. n. l. Na tomto základě vznikly pak různé směry jógy, navádějící zájemce k poznání podstaty života, k prožitkům a spojení individuálního a universálního bytí. Od 18. století začali mistři jógy cestovat po světě a postupně jóga pronikla do Evropy či Spojených států, kde si získala od počátku 20. století velkou oblibu. Naopak v samotné Indii docházelo v té době k jejímu úpadku, zapříčiněném také příchodem Britů a s tím spojených nařízení, týkajících se třeba zákazu putování náboženských skupin.

Pozn. Britská kolonie na většině zemí indického kontinentu existoval v letech 1858–1947. Než se dostala jóga na Západ, ženy ji nesměly praktikovat, stejně jako jim byla zakázána znalost sanskrty. To se změnilo, cvičení jógy se stalo na Západě populární u žen z vyšších kruhů a jóga se tím otevřela všem.



vat, jak získat a mít klidnou mysl. Jak přizpůsobit a zlepšovat naše emoce, tak, aby fungovaly v náš prospěch, měly pozitivní vliv na náš rozvoj i naše okolí.

Jóga má kořeny v Indii. Byla jste tam, navštívila třeba nějakou školu?

V Indii jsem nebyla, neměla jsem v podstatě zatím důvod. Domnívám se, že je to trochu předsudek – kdo se nevzdělával v Indii, není ten správný lektor apod. Ano, jóga pochází z Indie, a díky starověkým indickým mudrcům se jóga dostala a rozšířila po celém světě. Vynikající mistři jógy, kteří na opravdu dobré úrovni umí a cvičí jógu, předávají své znalosti, v dnešních dobách najdeme nejenom v Indii. Abyste se mohla vzdělávat, zdokonalovat a praktikovat jógu, pro to není podmínkou návštěva Indie.

Zmiňujete učitele. Vy máte jednoho z nejlepších, Predraga Nikiče...

Je to můj učitel, mentor. U něho jsem absolvovala všechny své dosavadní kurzy, získala osvědčení, diplomy. Je to opravdu velká a uznávaná osobnost ve světě jógy. Prof. Dr. Predrag Nikič je předsedou výboru Evropské Federace jógy i Mezinárodní společnosti pro vědecká mezidisciplinární studia v oblasti jógy. Upřednostňuje akademický přístup k józe. Léta pracuje jako profesor na Mezinárodní akademii jógy (sídlo má i v Praze) a působí i jako univerzitní profesor. Od prezidenta Indie, při velkém slavnostním ceremoniálu, obdržel vyznamenání Padma Shri za mezi-

národní přínos v oblasti jógy. Učím se tedy opravdu u jednoho z nejlepších mistrů jógy!

Co když si myslím, že cviky nezvládnou, i tak se mohu do jógy pustit?

Nezvládnete? Ale zvládnete! I když se myslíte, že nejste dostatečně flexibilní, budete překvapena co všechno vaše tělo dokáže. Na jógu jdete právě proto, abyste tu flexibilitu těla po čase získala. Nejde o to být dokonalý na začátku, ale postupně se ke své míře dokonalosti

„Celý náš život by měl být pohyb, nějaká správná pulzace, což je i základní předpoklad našeho dobrého zdraví.“

pracovat a své vlastnosti fyzické i psychické celoživotně si udržovat a zlepšovat. A pokud se stane, že některé pozice skutečně nikdy nezvládnete, nemáte pro to třeba dispoziční, tak to není důvod se trápit, to není v józe podmínka.

Práce s tělem je tedy pro nás další rozvoj důležitá?

Samozřejmě, zdravé tělo je základ, abychom mohli rozvíjet další úroveň našeho bytí. Naše tělo není vytvořeno, aby bylo statické, všechno slavnostním ceremoniálu, obdržel vyznamenání Padma Shri za mezi-

ho... to znamená, když dýcháme, máme nádech, expanzi, výdech, to je nějaká kontrakce... a to funguje po celý život, od našeho narození až do posledního výdechu. Člověk si řekne – vždyť přece dýchám tak co? Ale dýchá správně? Tak aby to mělo blahodárný vliv pro jeho celý systém? Celý náš život by měl být pohyb, nějaká správná pulzace ve všech aspektech života, což je i základní předpoklad našeho dobrého zdraví.

Jako všechno, i jóga má svá vnitřní pravidla, dělení, směřování. Předpokládám, že i práce s tělem je jedním z nich?

Jóga je velmi stará záležitost, ale takovou tu systematičnost, ze které i dnes vycházíme, jí dal indický učitel a filozof Patandžali. Stanovil cestu v osmi stupních. A poznání a fungování těla je neodmyslitelnou součástí. Každý, kdo tedy vstoupí na cestu seberozvoje pomocí jógy, těmi stupni prochází, někdy postupně, jindy se prolínají. (Pozn. red. Stezka jógy v bodech viz infoblok).

Je jóga vhodná pro každého, resp. může ji cvičit každý zájemce?

Všeobecně je určena pro všechny věkové kategorie, bez ohledu na pohlaví, rozdílů vyznání, názorů apod. V tom spočívá její dnešní univerzálnost. Ale existují výjimky... Pokud má člověk vážnější zdravotní problémy např. chronické, je po operaci a zotavuje se, nebo má fyzický problém, pak je vhodná nejprve konzultace s lékařem. Při „zdravém stavu“ ji však můžeme praktikovat všichni. Cvičíme tak, aby to bylo

Jóga podle Patandžaliho

Patandžali směřoval praxi jógy do osmi vývojových stupňů (stezka jógy), přičemž se stále opíral o stav vědomí a spojení individuálního a universálního bytí, což je filozofický pojem pro všechno, co bylo, je a bude.

1. **Jáma** (etické principy, rozvoj správného jednání)
2. **Nijáma** (osobní pravidla, duchovní hodnoty)
3. **Ásana** (jógové pozice, správné držení těla)
4. **Pránájáma** (dechová cvičení, vjem dýchání, výdechu a zadržení dechu, vědomá práce s dechem)
5. **Pratjáhára** (odpoutání smyslů, rozjímání, nelpění na objektech smyslového vnímání)
6. **Dhárana** (koncentrace, pozornost, soustředění zaměřením se na své tělo a prožitek)
7. **Dhjána** (meditace – po poutivé, pravidelné, dlouhodobé a správné praxi)
8. **Samádhi** (stav vědomí vedoucí k osvícení, nejvyšší stav v józe)

pro nás příjemné, dosahujeme svého maxima, nesoutěžíme s ostatními, cvičíme pro sebe. Vše děláme proto, abychom pocítili možnosti a potřeby našeho těla, respektujeme ho, spolupracujeme s ním a vnímáme jeho hranice.

Ty hranice se cvičením mají měnit, posouvat?

Pravidelným cvičením se hranice opravdu posouvají. Pro někoho ta pravidelnost znamená denně, pro jiného třeba dvakrát týdně, což by mělo být min. optimum. Každý to máme nastaveno jinak, s ohledem na další okolnosti. V józe se nedoporučují intenzivní cvičení, přepínání možností či nárazovost, tělo a svaly se protahují a spolupracují jen tehdy, když jsme v klidu a pracujeme s nimi průběžně. Představte si žvýkačku. Když ji rychle a silou natáhnete, co se stane? Přetrhne se. Ale když ji budete pomaloučku natahovat, protáhne se, bude pružná. Stejný princip má i náš sval, pravidelností ho zlepšujeme, cvičením udržujeme flexibilitu.

Vaše kurzy jsou určeny pro dospělé nebo i pro děti?

V současnosti jen pro dospělé, ale když byla dcera menší, vedla jsem jógu pro děti a pro rodiče s dětmi, do věku 6 let. Jestli je v kurzech rozdíl? Obrovský! Děti mají jinou úroveň pozornosti, musíte na vše jít více hravým způsobem, zabavit je, ale zároveň je i o podstatných věcech poučit. Jde to, i tak malé děti jsou velmi učenlivé. Jinak se domnívám, že i ty starší by měly s jógou přicházet do kontaktu, třeba v rámci školy. Prostřednictvím znalostí z jógy by si pak dokázaly poradit s mnoha věcmi v každodenní školní či studentské životě.

Jaká je Vaše zkušenost ohledně počtu účastníků v běžném kurzu? Máte stanoven nějaký limit?

Cvičit můžete ve dvou i ve velké skupině, tady bych počet neřešila. Lektor ale bývá omezen prostorem. Jinak počty osob během roku kolísají a udržet pravidelnost cvičení u lidí, tak to je velká výzva pro každého lektora! Jsou takové „vlny“... v září je hodně zájemců, v prosinci už chodí jen vytrvalci, pak přijde leden a nová předsevizet, tak se zájemci zase hlásí. A jak se blíží prázdniny, opět jejich počty klesají. Já říkám, že každá motivace, která člověka přivede k cvičení jógy a dodržování pravidelnosti, je vítaná, pro jeho život i zdraví je přínosem.

V kurzech se vám určitě setkávají začátečníci i ti, kteří se józe věnují dlouhodobě. Jak se to řeší?

Vše přizpůsobuji jejich různým úrovním, každý cvičí podle svých možností, mají své hranice. Jóga má i tu výhodu, že její jednotlivé pozice lze nastavit v jednodušší či pokročilejší verzi. Navíc na ní nepotřebujete žádné speciální vybavení, pohodlné oblečení, ručník a podložka je dostačující. U jógy to ještě funguje tak, že na nic netlačíme, dáváme každému prostor, člověk musí ke všem svým rozhodnutím dospět samostatně. Moje kurzy jsou otevřené pro všechny, cvičíme Hatha jógu, jógu Hormonální rovnováhy a pořádám také workshopy jógy. Otevíráme tím dveře pro ty, kteří by se rádi józe věnovali, zajímají se o ní, ale přesně nevědí, co od ní mohou očekávat. A jsem ráda, že zájemci nejen přicházejí, ale se i vracejí.

Děkuji za rozhovor. ak ■



ZAČALO ARCHEOLOGICKÉ LÉTO! Vydejte se zpět do historie, objevujte naše dějiny

Letošní, již šestý ročník oblíbené akce pro veřejnost byl zahájen. Od června do září jsou opět vypsány termíny na **KOMENTOVANÉ PROHLÍDKY** zajímavých archeologických památek a lokalit. Jejich seznam najdete na www.archeologickeleto.cz

Zájemcům o archeologii a regionální historii umožňuje tato prázdninová akce vyrazit na více než 100 známých i zapomenutých archeologických lokalit v doprovodu zkušených archeologů. Exkurze Archeologického léta s mottem Odkrýváme příběhy minulosti jsou rozprostřené po celé republice, mnohá místa se každý rok obměňují. Vstup je většinou zdarma, rezervace nutná.

První prohlídky se konaly již v červnu, nejvíce akcí se však tradičně koná o prázdninách, ale některá místa bude možné navštívit i v září. Exkurze, především k probíhající výzkumům, se mohou postupně doplňovat, je proto dobré průběžně stránky sledovat.

Na akci se podílí kromě Archeologických ústavů Akademie věd v Praze a Brně také několik desítek regionálních institucí, bez nichž by se Archeologické léto neobešlo.

Vydat se tedy můžete nejen na místa známá, ale i na ta pozapomenutá, či taková, která veřejnosti nejsou běžně dostupná. Velký zájem je každoročně o vstup přímo na probíhající terénní výzkumy. Nevšedním zážitkem je také možnost vyzkoušet si leteckou archeologii a prohlédnout si tak z ptáčích perspektiv zaniklou krajinu pod Řípem. Jako jednu z mála si tuto exkurzi účastníci hradí, i přesto je let Cessnou 172 vyhledávaným zpestřením. Vyhledli jste si akci, je obsazená a další termín nakonec nebyl přidán? Poznamenejte si Archeologické léto do kalendáře a příští rok se zkuste přihlásit hned, jakmile bude rezerváční systém přístupný.

Kam se letos v rámci Archeologického léta vypravit v kraji Zápraží a nedalekém okolí? Nabízíme několik tipů, ale možná během svého prázdninového putování zvolíte i místa v jiném koutě republiky...

• **Stará Kouřim** – Hradiště Stará Kouřim je spojeno s rozsáhlými archeologickými výzkumy, je považováno jako sídlo lokálních vládců před ovládnutím celých Čech



Nymburské hradby jsou významným dokladem středověkého opěvnění města



Kostel sv. Štěpána je architektonickou dominantou Kouřimi

Přemyslovcem Boleslavem I. Stará Kouřim se řadí mezi největší opevněná centra ve střední Evropě.

• **Kouřim u svatého Jiří** – Čeká vás seznámení s teoriemi, proč ve středověku došlo k dvojmu přesunu Kouřimi.

• **Posázavím ve stopách posledních lovců a sběračů** – Objevte málo známá místa pravěkého osídlení. Trasa Soutice/Černýš – Černýš (tvrz) – Střechov nad Sázavou je zhruba v délce 6 km. Cestou uvi-

díte mj. nálezště, která se nachází v oblasti se zdroji křišťálu – suroviny (nejen) pro výrobu kamenných nástrojů.

• **Ostrovský klášter u Davle** – Benediktinský klášter na ostrově sv. Jiří u Davle (Poz. red. zmiňujeme ho i v tomto čísle v rubrice Historie, v článku o kapli sv. Gotharda).

• **Libice nad Cidlinou** – Hradiště na soutoku Labe a Cidliny jako jedno z významných míst českých raně středověkých dějin.



• **Nymburk** – Terasa řeky Labe, na které vzniklo ve 13. století město Nymburk byla osídlená už od pravěku. K nejzajímavějším památkám na prehistorické osídlení patří eneolitická mohyla z období nálevkovitých pohárů, zavítáte i do gotického sklepení dnešní radnice, uvidíte zachovalé torzo tzv. bílých (opukových) hradeb a renesanční sladovnu.

red (s využitím TZ Arch. léta) ■

Léto v ZUŠ Říčany? Odpočinek, koncert i příprava na talentovky

Je to tak! Před námi je konec školního roku. Děti se už těší na prázdniny a nám nezbyvá než vám všem **POPŘÁT SLUNNÉ LÉTO** plné odpočinku a krásných zážitků s vašimi nejbližšími. Než se ale všichni rozprchneme do volných dnů, dovolte nám ještě pár informací.

Talentové zkoušky

Děkujeme všem za neustálý zájem o umělecké vzdělávání v ZUŠ Říčany. Přihlásilo se na 400 dětí! V předešlých letech jsme již výrazně navýšili kapacitu školy, počet zájemců ji ale opět převýšil. Letos jsme sice mohli přijmout více žáků, a také máme na MŠMT zažádáno o další navýšení kapacity školy (o 120 žáků). Nemáme ale zatím vyjádření.

Pro naši novou pobočku v ZŠ LOŠBATES v Louňovicích budeme pořádat talentové zkoušky ještě v druhém týdnu 8.– 10. září 2025, a to přímo ve škole LOŠBATES. Zde nabízíme hudební zaměření klavír, harfa, zobcová a příčná flétna, pěvecká hlasová výchova, bicí nástroje a kytara. Dále se děti mohou hlásit do výtvarného, tanečního a literárně-dramatického oddělení.

Z čeho máme radost

V ZUŠ Říčany se vlastně nekončí nikdy, proto i další akce na srpen jsou již připraveny. A to s partnerskou školou z dánského Albertslundu. Jazzové uskupení Malto, jejichž frontmanem je Fredrik Knud Moth, a Big Bang Říčany pod vedením Tomáše Remka uspořádají společný koncert v rámci cyklu Pohoda Jazz ve středu 27. srpna na náměstí v Říčanech a 29. srpna na Jurečku. Oba koncerty začínají v 17.30 h (plakát na s. 15).



UK soutěže MŠMT a UUR CR dechových nástrojů. Antonín Havel, lesní roh – 1. cena. Pedagog Adéla Volcová, korepetice Markéta Poláková



Taneční soutěž New generwtion Liberec. Choreografie Mezi mraky – Alžběta Hájková, Kateřina Nenadállová, Simona Rudolflová a Tereza Veselá – 1. cena. pedagog Ivana Sikorová



Taneční učitel roku 2025, finálový večer a vyhlášení výsledků, Městská knihovna v Praze – ocenění získala BcA. Ivana Sikorová

PŘEJEME KRÁSNÉ PRÁZDNINY A TĚŠÍME SE V SRPNU NA KONCERTĚ NA VIDĚNOU!

Informace o našich učitelích, talentových zkouškách v září a další sdělení najdete na www.zusricany.cz

Vaše ZUŠ Říčany – Strančice, Mnichovice, Mukařov a Louňovice.



ÚK soutěže MŠMT a UUR ČR dechových nástrojů. Marie Němcová – saxofon – 1. cena. Pedagog Tomáš Remek, korepetice Petr Malínek

ZUŠ Říčany

Noví pedagogové pro místo poskytovaného vzdělávání

Svazková základní škola LOŠBATES se sídlem v Louňovicích

Mgr. Katja Cepeda klavír	Mgr. Pavla Zahradová - Vondráčková hudební nauka	MgA. Lucie Brožková Procházková flétna příčná, zobcová	Mgr. Dita Stromková zpěv	Ondřej Vonička, DiS. bicí	BcA. Tereza Chábová klasičtí balet a scénický tanec	Filip Novák, DiS. kytara	Linda Bláhová Lahnerová, DiS. literární dramatický obor	Mgr. Aleksandra Porada výtvarný obor
--	--	--	--	---	---	--	---	--

www.zusricany.cz

Teplé letní podvečery, dovolená, prázdniny, víkendy na chalupě... k tomu neodmyslitelně patří i **POSEZENÍ U OHNĚ ČI GRILOVÁNÍ**. Ať už máte moderní plynový gril, nebo jste vyznavačem rozžhavených uhlíků pod roštem příp. kamennou deskou, zkuste do repertoáru svých pokrmů zařadit i nějaký ten recept s lilkem. Pokud jste tedy této zelenině doposud zdárně odolávali.



Foto: Pixabay

Letní grilování s LILKEM

Lilek můžete nabídnout ve formě hlavního chodu, ale stejně tak dobře z něj lze udělat předkrm, přílohu nebo salát. Příprava nebývá nijak časově náročná, kombinovat ho jde s masem, sýrem, jinou zeleninou, ale i třeba s ořechy nebo ovocem. Tak co vyzkoušíte?

Zapečené lilky

- 2 lilky
- 100 g mozzarellu
- několik menších rajčat
- 1 stroužek česneku
- čerstvou bazalku, koriandr nebo kadeřavou petržel
- olivový olej
- sůl

Lilek, rajčata a mozzarellu nakrájíme na kolečka. Lilek z obou stran posolíme a necháme tzv. vypotit, následně ho papírovou utěrkou osušíme. Česnek rozetřeme se solí a trochou olivového oleje. Lilky ogrilujeme nejprve krát-

ce na sucho a pak je potřeme česnekovým olejem a grilujeme ještě další 3-4 minuty. Na talíři lilek rozložíme, přidáme plátky rajčat, mozzarellu, posypeme bylinkami dle výběru a zakápneme trochou olivového oleje. (předkrm, příloha)



Foto: Pixabay

Lilky plněné kuskusem, bulgurem nebo rýží

- Kuskus / bulgur / rýže
- ingredience do směsi dle chuti
- 2 lilky
- 1 stroužek česneku
- čerstvé bylinky
- olivový olej
- sůl

Směs z kuskusu, bulguru nebo rýže si připravíme dle vlastní chuti a fantazie (bylinky, houby, rajčata, paprika, česnek...), příp. neděláme směs, jen připravíme a ochutíme kořením.

Lilky rozřízneme podél, mírně seřízneme spodní stranu, aby měly stabilitu na grilu (a pak na talíři) a do dužniny

nožem vytvoříme mřížky. Posolíme, necháme vypotit a osušíme papírovou utěrkou. Potřeme olejem s česnekem a grilujeme z obou stran. Následně je naplníme připravenou teplou směsí, navrch přidáme čerstvá či pečená rajčata, papriku a ozdobíme čerstvými bylinkami. (předkrm, hlavní chod)



Lilky s ořechovou pastou (Badridžani)

- 2 lilky
- 40 dkg vlašských ořechů
- 1 stroužek česneku
- vinný ocet
- čerstvé bylinky koriandr, petržel
- 1 granátové jablko
- příp. hroznové víno
- olivový olej
- sůl

Lilek nakrájíme podélně na tenké plátky, posolíme, necháme vypotit a osušíme papírovou utěrkou. Potřeme ho olivovým olejem a dáme grilovat lehce do zlatova (pozor nespálit, zkréhne a nejde rolovat). Osušíme ho od případného přebytečného oleje a potřeme jednotlivé plátky ořechovou pastou. Zaroluje-

me, ozdobíme jádry z granátového jablka (nebo kousky vína) a zpevníme párátkem.

Náplň:

Vlašské ořechy umeleme nadrobno, přidáme česnek, sůl, bylinky, kapku vinného octa a smícháme, vytvoříme hustou pastu. (předkrm, recept z Gruzie)

red ■



DOLNÍ BŘEŽANY – Obec přivítala ve čtvrtek 5. června vzácnou návštěvu. U příležitosti státní návštěvy nizozemského královského páru v ČR navštívila Dolní Břežany Její Veličenstvo královna Nizozemska Máxima spolu s prezidentem České republiky Petrem Pavlem a jeho chotí Evou Pavlovou. Hlavní program návštěvy probíhal v prostorách laserového centra ELI Beamlines, kde bylo slavnostně zahájeno Česko-nizozemské obchodní fórum. To se věnovalo tématům jako chytrý průmysl, energetika, cirkulární ekonomika, mobilita a kreativita. Do Dolních Břežan zavítali také ministr průmyslu Lukáš Vlček, zástupce ministerstev pro zahraniční a ekonomické záležitosti Nizozemí, stejně jako ředitelé národních agentur, zástupci technologických firem, inovačních center a profesních asociací z České republiky a Nizozemska. Delegace byla oficiálně přivítána místostarostkou obce Janou De Merlier a následně seznámena s historií rozvoje obce a strategickým cílem Dolních Břežan podporovat vědu, výzkum a inovace.

Zdroj: www.dolnibrezany.cz, Fb Život v Dolních Břežanech, fotogalerie

STŘEDOČESKÝ KRAJ – Rada Středočeského kraje na svém jednání schválila návrh na zapsání „Českého trampingu“ do Seznamu nemateriálních statků tradiční lidové kultury Středočeského kraje. Tento krok představuje důležité uznání více než

stoleté tradice, která v regionu vznikla a dodnes zde žije v rozmanitých podobách. Český tramp-ping vznikl přibližně od roku 1916 v jižním okolí Prahy a postupně se rozšířil po celém území tehdejšího Československa. Ve Středočeském kraji zanechal výraznou stopu především v okolí řek Sázavy, Berounky a Vltavy, ale také v Brdech, na Kokořín-sku nebo Rakovnicku. Tramping představuje svěbytný způsob pobytu v přírodě a neformální komunitní život, který je charakteristický důrazem na přátelství, táboření, inspiraci westernem a kontinuitu tradic napříč generacemi. Zapsání trampingu do krajského seznamu navazuje na Koncepti péče o tradiční lidovou kulturu ve Středočeském kraji a zároveň naplňuje cíle státní kulturní politiky. Seznam nemateriálních statků byl zřízen v roce 2015 a jeho smyslem je chránit a podporovat živé tradice, které mají v našem regionu hluboké kořeny.

KOSTELEČ N. Č. LESY – Letošní Setkání Kostelců se uskutečnilo koncem června na Moravě, konkrétně v Kostelci na Hané, kde již proběhlo setkání v roce 2015. Zástupci z Kostelce n. Č. lesy prezentovali město v kulturním a sportovním programu, pro zájemce o účast na setkání byl také připraven autobus. Akce Kostelce v Kostelci má již svou tradici, letos šlo o 33. ročník.

Zdroj: www.kostelcncl.cz



ČESKÝ BROD – Ke změnám placení parkování v lokalitě I (náměstí) a v lokalitě II (Škvárovna – za nádražím, mezi ulicemi Klučovská a Zborovská) došlo ve městě od 1. června. Dosud řidiči za přední sklo vozidla umísťovali parkovací kotouč nebo zaplacený parkovací lístek z parkovacího automatu. Nově budou strážníci vozidla kontrolovat přes aplikaci ALPR. S touto aplikací je nyní propojen virtuální parkovací automat (elektronická aplikace) i stávající parkovací automaty. Virtuální parkovací automat funguje v online prostředí, a to bez nutnosti stahovat si aplikaci do svého telefonu. Načtete QR kód, vyplíte SPZ vozidla, časový úsek parkování a zaplatíte pohodlně z mobilu. Doba placení stání se zkracuje. Zpoplatněno bude pouze ve všední dny Po – Pá 8:00 – 17:00. O víkendu bude zdarma. Lokalita I Náměstí – Parkovací kotouče zde již nebude možné používat. V této lokalitě platí prvních 60 min zdarma, ale s tím, že hodinu zdarma lze využít na registrační značku pouze jednou za kalendářní den. Další parkování je zpoplatněno za každou započatou hodinu 20 Kč. Lokalita II Škvárovna – Tady parkovací kotouče zůstávají v platnosti. Umístění musí být viditelné za předním sklem vozidla, a to na dobu max. 120 min. I zde však můžete využít platbu přes virtuální platební automat. Každá další započatá hodina je zpoplatněna 20 Kč.

Zdroj: www.cesbrod.cz



ŽALUZIE ŠVORC & ŠVORC

- žaluzie, markýzy, rolety
- síť proti hmyzu, garnýže
- shrnovací dveře, garážová vrata
- opravy a servis

www.zaluzie-svorc.cz

Nově otevřená provozovna!
Gorkého 171/ 1, Říčany

František Švorc, mobil: 602 209 561, frantisek.svorc@zaluzie-svorc.cz
Milan Švorc, mobil: 724 090 183, milan.svorc@zaluzie-svorc.cz
Martin Švorc, mobil: 723 143 118, martin.svorc@zaluzie-svorc.cz

SEMINÁŘE, SBÍRKY, SPOLUPRÁCE

V regionu Říčanska fungují organizace a lidé, kteří se vzájemně **PODPORUJÍ, POMÁHAJÍ SI** a hledají způsoby, jak zlepšit život těch, kteří to nejvíce potřebují. I Komunitní centrum Říčany je u toho.

V jarních měsících jsme uspořádali tři vzdělávací semináře zaměřené na péči o seniory. Pracovníci z pomáhajících profesí si odnesli nejen cenné informace, jak řešit konfliktní situace, jak pracovat s životním příběhem klienta, ale také co obnáší doprovázení a péče o umírající. Tento vzdělávací projekt podpořila Nadace EP Group. Děkujeme.

Díky daru Nadace ČEZ jsme zorganizovali tzv. „Kulatý stůl“ pro lepší spolupráci. Sociálně slabé rodiny potřebují nejen podporu, ale i koordinaci mezi organizacemi, které jim pomáhají. Na našem kulatém stole jsme propojili místní iniciativy, abychom společně hledali efektivní cesty, jak zajistit lepší pomoc těm nejzranitelnějším. V pořádání těchto kulatých stolů chceme určitě pokračovat.

Někdy i malá věc může znamenat obrovskou změnu. Proto u nás zapůjčujeme některé kompenzační pomůcky, které usnadňují každodenní život lidem, kteří potřebují podporu při pohybu či běžných aktivitách.

Nadchli jsme se pro společný projekt organizací a dobrovolníků v Říčanech s cílem vytvořit „Čajovou zahradu“, která nebude jen o pěstování bylinek a přípravě lahodného nápoje. Přímou v centru Říčan vzniká prostor pro setkávání, relaxaci a sdílení – místo, kde se lidé mohou zastavit, odpočinout si a načerpat inspiraci z přírody i přátelských rozhovorů.

Jarní potravinová sbírka se povedla. Díky dárcům jsme získali pro naše sociálně slabé rodiny celkem 23 plných banánových krabic trvanlivých potravin a hygienických potřeb. Děkujeme našim úžasným dobrovolnicím Blance Theobald, Ádě a Baru Dvorských a Zuzce Macháčkové. A také všem, kterým není osud ostatních lhostejný a pomáhají.

Službu rodinné asistence tvoří zase plně funkční tým. Vítáme mezi nás kolegyni Irenu. S Irenou se paní



Seminář na téma doprovázení umírajících a paliativní péče



Setkání poskytovatelů sociálních služeb Středočeského kraje



Jarní potravinová sbírka

ředitelka Pavlína zúčastnila v polovině června setkání poskytovatelů sociálních služeb Středočeského kraje, které se konalo na výstavišti v Lysé nad Labem.

Naše poslání je jednoduché: spojit lidi, šířit podporu a vytvářet komunitu, která se stará o své členy. Každý, kdo se k nám přidá – ať už jako dobrovolník, účastník aktivit nebo podporovatel – pomáhá utvářet naši společnou lepší budoucnost.

Klidné letní dny všem a dětem krásné prázdniny přeje za tým Komunitního centra Říčany Pavlína Šantorová Filková – ředitelka společnosti.

Pokud se chcete stát patronem Komunitního centra Říčany a podpořit nás v naší práci, ozvěte se nám. Veškeré informace o naší organizaci, podrobné kontakty i návod, jak nás podpořit, naleznete na internetových stránkách www.kcricany.cz. E-mail: info@kcricany.cz, tel. 774 780 141

Osobní asistence
Bc. Kamila Šourková
tel. 604 522 625

Program pro rodiny
Lucie Sochůrková, DiS.
tel. 737 536 205

Představujeme zaměstnance Olivovy dětské léčebny

Olivova dětská léčebna je tvořena týmem **KVALIFIKOVANÝCH A ODDANÝCH ODBORNÍKŮ**, kteří se denně podílejí na zajištění komplexní péče o dětské pacienty. V rámci nové série článků budeme pravidelně představovat jednotlivé členy týmu – jejich pracovní zařazení, každodenní činnost i motivaci k práci s dětmi. V prvním dílu této rubriky vám přiblížíme práci sanitářky, která hraje nezastupitelnou roli v provozu léčebny.

Seznamte se, Katka – naše sanitářka

Katka je maminka dvou dcer. V Olivovně pracuje již 3 roky a je zde moc spokojená. Do práce to má kousek, což je velká výhoda a cítí se tu opravdu dobře. „Mám to do práce jen pár minut, což je pro mě jako maminku velká výhoda,“ říká s úsměvem. „Díky tomu zvládám skloubit rodinný život s pracovním, aniž bych musela trávit hodiny na cestách.“

Za dobu, co je součástí týmu, získala spoustu zkušeností a dnes už přesně ví, co děti potřebují – ať už jde o každodenní péči, nebo vlídné slovo v pravý čas. Práci v Olivovně vnímá nejen jako zaměstnání, ale jako místo, kde může opravdu pomáhat a být dětem nablízku.

„Jako sanitářka v Olivovně mám na starosti hygienu v budově – starám se hlavně o veškeré ložní prádlo Olivovny a čistotu prostor.“ Představte si 140 postelí.

„Každý týden u všech dětí pravidelně měníme ložní prádlo – tedy povlaky na peřiny a polštáře i prostěradla. Pokud je to potřeba dříve (například po nehodě,



nemoci nebo kvůli procedurám), reagujeme okamžitě a prádlo vyměňujeme i mimo plán.“

Celý proces zahrnuje nejen samotné svlékání a převlékání postelí, ale i správné třídění použitého prádla, zajištění odvozu do prádelny a následné uložení čistého zpět na oddělení. Musíme hlídat, aby bylo vše hygienické, voňavé a připravené včas – ať už jde o nástupy nových dětí nebo nečekané události během dne.

I když je to fyzicky náročné, tahle práce má smysl – pomáhá vytvářet prostředí, kde se děti cítí pohodlně, bezpečně a „jako doma“. A čistá postel? Ta je základ pro kvalitní odpočinek i léčbu. Dohlížím také na čistotu dětské herny, kde děti tráví hodně času, a kde je tedy pořádek co uklízet. „Vím, že čistá a hezká herna není jen o dojmu, je to i prevence nemocí a důležitá součást celkové péče. Děti si tam mají odpočinout, zabavit se a cítit se dobře.“

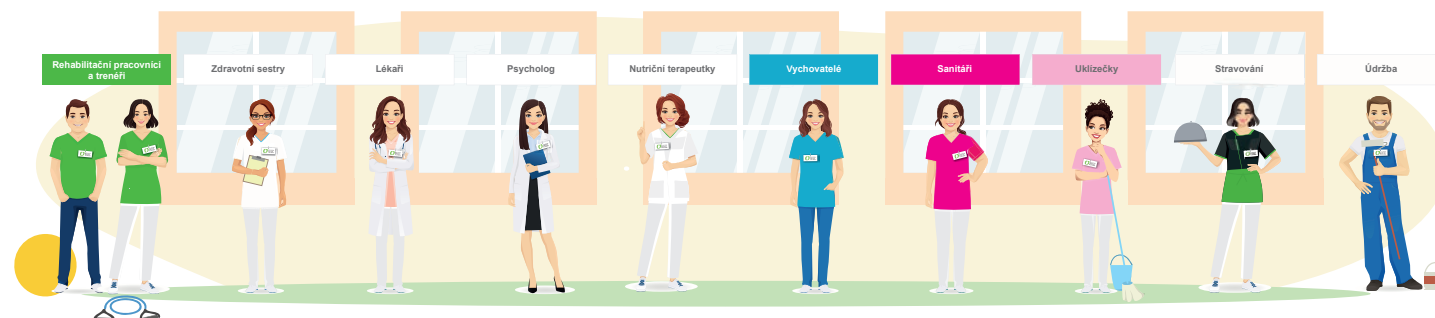
A právě k tomu jim pomáhá i pořádek a bezpečné prostředí.

Jako sanitářky také pomáháme s přípravou koupelí a inhalací, ale také dohlížíme na čistotu prostředí – od pokojů až po společné prostory. Spolupracujeme s dětskými sestrami, fyzioterapeuty a dalšími kolegy, aby byl pobyt pro děti co nejpříjemnější a bezpečný.

Mou práci vnímám jako důležitou součást celkového fungování léčebny. Každý úsměv nebo poděkování od dítěte je pro mě potvrzením, že moje práce má smysl.“

OLIVOVA
DĚTSKÁ
LÉČEBNA

Tým z OLIVOVNY



Když sv. Gothard (ne)procházel Českým Brodem

Vaše otázka teď zřejmě zní: Tak procházel nebo ne? Nejspíše ne, zřejmě do tohoto kraje nikdy nezavítal, možná ani nevěděl o jeho existenci. Ale **POVĚSTI A LEGENDY** mu přiřítají množství nejruznějších aktivit a míst, tak proč je hned zatracovat? Faktem je, že kostely a kaple zasvěcené sv. Gothardovi u nás máme, a v Českém Brodě dokonce obě verze. Kapli a pak také zajímavý kostel na náměstí, ale tomu se budeme věnovat někdy příště.

Barokní poutní kaple se město Český Brod dočkalo v roce 1727, kdy byla vystavěna nákladem zámožného českobrodského měšťana Jana Albrechta Šentála z Kerska. Umístění bylo zvoleno nad tzv. záračným pramenem, kousek za hradbami, poblíž říčky Šembery. Lidé ke sv. Gothardovi, stejně jako v tomto kraji k oblíbenému sv. Donátovi, směřovali své prosby o ochranu před bleskem, o příznivé počasí, o deště v období sucha... Kaple se záhy stala i cílem procesí, ale svou důležitou roli měla až do 19. století i pro místní měšťany: odehrávalo se u ní slavnostní udílení měšťanství každému novému obyvateli Českého Brodu, který zde byl symbolicky prokropen vodou ze studánky. Ještě na počátku 20. století to bylo živé místo, ale po 1. sv. válce jeho význam začal mizet, a s nástupem nové éry po roce 1948 upadlo téměř v zapomnutí. Náletová ve-

getace, odpadky, místo přespávání rozličných jedinců. Došlo to tak daleko, že kaple byla v 90. letech vypálena. Vše se ale změnilo v roce 2017, kdy díky iniciativě V. J. Mrvíka a I. Vomáčkové byla Středočeským krajem pro kapli poskytnuta dotace na její rekonstrukci. O rok později, symbolicky na svátek sv. Gotharda, už byla kaple slavnostně vysvěcena, a to biskupem Mons. Václavem Malým. Kapli sv. Gotharda najdete v jiho-východní části města na břehu říčky Šembery. Dojít k ní můžete úzkou stezkou Břetislava Jedličky-Brodského od mostu před Kouřimskou bránou (za Lidovým domem). Využít ale můžete také dřevěný mostek, který najdete v obchodní zóně, mezi Lidlem a Penny. Od něho máte kapli na dohled. I když rubrika zní Tip na výlet, berte dnešní příspěvek spíše jako tip na malou procházku na zajímavé místo. **red ■**

Sv. Gothard z Hildesheimu

(980–1038) byl bavorský mnich benediktinského řádu, postupně opat čtyř klášterů a biskup v severoněmeckém Hildesheimu. Zajistil mj. vyslání mnichů k založení kláštera sv. Jana Křtitele na Ostrově u Davle, což byl jeden z nejstarších mužských českých klášterů. Sto let po své smrti byl Gothard papežem svatořečen jako první bavorský biskup. Bývá vyobrazen s modelem kostela v ruce, u nohou může mít draka, symbol svého úspěšného reformátorského působení. Je patronem zedníků, mnoha klášterů, Gotthardského masivu ve Švýcarsku či italských měst Ferrara, Modena.

Pověst o sv. Gothardovi

Cestou z Českého Brodu se Gothard unavil a usedl nedaleko Šembery k odpočinku. Do země přitom zabořil svou vysokou berlu. Když ji po chvíli vytáhl, ze země vytryskl pramen vína. I rozhodl Gothard, že dokud bude o studánku českobrodskými měšťany dobře postaráno, víno bude jejich odměnou. Lidé později nad studánkou vystavěli kapli, pořádali k ní procesí, ale zapomněli ji čistit. Časem se víno proměnilo na vodu, ale i ta pak zmizela. Marné byly veškeré pozdější snahy. Vodu ani víno už nic nevrátilo zpět. Jen kaple sv. Gotharda zůstala.



Barokní kaple sv. Gotharda v Českém Brodě chátrala, její obnova přišla v poslední chvíli. Zde stav před rekonstrukcí (2016)

Má vlast cestami proměn – příběhy domova

Pod tímto názvem se skrývá putovní celoroční **ČESKO-SLOVENSKÁ VÝSTAVA**, která přináší dobré zprávy o zdařilých proměnách měst, vesnic a krajiny. V Proměnách 2019 byla zařazena také zdařilá rekonstrukce a záchrana kapličky sv. Gotharda v Českém Brodě.

Výstavu pořádá spolek Cestami proměn, z.s., partnery výstavy jsou kraje České republiky a spolupracuje řada dalších organizací a institucí. Prostřednictvím fotografií a příběhů se představuje stav před rekonstrukcí a po ní. A každý rok se jedná o nejruznější objekty, náměstí, návsi až po krajinářské úpravy. Jde o výstavu putovní, setkat se s ní tedy můžete v různých koutech naší republiky, všude tam, kde o ni z nějakého důvodu projeví zájem. Nejhezčí proměny se také každý rok oceňují. Hodnotí

je veřejnost po celý rok na webu, a proměny hodné následování volí také odborná porota architektů od vedením pana arch. Josefa Pleskota. Symbolem celého projektu je kamenné srdce, které bylo vykopáno na vyšehradské akropoli při budování závlah pro vyšehradský park. Toto Srdce vlasti si každý rok předávají hlavní partnerové kraje, aby ho opatrovaly, stejně jako veřejný prostor naší země. Na zdraví Srdce vlasti a Srdcí krajů dohlíží pan prof. Jan Pirk. **red ■**

Slavnostní zahájení 17. ročníku Má vlast cestami proměn – příběhy domova se konalo v Praze na Vyšehradě v sobotu 14. 6. 2025 a v Čachticích 19. 6. 2025.

Přihlášené proměny rekonstrukcí objektů nebo úprav krajiny a další info najdete na www.cestamipromen.cz

REGL

MAN

Pohoda

22–30/8/2025

DŽEZ

ANEK TYDEN JAZZU V ŘIČANECH

Pa 22/8 19.00 Restaurace DVAJEDNA – Jiri Válek Kvartet

So 23/8 19.30 SPOT Bistro – Time Skip

Ne 24/8 18.00 Restaurace Siciliani – Josef Kolin Trio

Po 25/8 18.00 Restaurace Jureček – Jazzové Perutě 80

Út 26/8 18.00 Říčanský pivovar – The Aliments

St 27/8 17.30 Masarykova n. – Big Band ZUŠ Říčany (vedoucí T. Remek) a Jazzový soubor MALTO

Čt 28/8 18.00 Restaurace Čajovna – Originalní Pražský Synkopický Orchestr

Pa 29/8 17.30 Kiosek Jureček – Jazzový soubor MALTO

Pá 29/8 18.00 Hospůdka Na Marvanku – JazzM

So 30/8 18.00 HOPPS Lahůlka – Spinus Q

ŘEKNI ŘIČANY

WWW.RICANY.CZ

RICANY

Albertslund Kommune

JAZZ

2025

JAM

Společný projekt

Č

+

D

ZUŠ Říčany (Czech Republic)

Musikskolen Albertslund (Denmark)

OPEN AIR KONCERT JAZZ JAM

středa 27. srpna 2025 od 17.30, v zahradě Husovy knihovny

BIG BAND ZUŠ Říčany (CZ)

dirigent Tomáš Remek

jazzová skupina MALTO (Dánsko)

dirigent Fredrik Knud Moth

POHODA JAZZ – KONCERT NA JUREČKU

pátek 29. srpna 2025 od 17.30, Jureček - kiosek

jazzová skupina MALTO (Dánsko)

dirigent Fredrik Knud Moth

Přijďte, těšíme se na vás!

Prospojení kultur skrze hudbu: jazzová a symfonická výměna mezi ZUŠ Říčany a Musikskolen Albertslund

Projekt je spolufinancován programem Evropské unie Erasmus+

Spolufinancováno Evropskou unií

Erasmus+ Mladé inovace, inovativní akce

ICM+ ZAPRAZI

Kód projektu - 2025-1-CZ01-KA122-SCH-000344870

Barokní kaple sv. Gotharda (1727) je kruhového půdorysu, zaklenutá kamennou klenbou, se vstupním portálem, rámovaným pískovcovým ostěním. Střecha je tvořena cihlami, naplocho kladenými do malty

14 | ZAPRAZI.EU

ZAPRAZI.EU | 15

Představení v KC Labuť Říčany



Program letošní Letní scény KC Labuť byl zahájen v červnu, pokračovat bude celé prázdniny v zahradě Husovy knihovny (Masarykovo nám. 66, Říčany). Při nepřizní počasí přesun akce do KC.

Letní kino v Českém Brodě

Letní kino Svět promítá každý pátek od 11. července až do konce letních prázdnin. Stejně jako v předchozích letech vás zveme do krásné zahrady českobrodského gymnázia, která poskytne pohodlné zázemí a jedinečnou atmosféru promítání pod širým nebem. Těšit se můžete i na výborné občerstvení od Tex-Mex Street Food, chybět nebudou ani drinky a dobře vychlazené čepované pivo.

V programu letního kina najdete oblíbené české komedie se známým hereckým obsazením. Letos se nám podařilo zařadit hned tři premiéry – Kouzlo derby, Džob a Pod parou. Náročnějším divákům a příznivcům filmové klasiky udělá radost legendární Casablanca či snímky Kapelo, hraJ a Než skončí léto. A protože letní prázdniny patří hlavně dětem, nezapomínáme ani na filmy pro celou rodinu. V červenci promítáme originální animovaný film Život k sežrán

Více informací: https://www.cvik.info/letni-kino-cesky-brod

PROGRAM	
LETNÍ KINO ČESKÝ BROD 2025	
11/7 CASABLANCA Dopisová komedie USA 1942 102 min. Čes. titulky animovaný	8/8 KAPELO, HRAJ Komedie, drama Francie 2018 103 min. Čes. titulky animovaný
18/7 KOUZLO DERBY Komedie, sportovní Česko 2025 91 min.	15/8 JEZEK SONIC 3 Akční komedie USA 2024 100 min. Čes. titulky animovaný
25/7 ŽIVOT K SEŽRÁNÍ Ladyslav Gál Česko, Slovensko, Francie 2024 80 min. Čes. titulky animovaný	22/8 NEŽ SKONČÍ LÉTO Drama, komedie Austrálie 2019 120 min. Čes. titulky animovaný
1/8 DŽOB Komedie, premiéra Česko 2025 animovaný	29/8 POD PAROU Drama, komedie Česko, Slovensko 2025 102 min.
Zahradě Gymnázia Český Brod (vstup z ulice Ztrmířská)	

Zlatý mamut: známe vítěze

Pamatujete na loňské první číslo časopisu Zápraží? Tento pán byl na jeho titulce a uvnitř jste si s ním mohli přečíst velký rozhovor. Pokud jste toto číslo minuli je samozřejmě na našem webu v archivu stále volně ke stažení/přečtení. DAVID TŮMA „DAGFARI“, držitel regionální značky Zápraží a titulu Mistr tradiční regionální výroby, byl nominován v letošní anketě ceny Karla Absolona za popularizaci archeologie – Zlatý mamut. My v Zápraží jsme mu během dubnového hlasování hlas dali, a jak to tedy celé dopadlo?

V pondělí 2. 6. 2025 proběhlo v brněnském pavilonu Anthropos slavnostní vyhlášení vítězů již 6. ročníku Ceny Zlatý mamut. Popularizační aktivity byly pestré obsahově i provedením a komise tedy ani letos neměla snadný úkol.

- Akademická kategorie: 1. místo – Klenotnice Velké Moravy / Autor: Miroslav Kovářik
- Muzejní kategorie: 1. místo – Lauby – světa a stíny Ostravy / Autor: Zbyněk Moravec
- Studentská kategorie: 1. místo – Symposion – zažijte antiku na vlastní kůži / Autoři: Lucie Boudná, Barbora Bulánková, Alžběta Dobešová, David Haltmar, Filip Hanáček, Dora Podaná, Mária Švorcová
- Cena veřejnosti: 1. místo – projekt DAGFARI.NET / Autoři Lucie Bejčková a David Tůma

Pro info: Soutěžní projekt DAGFARI.NET je zastřešující platforma pro několik paralelně probíha-



jících podprojektů, navzájem se podporujících. Různorodé aktivity se rozprostírají od několika facebookových stránek, internetového popularizačního tržiště Dagfari.net, dobové bitvy Rogar až po edukaci, jako jsou přednášky, rozhovory v tisku, televizních pořadech a další. Cílem Davida Tůmy („Dagfari“), je zpřístupnit koníček obecně nazývaný reenactment raného středověku široké veřejnosti. Gratulujeme!



Veřejná sbírka JSDH Všestary

Cílem sbírky na Donio.cz je pořízení VELKOKAPACITNÍHO ČERPADLA pro zajištění efektivního odčerpávání vody při povodních, přivádění velkého množství vody k cisternám při větších požárech a dalších událostech v našem regionu.

Jednotka dobrovolných hasičů Všestary je předurčená pro zřizování čerpacích stanovišť při rozsáhlých požárech a povodních. Aby mohli efektivně zasahovat i v nejnáročnějších podmínkách, potřebují nové výkonné čerpadlo s vysokou kapacitou. Pořízení tohoto zařízení je nezbytné pro zvýšení připravenosti JSDH a schopnosti rychle reagovat na krizové situace.



Sbírka je realizována prostřednictvím platformy Donio, kde je možné přispět libovolnou částkou, najdete ji pod názvem Velkokapacitní čerpadlo pro JSDH Všestary – zřizování čerpacích stanovišť. Nové čerpadlo výrazně posílí schopnost JSDH Všestary dopra-

vit vodu tam, kde je nejvíce potřeba – nejen ve Všestarech, ale v celém správním obvodu ORP Říčany, který zahrnuje 52 obcí. Přispěním pomůžete zvýšit bezpečnost lidí, ochranu majetku i přírody při mimořádných událostech.

TISÍC FILOZOFŮ HLEDÁ MÍSTO

Zdá se vám tento titlek povědomý? Aby ne, půjčila jsem si ho od spisovatele Karla Čapka, z jeho sloupku, který na téma tehdejší aktuální situace absolventů napsal v roce 1933. Vzpomněla jsem si na něj při čtení rozhovoru s jedním současným absolventem filozofie. Ten také marně hledá práci, v tom je shoda s Čapkovými časí, ale tím to končí. Dnešní mladý intelektuál by sice pracovat mohl, dokonce i jako vystudovaný filozof má určité možnosti uplatnění ve svém směru, ale ty se mu nezdaří dostatečně adekvátní pro život. Jinými slovy, málo peněz pro jeho předpokládaný styl života, zaměstnání na pevnou pracovní dobu a nutnost dojíždění. Žádná z nabídek ho nezaujala. Zvažoval, prý stejně jako mnoho jeho jiných spolužáků s diplomem, že by se profesně vydal zcela jiným směrem. Nelpí totiž na tom co vystudoval, důležitě je, aby byl dostatečně ohodnocen za to, že studoval, neboť tomu věnoval tolik let! To přece všichni musí pochopit! Zatím se však nerozhodl, tak jeho kroky zřejmě povedou místo do zaměstnání na pracovní úřad. Což je ale vlastně také zajímavá zkušenost, že? Trh práce je ovšem záležitostí poměrně zapeklitá a s mnohdy vyššími či dokonce vysokými ambicemi čerstvých vysokoškoláků zrovna nesouzní. Je bez diskuzí, že určitá platová (či mzdová) nevyváženost existuje, podmínky jsou různé. Ale to neznámá, že možnosti vůbec nejsou. Na druhou stranu, nikdy jsem moc nechápala studia jen pro získání diplomu. Bez toho, že by člověk měl o daný obor opravdu zájem, toužil se vzdělávat, zdokonalovat, využít nabízených vědomostí a znalostí. A tak se opravdu může stát, že tisíce filozofů bude hledat práci a časem ji i najde. Jen se asi z žádného filozofa nikdy nestane. ak

Vybíráme z akcí
(červenec/srpen 2025)

4.–6. 7. Svatoprokopská pouť na Sázavě – pořádá farnost sv. Prokopa, hlavní mši v neděli slouží Mons. Jan Graubner, www.sazavskyklaster.cz
5. 7. Výstava traktorů a zemědělské techniky – 23. ročník, Chotouň u Českého Brodu (9 až 16 h, Muzeum traktorů Chotouň)
5. 7. Černokostelecký Padour – Kostelec n. Č. lesy, 27. ročník, start v poledne od restaurace U Hálů (10.30 h zápis, 12–13 h spanilá jízda, 14–16 h vyhlášení vítězů, pak volný program, www.cernokosteleckypadour.cz)
12. 7. Bluestone fest 2025 – Kamenice, hudební festival s doprovodným programem a kytarovým workshopem, vstupné 490 Kč
19.–20. 7. Oživlý středověk v podhradí – hrad Zlenice, festival středověkých řemesel (10–18 h, vstupné 200/100 Kč)
29. 7. Výtvarná dílna pro nejmenší – Montessori Mozaika Mnichovice (10–11.30, vstup volný, rezervace vhodná)
9. 8. Motocross Memoriál Jaroslava – 3. ročník, Kostelec n. Č. lesy, areál Peklovské rokly (třídy 50/65/85, classic, twinshock, evo, open)
22.–30. 8. Pohoda Džez – Týden jazzu v Říčanech, program na www.ricany.cz
23. 8. Festival Brod 1995 – hudební festival v Českém Brodě (areál Na Kutilce, 12–1 h, vstupné 899 Kč)
30. 8. 2025 Mezinárodní noc netopýrů – Ekocentrum Vrátkov u Českého Brodu (18–21 h, ukázka handicapovaných netopýrů, použití echolokátoru...)
30. 8. Posázavská Rallye Berchtold – 27. ročník orientační soutěže veteránů, zařazené do poháru MČR historických vozidel (účastnit se může auto a moto starší 30 let, start/cíl Zámek Berchtold, Kunice, www.pkhv.cz)

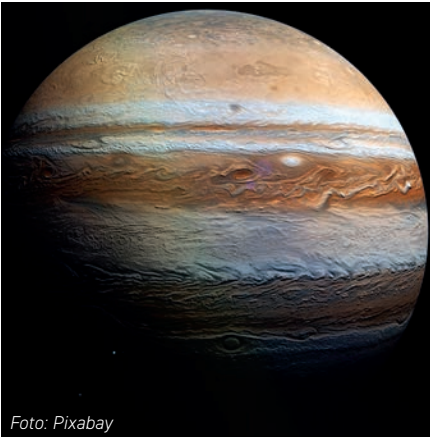


Foto: Pixabay

Perseidy a setkání
Venuše s Jupiterem

Letní obloha nám opět nabídne několik **ZAJÍMAVÝCH ÚKAZŮ** k pozorování. Dobře patrnou Mléčnou dráhu, padající Perseidy, jasný Saturn nebo Venuši s Jupiterem...

Jeden z nejvýraznějších každoročních rojů jsou Perseidy. Ty mají svůj radiant v souhvězdí Persea. Roj je činný od 17. července do 24. srpna, přičemž maximum roje přichází mezi 12. a 13. srpnem. V tento čas však v letošním roce nebudou zcela dobré podmínky

k pozorování. Pozorování bude ovlivňovat Měsíc, který v té době bude na obloze výrazně svítit (bude tři dny po úplňku).

Srpen nám přinese ještě jednu zajímavost – setkání dvou planet pozorovatelné snadno očima. Nad ránem, nízko nad východním ob-

zorem, se 12. srpna velmi jasná Venuše přiblíží k také tak velmi nápadnému Jupiteru. K ještě lepšímu pozorování vám bude stačit i malý dalekohled, uvidíte pásovou strukturu Jupiterovy atmosféry a čtyři kolem něj obíhající měsíce.



Červencové pozvánky na zámek
v Kostelci nad Černými lesy

Zdejší renesanční zámek byl jedním z hlavních sídel **SMIŘICKÝCH ZE SMIŘIC** a ve své době se jednalo o jeden z nejreprezentativnějších zámků v Čechách.

Po vzniku Československa v roce 1918 byl zámek i panství Černý Kostelec vyvlastněn při pozemkové reformě tehdejším majitelům, Liechtensteinům, a přešel do majetku státu. V současné době je zde sídlo Lesů České zemědělské univerzity v Praze.

Do zámeckého sálu Smiřických by měli ve čtvrtek 3. července zamířit příznivci hudby a kultivovaného mluveného slova. Město zde pořádá 18. ročník koncertů Hudební setkávání v Kostelci n. Č. lesy. Od 18 h zde houslista Václav Návrat a herec Jan Přeučil nabídnou ukázky poezie, hereckých monologů a barokní skladby (vstupné 100 Kč). Pro

úplnost dodejme, že o týden později Hudební setkávání pokračuje, v kostele sv. Jana Křtitele, kde se představí Musica Dolce Vita (harfa, flétna, mezzosoprán) s programem hudby světových mistrů Letní nocturno. Od 18 h, vstupné dobrovolné.

Letos již pošesté se pak na zámek můžete vydat v rámci Lesy ČZU pořádané Zámecké noci, a to v sobotu 26. července od 19 h. Každoročně je pro návštěvníky připraven zajímavý doprovodný program, tentokrát na téma Odhalování tajemství zámku a hledání pokladu Smiřických. Vstupné zahrnuje program a prohlídku zámku.

Šachový turnaj
v Říčanech



V květnovém čísle Zápraží jsme přinesli článek ke 100. výročí vzniku **KLUBU ŠACHISTŮ ŘÍČANY**. V rámci oslav byla připravena řada akcí. Jejich součástí je i **srpnový 23. ročník šachového turnaje, Mezinárodní Pohár města Říčan**.

Klub šachistů Říčany 1925 ve spolupráci s městem Říčany a Středočeským šachovým svazem zve přátele šachu do Říčan na otevřený šachový turnaj pro všechny věkové kategorie, konaný od soboty 23. 8. do 30. 8. Turnaj se odehraje v Kulturním centru Labuť Říčany, termín podání přihlášek je k 20. 8. 2025. Součástí turnaje je hned v první den 23. 8. Bleskový turnaj. Poháru města Říčany se v prvním roce účastnilo 56 hráčů, nejvyšší počet (206 účastníků) pořadatelé pak zaznamenali v roce 2022. Další informace na www.sachyricany.cz

Vilka u kruhového objezdu v centru lokality Praha-Koloděje nám není neznámá, ale i sem jsme opět zavítali po delší době. A jsme rádi, že se toho moc nezměnilo, svou **KVALITU A DOMÁCKÝ RÁZ** si tu drží stále.



PŘÍRODA

Víkend otevřených zahrad v deštivém závoji

Každoročně v rámci této červnové akce (letos 7.–8. 6.) navštěvujeme některou z přihlášených zahrad (nejen) v našem kraji Zápraží. Tentokrát jsme využili pozvání a zavítali do **ZAJEČIC U PYŠEL**, na zahradu rodiny Holubářových.

Pozemek zakoupili v roce 2001, postavili dům, založili zahradu a letos poprvé ji otevřeli veřejnosti. Kateřina Holubářová se vrhla do samostudia zahradní tvorby, vytvořila koncept zahrady, rozčlenila ji do několika zón. Nechybí květinová část, zeleninové záhonky, sklípek, odpočinková místa, propojovací cestičky, travnaté plochy i dřeviny a keře, které se v této lokalitě přirozeně vyskytují i okrasné druhy již zdomácnělé. Možnosti a proměňování zahrad ji nakonec zavedly k dalšímu vzdělávání, podala si přihlášku k dálkovému studiu na Českou zahradnickou akademii Mělník. Přejeme ať se daří!

Letošní Víkend otevřených zahrad byl poměrně deštivý, přesto i v Zaječicích byl o prohlídky s komentářem velký zájem. Zahrada si zachovala své kouzlo a návštěvníkům se líbila.

Koloděje: Restaurant No. 110

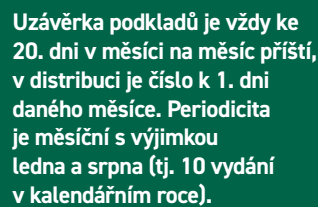
Tentokrát jsme zvolili podvečerní návštěvu ve všední den, restaurant se pozvolna zaplňoval, rezervace nebyla potřeba. Na předkrmech nás upoutala nabídka: 6 šnečků i s domečkem pečených v bylinkovém másle s česnekem, 195 Kč. Rozhodli jsme se pro porci na vyzkoušení. Miska s horkým obsahem, doplněná o nezbytné kleště, nám přistála na stole po chvíli. Vše jsme zvládli na výbornou a stejně hodnocení obdržela i chuť této delikatesy. Jen by se

hodil kousek bílého pečiva, škoda nechaného bylinkového másla!

Další náš výběr obsahoval jednu klasiku v podobě těstovin, a to spaghetti Carbonara (215 Kč) – porce v hlubokém talíři velikostně vyhovující, chuťově vyvážená, jemná. Medailonky z vepřové panenky (200 g) posazené do omáčky z pravých hříbků v ceně 295 Kč byla naše druhá volba. Ani tady nebylo co vytknout. Opečené brambory, tmavá voňavá omáčka, maso krásně křehké.



←↑ Restaurant Nr. 110 má otevřeno denně, od 11 do 22 h. Přímou u objektu je omezený počet parkovacích míst, ale v přilehlé ulici není o další nouze
← Šneci s bylinkovým máslem a česnekem, zapečení v troubě, jsou oblíbeným předkrmem, byť u nás ne zrovna tradičním. Víte, že chuťově nejocetovanější je hlemýžď zahradní (*Helix pomatia*), ale v šnekářích, tedy hlemýžďích farmách, je nejčastějším druhem hlemýžď africký?
↑ Spaghetti Carbonara servírované na zahradě Restauraantu No. 110. Dobrou chuť!



VÝDEJNÍ MÍSTA ČASOPISU ZÁPRAŽÍ PRO ROK 2025 (aktualizace)

Časopis Zápazří je regionální periodikum určené pro oblast jihovýchodně za Prahou a zahrnuje obce a města od Prahy-Uhřetěves přes Průhonicko, Jesenicko, Dolnobřežansko, Jílovsko, Říčansko, Českobrodsko, Černokostelecko, Mnichovicko, Velkopopovicko, Pyšelsko až na Posázaví (Poříčí, Čerčany, Chocerady, Sázava). Zápazří pokrývá část území Prahy, Prahy-východ, Prahy-západ a zasahuje do okresů Benešov, Kolín a již i Nymburk.

JÍLOVÉ U PRAHY – Infocentrum
a muzeum, Masarykovo nám. 16

BABICE – Potraviny a bistro
Bartáková, Starobabická 239

BABICE – Cafe Relax,
Ke Skále 76

BENICE – Park Holiday,
Květnového povstání 194

ČERČANY – Infocentrum
a knihovna, Sokolská 58, 1. patro

ČERČANY – Pekárna a cukrárna
Benea s.r.o., vedle pošty

ČESKÝ BROD – Infocentrum,
nám. A. z Pardubic 1, přizemí

ČESKÝ BROD – Knihovna,
nám. A. z Pardubic 1, 1. patro

ČESKÝ BROD – MěÚ
nám. A. z Pardubic 56, pokladna

ČESKÝ BROD – Zverimex,
Husovo nám. 16

ČESKÝ BROD – knihobudka
u nádraží

DOBŘEJOVICE – Potraviny
Na návisi 26

DOLNÍ BŘEŽANY – RIC Keltské
oppidum Závist a knihovna,
Na Panský 11

DOLNÍ POČERNICE – Infocentrum
Stará obec 6

DOUBEK – Hostinec v Doubku,
čp. 22

DOUBRAVČICE – Potraviny, + OÚ
kancelář, Obecní 94

DOUBRAVČICE – knihobudka v ulici
K Zámkům 229

DOUBRAVČICE – Cukrárna
U Bártů, Letná 168

DOUBRAVČICE – Slepá 123, sídlo
časopisu (plastová kapsa)

HERINK – Budamont restaurace
Stodola a vinotéka, Hlavní 7

HRADEC u Stříbrné Skalice –
Potraviny Mrázková čp. 51

HRNČÍŘE – Potraviny U Martina,
Osvětová, Praha 4

HRUSICE – Potraviny Bala
Hubiček, čp. 5

HRUSICE – Památník J. Lady a jeho
dcery Aleny, č. p. 115

HRUSICE – Ondřejovský koláč,
výroba a prodej, bývalá hospoda
U Sejků naproti kostelu

CHOCERADY – Potraviny čp. 61
(naproti kostelu u rybníku)

JESENICE – OÚ a spolkové
centrum, Budějovická 303

JESENICE – Občanské centrum
a knihovna, Budějovická 59

JESENICE – Psárská pekárna
Laguna, Budějovická, u autobusové
zastávky Jesenická

JEVANY – Potraviny FLOP,
Pražská 175

JEVANY – CAFÉ 1888, Pražská 175

JEVANY – ŠLP Středisko okrasných
školek (prodejna), V lánech 214

JÍLOVÉ U PRAHY – Norma,
Rudných dolů 502

JÍLOVÉ U PRAHY – Infocentrum
a muzeum, Masarykovo nám. 16

JÍLOVÉ U PRAHY – Pekárna
Laguna, Masarykovo nám. 24

JÍLOVÉ U PRAHY – Knihovna,
Masarykovo nám. 1

KAMENICE – OÚ podatelna,
Ringhofferovo nám. 434

KAMENICE – KD a infocentrum,
Ringhofferovo nám. 434

KLÁNOVICE – nádraží ČD,
knihobudka v čekárně

KOLOVRATY – Restaurace
U Boudů, Mírová 21/66

KOLOVRATY – Knihovna
a infocentrum, Mírová 20/54

KOSTELEČ N. Č. L. – Tabák
Kalianko, Pražská 383

KOSTELEČ N. Č. L. – Billa,
Pražská 1024

KOSTELEČ N. Č. L. – Kávárna
Modré dveře, nám. Smiřických 39

KOSTELEČ N. Č. L. – Muzeum
hrnčářství, nám. Smiřických 41

KOSTELEČ N. Č. L. – MěÚ,
nám. Smiřických 33 (podatelna)

KOSTELEČ N. Č. L. – Infocentrum
a knihovna v budově ZUŠ,
nám. Smiřických 33

KOSTELEČ N. Č. L. – Vondračkova
továrna – muzeum, galerie
(nepravdělně, sezónně)

KOSTELEČ N. Č. L. –
Černokostelecký pivovar / Muzeum
pivovarnictví

KOSTELEČ U KŘÍŽKŮ – Potraviny
Žabka, Hlavní 124

KONOJEDY – OÚ a potraviny čp. 7

KOZOJEDY – Potraviny Koloniál
U Schwarzů, 1. máje 45

KOUNICE – Potraviny Jednota /
COOP, Kounice 78

KUNICE – Zámek Berchtold

LENSEDLY – Hospůdka u Miládky

LIMUZY – Zahradnictví Limuzy
u Č. Brodu, čp. 68 (sezónně duben
až červen, září a říjen)

LOUŇOVICE – Zahradnictví Altík,
Obecní 413, u rybníka na I. hrázi
(sezónně březen až prosinec)

LOUŇOVICE – Vinotéka Pohodička,
Kutnohorská 205

MĚSTEČKO U NESPEK –
knihobudka v autobusové zastávce,
silnice Benešovská

MÍROŠOVICE – nádraží ČD

MNICHOVICE – Infocentrum MěÚ,
Masarykovo nám. 83

MNICHOVICE – Potraviny FLOP,
Masarykovo nám. 729 (Mnichovka)

MNICHOVICE – nádraží ČD

MNICHOVICE – Pekařství
a cukrárna Benea, Masarykovo
nám. 32

MNICHOVICE-MYŠLÍN –
Zahrady Myšlín, čp. 2
(sezónně duben až říjen)

MUKAŘOV – OD FLIP, Pražská 309

MUKAŘOV – Infocentrum a Galerie
Stará škola, Příčná 11 (OÚ a pošty)

MUKAŘOV – Potraviny FLOP (dříve ENAPO), Pražská 230
MUKAŘOV – OD FLIP, Pražská 309
MUKAŘOV – Ovoce Zelenina Budský, Pražská 110
MUKAŘOV – Cukrárna Srbín Jandová, Šípková 279
MUKAŘOV – Robertova pekárna, Přičná 301
NESPEKY – knihovna v autobusové zastávce, silnice Benešovská
OLEŠKA – Potraviny čp. 82
ONDŘEJOV – SK Centrum, Choceradská 62 (budova s OÚ)
ONDŘEJOV – Potraviny FLOP Senft, Nám. 9. května 49
POŘÍČÍ NAD SÁZAVOU – Jídla Na Rezníka, Čerčanská 90
POŘÍČÍ NAD SÁZAVOU – Potraviny Smíšené zboží, Čerčanská 94
POŘÍČÍ NAD SÁZAVOU – Potraviny Jednota/COOP, Benešovská 265
PYŠELÝ – Pekařství a cukrárna Benea, nám. T. G. M. 67
PYŠELÝ – Infocentrum a knihovna, nám. T. G. M. 4
PYŠELÝ – Potraviny Můj obchod Heřman, nám. T. G. M. 35
PRŮHONICE – Obchodní dům Azalka, Říčanská 197
PRŮHONICE – Centrum Sokolovna, Říčanská 118
PRŮHONICE – knihobudka Květnové nám. (bus zastávka)
PRŮHONICE – MěÚ Centrum služeb, Květnové nám. 73
PSÁRY – Pekárna Laguna, Na Návsí 200
ŘÍČANY – Pekařství a cukrárna Benea, Olivova 2214/11
ŘÍČANY – Cukrářský salon, Široká ul. 113
ŘÍČANY – Foto FLACHS Masarykovo nám. 155/9
ŘÍČANY – Rondel (nádraží ČD)
ŘÍČANY – Městská knihovna odd. pro dospělé, Masarykovo nám. 66
ŘÍČANY – Infocentrum, MěÚ Masarykovo nám. 83/1, budova B
ŘÍČANY – MěÚ Komenského nám. 1619/2, budova F
ŘÍČANY – Městská knihovna (dětská), Komenského nám. 1910
ŘÍČANY – KC Labuť, 17. listopadu 2014
ŘÍČANY – Centrum Na Fialce, Mánesova 2530/3a
ŘÍČANY – Čistírna oděvů Magnific, Černokostecká 82/92
ŘÍČANY – Pekárna Fetter, roh Černokostecká / Kollárova 789/2
SÁZAVA – klášter, info a vstup/Římskokatolická farnost (sezónně)
SÁZAVA – Infocentrum, nám. Voskovce a Wericha 280
SENOHRABY – Depo 33, Hlavní 33 (Infocentrum u nádraží)
SENOHRABY – nádraží ČD

SENOHRABY – Hotel Sen a Wellness, Malostranská 344
SIBŘINA – OÚ a knihovna, Říčanská 15 (budova s poštou)
SLUŠTICE – Potraviny čp. 37
STRANČICE – OÚ, Revoluční 383, knihobudka
STRANČICE – nádraží ČD
STRUHAŘOV – Potraviny FLOP Senft, Mnichovická 175
STŘÍBRNÁ SKALICE – Tabák a vinotéka Novák
STŘÍBRNÁ SKALICE – Potraviny FLOP, Na městečku 127
STŘÍBRNÁ SKALICE – Restaurace Na Marjance, K Marjance 191
SVĚTICE – Mini market, Na Broukaláku 132
SVOJETICE – Potraviny U Čápů, Choceradská 132
ŠTÍHLICE – Koloniál u Máchala, čp. 85
TEHOV – Knihovna/OÚ, Panská 107
TEHOVEC – PRIM čerpací stanice (zelená)
UHŘÍNĚVES – Infocentrum ÚMČ Praha 22, Nové nám. 1250/1
UHŘÍNĚVES – NORMA, Přátelství 989
UHŘÍNĚVES – Krutí ráj /Maso Prominent, Přátelství 738/110
UHŘÍNĚVES – nádraží ČD, knihovnička v čekárně
ÚVALY – nádraží ČD, knihovnička v čekárně
ÚJEZD NAD LESY – Knihovna (Polyfunkční dům), Staroújezdská 2300
VELKÉ POPOVICE – potraviny FLOP, Ringhofferova 3
VELKÉ POPOVICE – Velkopopovický pivovar, návštěvnícké centrum
VELKÉ POPOVICE – Infocentrum a Kavárna U Andělky, Masarykova 38
VOJKOV – Bowling, U Mototechny 14
VRÁTKOV – Ekocentrum, čp. 78 (hájovna)
VYŽLOVKA – Pizzeria Ristorante Vyžlovka, Pražská 55
VYŽLOVKA – Potraviny, Na návsi 15
VŠECHROMY – RC Lodička, čp. 40
ZDIMEŘICE – Plus Market, Hrnčířská 6
ZVÁNOVICE – Potraviny, Růžové nám. 158
ŽDÁNICE – Restaurant František, čp. 109

Červeně označená: nejnověji přidána místa. Neuvádíme zde zázvo pro firmy.

Strž u Staré Huti poblíž Dobříše byla venkovským sídlem Karla Čapka a Olgy Scheinpflugové. Ferdinand Peroutka (vlevo) zde býval častým hostem, ve vile měl i svůj pokoj. Popsal ho slovy: „ (...) venkovská atmosféra, někdy docela příšerná: když jsem večer četl, létali v pokoji netopýři (...).“ Naposledy zde byl a pracoval na podzim roku 1947. Vila je přístupná veřejnosti – Památník Karla Čapka

O Ferdinandu Peroutkovi (1895–1978) se často mluví jako o největším žurnalistovi minulého století, podstatná je však i jeho **DRÁHA SPISOVATELSKÁ**, byť ne tak výrazná. Stěžejním dílem v ní zůstává Budování státu, rozsáhlé dílo, mapující historii vzniku a také nesnadné počátky mladého československého státu. Nápad na jeho sepsání dostal u Čerčan, při pozorování krajiny z vrchu Chlumu...

PEROUTKA NA VESELÉM FLÁMU ANEB Jak se Čerčany zapsaly do literární historie

Pro nás je Ferdinand Peroutka dnes už váženou historickou osobností, uznávaným novinářem, publicistou. Ale i on byl mladý, i jeho ovlivňovala doba, společnost, ve které se pohyboval, i on měl své nálady, nápady a soukromý život. Jinými slovy, nelze si ho jen představovat za psacím strojem a pilně pracujícím, i když náležel ke generaci, která přikládala psaní vážnost. A jak sám podotýkal, psával často velmi snadno...

Před 1. světovou válkou se tzv. hledal. Profesně, společensky,

ostatně bylo mu –náct. A tehdy „upadl mezi bohému“. (...) začal jsem chodit s lidmi jako byl Jaroslav Hašek, malíř Lada, Karel Nový, básník Otakar Hanuš (...). Hanušovo jméno zapadlo, jen později se vyznamenal tím, že spadl s nějakou slečnou z vyšehradských šancí, ale do dějin české literatury se nevryl. A tak s Haškem, Karlem Novým a Hanušem jsem byl na svém prvním flámu. Zavedli mne do vinárny a pili a já pil také. Já ovšem jsem do té doby nikdy nepil, nevěděl jsem, co je to

vino, a tak jsem je pil jako vodu. Docela mi to chutnalo, a tak jsem pil a pil a oni pili a pili. Co se dělo dál – nevím. Ztratil jsem vědomí. (F. P. Deníky, dopisy, vzpomínky s. 106)

Základ bohémského života tedy už poznal a jak přiznával, radosti neortodoxního života pokračovaly i mnohem později. (...) po mnoho let jsem nešel spát dřív než ve tři, ve čtyři, v pět ráno, a někdy nám ani to nestačilo a vyjeli jsme si ještě někam ven za Prahu, obyčejně na Zbra-

slav, a vraceli se domů hodně pozdě. Jednou jsem byl s jedním přítelem v Lucerně a pak jsme se rozhodli, že pojedeme rovnou z flámu místo domů do Čerčan. To byl kraj, který jsem dost dobře znal. (Pozn. red. Na prázdniny jako mladík jezdíval do Poříčí nad Sázavou, kde poznal řadu zajímavých osobností, mj. komika Švába-Malostranského či profesora Karla Krause, budoucího Pátečníka). Za Čerčany je veliký vrch, jmenuje se Chlum, a já ten vrch mám rád (...) Když



Foto: Archiv Památník K. Čapka Stará huť



Pozdrav z Čerčan. Foto: Pohlednice MF, archiv ak

Celkový pohled na Čerčany od Sázavy. Pohlednice kolem roku 1930, tedy doby, kdy zde byl Peroutka se svou společností, jedoucí z pražského flámu. Souběžně s řekou u domů je železniční trať, vzadu Chlum u Čerčan (530 m. n. m.)



Budování státu – stěžejní dílo Ferdinanda Peroutky napomáhá poznat historii vzniku a počátků československého státu, jsou zde vyzdvíženy dramatické události a situace dané doby i popsané významné osobnosti tehdejšího politického života. Na fotu 3. vydání, které vyšlo ve 4 svazcích hned po změně režimu, o počtu stran 1851, v roce 1991 v nakladatelství Lidové noviny

Budování státu

Budování státu vycházelo v letech 1932–1938 nejdříve sešitově a v letech 1933–1936 knižně. Sešity vydával Fr. Borovský v Praze, u něho vznikla i první knižní verze.

F. Peroutka se, ve svém podstatě historickém díle, věnuje vzniku a konstituování Československé republiky v letech 1918 až 1923. V první části líčí události, které předcházely vzniku republiky, zejména okolnosti založení Národního výboru v létě 1918. O pár měsíců později sice nabídl rakouský ministerský

předseda rakouským národům autonomii, ale čeští politikové odpověděli zcela zamítavě. Na programu byl československý stát. Americký prezident Wilson k tomu jen dodal: „Nemůžeme jednat s Rakouskem o Čechoslovácích, protože mají svou vlastní vládu, která za ně rozhoduje.“ Nastal 28. říjen 1918 a Češi vyhlásili svůj stát.

V anketě Lidových novin (1937) se Budování státu umístilo v desítku nejzajímavějších knih roku 1936, spolu např. se pěti knihami Karla Čapka.

se člověk dívá z Chlumu do údolí, tak nějakým způsobem to člověku připadá jako staroslovanská krajina. (...) A tak při pohledu na to začalo se ve mně vzmáhat nějaké historické vědomí. A pak jsme šli po jakési cestičce a já přemýšlel, jak je stará, a nic bych se nedivil, kdyby ta cestička byla stará tisíc let. Bylo to jediné spojení z této vesničky přes vrch Chlum do druhé vesnice, která se jmenuje Čtyřkoly. (...) Zkrátka toho dne všechny věci nějak přispěly k mému historickému uvědomění a toho

dne jsem cítil, že to musím udělat. (...) Když jsem přišel domů, začal jsem psát, ačkoliv jsem nespál už šestatřicet hodin. (...) Je možná pošetilé, že jsem se zmínil o výletu do Čerčan a na Chlum. Ale tam vlastně vznikla myšlenka Budování státu. A tam taky mne napadl i titul. (F. P. Deníky, dopisy, vzpomínky s. 135–136)

Titul Budování státu odkazuje vlastně k T. G. Masarykovi a jeho pamětem, které nazval Světová revoluce. Vydal je v Anglii, ale tam se titul nelíbil, tak zvolili

jiný – Budování státu. F. Peroutka pak název převzal, zdál se mu nejlépe vystihující to, co hodlal sepsat. Faktem je, že se jedná o dílo nedokončené. F. Peroutka sepsal události let 1918, 1919, dva svazky se pak týkaly roku 1920 a skončil událostmi roku 1921. Pracoval na materiálech od roku 1930 (tedy od flámu, díky kterému se dostal opět na Chlum u Čerčan) až do roku 1938, do příchodu Němců. V plánu ale měl sepsat historii státu až do roku 1925. Což již neuskutečnil. **ak ■**

Ferdinand Peroutka

- narozen v Praze za Rakouska-Uherska (1895)
- publikovat začal před 1. sv. válkou
- studoval gymnázium v Praze, studia nedokončil
- jeho spisovatelskými vzory byly A. P. Čechov, F. X. Šalda a K. Havlíček
- v době 1. sv. války žil zřejmě v Mnichově
- od r. 1919 byl redaktorem deníku Tribuna
- zaujal premiéra A. Švehlu, a ten se o něm zmínil před prezidentem T. G. Masarykem
- r. 1923 dostal nabídku na vydávání politického týdeníku, prezident do začátku nabídl půl milionu korun, vznikla Přítomnost
- r. 1923 se stal také komentátorem Lidových novin
- byl jedním ze společnosti tzv. Pátečníků, skupiny kulturních a politických osobností z okruhu spisovatele Karla Čapka, mezi které patřil i T.G.M.
- v době 2. sv. války byl v rámci tzv. preventivního zatýkání (Akce A) zatčen již roku 1939
- 6 let byl vězněn v koncentračních táborech (Dachau a Buchenwald) a ve věznici Praha-Pankrác
- po válce se stal šéfredaktorem Svobodných novin (dříve Lidové noviny) a týdeníku Dnešek, odkazujícimu k jeho předválečné Přítomnosti
- s proměnami společnosti se však neztotožnil, r. 1948 odešel do exilu
- po vzniku Rádia svobodná Evropa (1951) vedl 10 let jeho českou redakci
- americké občanství nepřijal, žil v New Yorku
- celoživotní kuřák dýmek
- ve stáří trpěl apatií a depresemi
- byl 3x ženatý, měl jednu dceru
- manželka Slávka stála mj. u vzniku novinářského ocenění Cena F. Peroutky
- zemřel v New Yorku 1978 (nádor na plicích)
- po změně politických poměrů byl pohřben r. 1991 v Praze na Vyšehradě

Již několik let
zařazujeme
na stranu 30
celostránkovou
křížovku tzv. švédského
typu. Většinou bývá
výherní, ale v některých
měsících je určena jen
pro zábavné luštění.
**JAK SI KŘÍŽOVKU
PŘEDPLATIT a jaké
máme odezvy
u čtenářů?**

0 křížovce časopisu Zápraží

Křížovku si zájemce (inzerent) může předobjednat do kteréhokoliv vydání během roku. V ceně 5 500 Kč + DPH získává tvorbu křížovky na míru, tajenku obsahující krátký slogan dle vlastního výběru, prostor pro grafiku ve výřezu křížovky a prostor nad křížovkou v rozsahu ca ¼ stránky na šířku pro text či grafiku. Pro tři výherce zároveň poskytne tři ceny (produkt, službu, voucher).

Čtenáři nejen rádi tento typ křížovky luští, ale najde se i hodně těch, kteří nám tajenku zasílají emailem se svým kontaktem k zařazení do slosování. V červnovém čísle Zápraží byly výhrou tři sady

gola náradí od společnosti FIELD-MANN (á 959 Kč) a v redakci se nám sešly na tři stovky (!) správných odpovědí. A to nejen z kraje Zápraží a Prahy, ale je vidět, že časopis se dostává i mnohem dále. Mezi kontakty byla uvedena Plzeň, Vlašim, Příbram, Poděbrady, Mladá Boleslav, ale třeba i Liberec či dokonce Ostrava. Děkujeme za zájem!

Co je to švédská křížovka? Švédské křížovky jsou především v Evropě velmi oblíbeným typem křížovek, které se vyznačují tím, že mají legendu přímo v mřížce, nikoliv odděleně, jak je běž-

né u tradičních křížovek. Luštiteli se tím usnadňuje orientace, mnozí vyzdvihují i praktičnost tohoto systému. **red ■**



WineShop®

Více než 500 vín, Prosecca, šumivých vín a destilátů z celého světa

Široký sortiment delakoholizovaných a dalších trendových produktů



NOVĚ OTEVŘENO



OTEVÍRACÍ DOBA
PO – PÁ 9:00 – 12:30
13:00 – 17:00
SO – NE ZAVŘENO
NAJDETE NÁS ZDE
Modletice 78 251 01 Modletice
tel.: +420 315 559 516 info@wineshop.cz

BODY ATTACK™

PROFESSIONAL SPORTS NUTRITION

Nejnovější trendy ve světě sportovní výživy a zdravého životního stylu
Produkty s vysokým obsahem proteinu, sportovní výživa a doplňky stravy



KE KAŽDÉMU NÁKUPU DÁREK ZDARMA!

Školní jídelna, Praha 22, Nové náměstí 1100/1, Praha 10 – Uhřetěves
IČO: 70971382 Ředitelka ŠJ: Hlasová Hana

DO ŠKOLNÍ JÍDELNY V UHŘETĚVSI PŘIJMEME VYUČENOU NEBO ZAUČENOU KUCHAŘKU A POMOCNOU SÍLU

✓ Nabízíme: jednosměnný provoz, volné víkendy a školní prázdniny, příspěvek do penzijního fondu, 2-3x v roce odměny, levné čerstvé obědy.

✓ Požadujeme: kolektivního ducha, nekonfliktní povahu, pracovitost, ochotu a zaslání životopisu.

✓ Nábor pracovníků se koná 25. 8. 2025

✓ Plat: 25 000 – 27 000 Kč



Kontakt: email: sjpraha22@volny.cz, tel.: 731 937 714 Hlasová Hana, www.sjpraha22.cz

MOMMY TIME

Plavecké kurzy Benice, Průhonice

Harvě a zábavné plavání pro děti od 5 měsíců do 14 let. Děti si na kurzech zdokonalí a rozvinou plavecké dovednosti, odbourají strach z vody a naučí se orientovat nad i pod vodou. Kurzy probíhají v Benicích a Průhonici.

S námi získáte

- Zkušené instruktory
- Osobní přístup
- Plavecké pomůcky
- Parkování zdarma
- Hernu pro děti
- Lekci od 450,-

Registrace

+420 608 708 963
www.mommytime.cz

Děti 0-3 roky

Děti 3-14 let

Individuální lekce

KONTEJNERY • ODVOZ SUTÍ BETONU SMĚSNÉHO ODPADU BIOODPADU • DOVOZ SYPKÝCH MATERIÁLŮ PÍSKU ŠTĚRKU ZEMINY • ZEMNÍ PRÁCE • REALIZACE A ÚDRŽBA ZAHRAD •

RYCHLÉ JEDNÁNÍ SPOLEHLIVOST

Tel.: 777 322 135

KAMENICTVÍ SVOJETICE

Vám nabízí tyto služby:

- výroba urnových pomníků, jednohrobů, dvojhrobů a pomníkových děl z přírodního kamene dle požadavku zákazníka
- výroba krycích desek
- zhotovení parapetů, schodů, obkladů z přírodních materiálů
- opravy starých pomníků včetně přebroušení
- prodej svítlen, váz a náhrobních doplňků včetně montáže
- osazovací práce a doprava zajištěny

OBJEDNÁVKY:
osobně: Po - Pá v provozovně ve Svojeticích
e-mailem: kamenictvijordan@seznam.cz
telefonicky: 602 304 946 - p. Jordán

POROVNEJTE NAŠE CENY S KONKURENCÍ NEPLAŤTE VÍC NEŽ MUSÍTE



PRODEJ • VÝROBA • MONTÁŽ

- HLINÍKOVÉ PERGOLY
- HLINÍKOVÉ ZIMNÍ ZAHRADY
- INTERIÉROVÉ A EXTERIÉROVÉ ZASKLENÍ
- KANCELÁŘSKÉ STOLY
- HLINÍKOVÉ KONSTRUKCE NA MÍRU
- GARÁŽE A PŘÍSTŘEŠKY PRO AUTA
- RODINNÁ FIRMA
- GARANCE KVALITNÍHO ZPRACOVÁNÍ

+420 777 203 384

✉ zitka@hlinikove-stavby.cz
🌐 www.hlinikove-stavby.cz
🏠 Sluštice 95, 250 84, Sluštice
👤 Hliníkové stavby Tomáš Zítka
📱 hlinikove_stavby.cz



DOVOZ VODY
ODVOZ ODPADNÍCH
VOD
(jímky, fekál)

TLAKOVÉ ČIŠTĚNÍ
KANALIZACE
(recyklačním vozem Kaiser)

INSPEKČNÍ KAMERA
(záznam stavu kanalizace)

tel.: 604 414 916
Tomáš Rychta – Štíhlíce

ČALOUNICTVÍ
JOSEF VÁVRA



Tel.: 603 301 565
733 299 549

veškeré čalounické práce
a restaurování nábytku
www.calounik-vavra.cz

UNC - PÁSOVÝ BAGR - NÁKLADNÍ AUTO

Provádíme zemní, výkopové a demoliční
práce, dovoz štěrku, písku zeminy, betonu,
odvoz sutě a komunálního odpadu.

- výkopy pro inženýrské sítě (vodovod, plynovod, kanalizace)
- vyklízení - kontejnery
- bourací práce
- nakládka materiálů
- základy domů, plotů, zdí
- sklepy, bazény, jímky, vodovodní šachty
- základové desky rodinných domů
- cesty, zámkové dlažby
- dovoz kompostované zeminy
- likvidace sutě demoličních a komunálních odpadů
- úprava zahrad a svahovitých terénů



602 353 409 marek.lejcek@seznam.cz

**AUTOSKLO
VOJKOV**

tel.: 777 035 666
www.vojkov.eu

PŘIJMU
ŘIDIČE(ČKU)
NA KONTEJNEROVOU AVII

ŘIDIČE(ČKU)
NA PÁSOVÝ MINIBAGR

BEZÚHONOST
PROFESNÍ PRŮKAZ
NEJLÉPE Z OKOLÍ ŘÍČAN
MOŽNO I DŮCHODCE
NÁSTUP DLE DOHODY

TEL.: 777 322 134

Řádková inzerce

Převedu ZÁZNAMY Z VIDEO-
KAZET na DVD nebo flešku.
Levně. Tel: 777 554 484

MALÍŘSKÉ PRÁCE, ŠTUKOVÁNÍ,
tel.: 606 227 390,
JSaifrt@seznam.cz,
www.malirjaromir.cz

KOUPÍM STARÉ PIVNÍ LAHVE
s nápis, sbírku i jednotlivé kusy.
Tel.: 732 170 454, sběratel.

PRONAJMU BYT 2+kk v Tehově,
tel. 607 744 436

KOUPÍM POHLEDNICE do roku
1950 (tzv. malý formát), místopis-
né, kraj Zápříží. Příp. také regio-
nální literaturu, knihy, publikace,
poznámky z pozůstalosti apod.
Nabídněte. Tel.: 739 198 491

SUCHÉ PALIVOVÉ
A KRBOVÉ DŘEVO
PELETY A BRIKETY
Štěpkování větví do průměru 10 cm
Odběr: Prusice (tel. 608 302 917)
Věstary (tel. 777 280 341)
Otevřeno: Po-Pá: 7-17 So: 7-13
Ceník na www.broukal.cz

PRODEJ
TRÍDĚNÉ
KOMPOSTOVANÉ
ZEMINY

AKCE
800 Kč + DPH
za m³ + DOPRAVA
Pro velkoodběratele sleva
KONTAKT:
777 322 134

SERVIS A TĚSNĚNÍ OKEN

- TĚSNĚNÍ VŠECH TYPŮ OKEN A DVEŘÍ
- SEŘIZOVÁNÍ OKEN VŠECH VÝROBCŮ
- VÝMĚNY SKEL ■ SERVIS KOVÁNÍ
- PŘETĚSNĚNÍ PLASTOVÝCH OKEN A EUROOKEN

806 888 525
www.ekotes.cz
Kalkulace ZDARMA | denně 8.00 - 21.00



PROČ KUPOVAT DRAHÝ ŠTĚRK?
VÝHODNÁ NABÍDKA
PRODEJ

RECYKLÁTŮ
SMĚS SUŤ
A BETON

KVALITNÍ RECYKLÁTY ŠTĚRK
PLNĚ NAHRADÍ
DOPRAVU ZAJISTÍME

TEL. 777 322 134

Zvažujete prodej
nemovitosti?

+420 737 918 931
havlikova@trchodov.cz

Ráda Vám
pomohu!

Andrea Havlíková
Certifikovaná makléřka

NEJ Více PROVĚŘENÝCH VOZŮ
více než 19 000 vozů s garancemi

SLEVY
Až 90 000 Kč

cebia | Nezávisle
prověřeno

Až 60 dní na okamžitou
výměnu vozu

0% navýšení
při financování

AAA AUTO
aaaauto.cz | 800 110 800

Praha - Čestlice, V Oblouku 128 | Po - Ne 9-21

CHCETE INZEROVAT
V ZÁPRAŽÍ
www.zaprazi.eu

- tradiční regionální periodikum •
- plnobarevný tisk •
- soukromá / firemní /
řádková / plošná inzerce •
- PR články •
- grafický návrh v ceně •

ZAMLUVTE SI SVÉ MÍSTO VČAS!
inzerce@zaprazi.eu

Středisko sociální péče
Kamenice, Velké Popovice, Říčany
a okolní obce

Poskytujeme:
terénní osobní asistenci
kompletní péči
o seniora a jeho domácnost

774 994 357
Mgr. Věra Bobovská
email: bobovska@socialnipec.cz
www.socialnipec.cz

Odborná montáž úsporných českých tepelných
čerpadel Acond pro rodinné domy.

Návrh, dodávka, montáž,
záruční a pozáruční servis

▲ Systém vzduch - voda a země - voda.
▲ Chladivo R290.
▲ Topný faktor až 7,11.
▲ Záruka až 10 let na kompresor.
▲ Úspora až 70% nákladů na vytápění.
▲ Pracuje do teploty -22 °C.
▲ Nabídka zdarma.

Kotlíkové
dotace

nová
zelená
úsporám
light

Telefon: 777 283 009 / 777 283 003
Kutnohorská 678, 281 63 Kostelec nad Černými lesy

eset® www.tc-acond.cz

**Nemocnice následné a rehabilitační péče Vojkov
K Nemocnici 83, 251 62 Mukařov**

Oblastní nemocnice Kolín a.s., nemocnice Středočeského kraje

Nabízíme volné pracovní pozice: Požadujeme:

- Všeobecná sestra/ Praktická sestra
- Fyzioterapeut/ ergoterapeut
- Sanitář/Sanitářka
- odpovídající vzdělání
- bezúhonnost
- zdravotní způsobilost

Nabízíme:

- náborový příspěvek 150.000,- Kč/ Všeobecná sestra/ Praktická sestra/Fyzioterapeut/Ergoterapeut
- práci na plný i částečný úvazek
- dobré platové podmínky
- příjemné pracovní prostředí a kolektiv
- zázemí perspektivního, prosperujícího, plně akreditovaného pracoviště
- podporu vzdělávání a seberealizace
- seriózní jednání
- propracovaný zaměstnanecký program benefitů
- příspěvek na penzijní připojištění
- dotované stravování
- možnost ubytování
- 5 týdnů dovolené

Kontakt:

Mgr. Andrea Rausová, vrchní sestra
K Nemocnici 83, 251 62 Mukařov
tel.: +420 323 627 140, mobil: +420 731 565 467
e-mail: andrea.rausova@nemocnicekolin.cz

**BETONÁRKA
MUKAŘOV**

**BETON, PÍSKY, DRTĚ, KAČÍRKY
DOPRAVA MIX, KONTEJNER, SKLÁPĚČ**

PO-PÁ 7-16:30 h, SO 7-12 h

19. 7. a 16. 8. zavřeno

DISPEČINK TEL: 721 870 737

www.betonmuk.cz

U Mototechny 89 – areál stavebnin PRO-DOMA

**TŘÍDĚNÍ ZEMINY
A SYPKÝCH MATERIÁLŮ**

u vás na pozemku
strojem Locust 753
s třídící lopatou

TEL.:

777 322 134



Pelety Ø 6 mm

Dřevěné pelety – bílé (bez kůry) z čistého suchého
smrkového dřeva (piliny a hoblinky) – certifikováno
dle ENplus A1 (EN 14961-2) vyrobené v ČR.

Aktuální ceny na www.espedi.cz nebo na tel.:
608 611 208, 777 283 009, 777 283 003.

Sklad v Olešce u Kostelce nad Č. lesy v bývalém JZD.
Baleno v 15kg pytlích. Na paletě 1050 kg.

**VÝKUP LESŮ
A LESNÍCH POZEMKŮ
ZALEŠŇOVÁNÍ
VYKÁCENÝCH PLOCH
TEL.: 602238849
www.broukal.cz**

INSTALKLUB

Tel.: 603 525 617, 603 525 592

Email: many74@seznam.cz

www.instalklub.praha-cz.com

**SOLÁRNÍ SYSTÉMY
VODOINSTALACE
TOPENÍ
ČERPAČÍ TECHNIKA
TEPELNÁ ČERPADLA
ČIŠTĚNÍ STUDNÍ
AUTOMATICKÉ ZÁVLAHY ZAHRAD**

DĚLÁM SE DŘEVEM

**PAVEL MOTUZ
tesář, truhlář
Klokočná**

**Tel.: 721 864 838
www.delamsedrevem.cz**

ŽALUZIE

• ROLETKY • MARKÝZY
• SÍTĚ PROTI HMYZU
• LÁTKOVÉ POSUVNÉ STĚNY
• VENKOVNÍ ROLETY A ŽALUZIE
www.ekotes.cz
Kalkulace ZDARMA denně 8.00 - 21.00

TOMIC
pneu center

přijme

MECHANIKA

pro pneuservis
v Kostelci n. Č. lesy

dobrá fyzická kondice
automechanik výhodou
přátelský kolektiv
rodinná atmosféra
nástup nejpozději od září

tel.: 739 096 475

**PRODEJ
TŘÍDĚNÉ
ZEMINY**

AKCE

680 Kč + DPH

za m³ + DOPRAVA

Pro velkoodběratele sleva

KONTAKT:

777 322 134

**ARTER®
CATERINGOVÝ SERVIS s.r.o.**

**DO ŠKOLNÍHO
STRAVOVACÍHO
PROVOZU V ŘÍČANECH
PŘIJMEME:**

- Vedoucí školní jídelny
- Kuchaře/kuchařku
- Pomocného kuchaře/kuchařku
- Expedientku hotových jídel
- Řidiče dodávky na rozvoz obědů
(částečný úvazek, vhodné pro vitální důchodce)

Pracovní doba:
PO-PÁ, pouze ranní směny
tel.: 603 428 229
e-mail: catering@arter.cz,
www.arter.cz



Mateřská škola Pitkovice

hledá pro své dvě pracoviště na adresách:

- ✿ ul. Hlívková 303/4 v Praze – Pitkovicích
- ✿ ul. Nad Volyňkou 1692/7 v Praze – Uhřetěvesi

zaměstnance na pozice:

- ✿ učitelky
- ✿ uklízečky
- ✿ výdej stravy

Kontakty pro bližší informace:

reditelka@mšpitkovice.cz
tel. 222 767 973
www.mšpitkovice.cz

Lesy Švarc

PALIVOVÉ DŘEVO

Dřevosklad Radlice u Barchovic

Prodej a výroba štípaného palivového dřeva

- ✓ Dřevo jehličnaté – smrk, borovice
- ✓ Dřevo listnaté polotvrdé – bříza
- ✓ Dřevo listnaté tvrdé – buk, dub, jasan, habr
- ✓ Dřevo listnaté měkké – olše, lípa, topol

Objednané dřevo dovezeme až k Vám domů.

Objednávky a informace ☎ **727 830 485**

www.lesysvarc.cz

KOUPÍM tato KŘESLA a tento TYP KŘESEL
a nábytek do roku 1980

koupím nábytek v provedení ohýbaný trubkový a chromový nábytek

STAČÍ NAPSAT SMS ČI PROZVONIT, OZVU SE!
Tel.: +420 776 599 696
E-mail: slavoj.pikovice@seznam.cz

S prázdninovým číslem zde máme opět křížovku jen **PRO VAŠI ZÁBAVU**, prověření znalostí a pohodové prožití volného času. Řešení nám tedy tentokrát na email do redakce neposílejte, křížovka není výherní.

Prázdninové luštění s časopisem Zápraží

Děkujeme za váš dosavadní zájem, hojně zasilané odpovědi s tajenkami a na podzim se opět můžete těšit na další várku výherních kří-

žovek se zajímavými cenami. Jen připomínáme, že toto číslo Zápraží je tedy určené pro oba letní prázdninové měsíce (červenec a srpen),



další vydání pak budeme připravovat v srpnu, a to již na měsíc září.
Krásné a pohodové léto všem!
Vaše Zápraží

POMŮCKY: IBN, IŽA, MAR, OI	SVÍRATI (KNIŽNĚ)	SVOBODO- MYSLNÝ ČLOVEK	TÁHLŮ KLIKOVÉHO ÚSTROJÍ (ZDROB.)	INICIÁLY HERCE EBENA	DOMÁCKY EMILIE	TÁBOŘIŠTĚ		KROCAN (NÁŘEČ.)	SEHNAT	ZNAČKA LAWRENCIA	NĚMECKÝ URČITÝ ČLEN	SMĚNEČNÝ RUČITEL	HLASOVAT	FILM JAMESE CAMERONA	3. DÍL TAJENKY	TĚKAVÁ KAPALINA
ULOMENÝ KOUSEK							OBYVATELÉ EVROPSKÉ- HO STÁTU									
1. DÍL TAJENKY							KORIGOVAT BRNĚNSKÝ ROZHLAS. ORCHESTR									
PŘÍDOMEK ARAB- SKÝCH JMEN				VOHNÝ VYMĚŠEK VORVANĚ VĚDA						OBYDLÍ PASTEVCŮ VTĚL. BOHA VIŠNUA						
ALKALOID V ČAJI					VIDEŇSKÝ ZÁB. PARK AMERICKÁ TV NORMA						SLOVENSKÝ „LITR“ VZ. NITRIDU TITANU					
EVROPAN (ZASTAR.)						OPĚT SE ZOTAVIT INIC. REŽIS. ORNESTA						SLOSOVÁNÍ NABÝTÍ NA OBJEMU VLHNUTÍM				POHÁR (Z RUŠT.)
	TEKUTÝ OBVAZ STĚPNÍ ŠELMA							DERIVÁT AMONIAKU					RADA OBR. STÁTU (ZKRÁTKA) OCHRÁNCE			
HOUKAČKA								SLOVENSKÝ NÁRODNÍ PARK						ZNAČKA KILOTUNY ROZKŮŠE		
ANGLICKÝ HOVOROVÝ POZDRAV			INICIÁLY CAPONEHO BALZAKŮV HRDINA			 Zámek Průhonice					IRÁČKÁ METROPO- LE					
PRESLOVY INICIÁLY				ITALSKÝ FILMOVÝ HEREC	SPRÁVNÍ JEDNOTKY						MOZOL					
OTÍKOVŮ											SLOVENSKÝ „TŘÍ“					
DOMÁCKY KAJETÁN											SÍH SEVERNÍ SKUPEN- STVÍ VODY					
	VÝCHODO- ČESKÉ MĚSTO	SLOV. NÁR. RADA (ZKR.) 4. DÍL TAJENKY				51 (ŘÍMSKÝ)	FILUTA		STARŠÍ ŽENSKÉ JMÉNO	DVERNÍ ZÁVĚS KRYSALIC. BRÍDLICE					2. DÍL TAJENKY	SVĚTADÍL
CITO- SLOVCE BZUČENÍ			MORAVSKÉ MĚSTO HL.MĚSTO ŠPANĚLSKA					ČISTIT VODOU					VES U KOMÁRNA AUSTRAL. VAČNATEC			
HŘMOTIT								ZAKLADAT. RUS. ŘÍŠE VZ. KYAN. JODNĚHO						MLÁDKOVY INICIÁLY OCHRANY ZBOŽÍ		
JEMNÉ MLHOVINY						HUDEBNÍ NÁSTROJ URČENÁ						ANGLICKÝ „LÁSKA“ SDRUŽENÉ INKASO				
VÝROBEK Z OVČÍ SY- ROVÁTKY					DECILIT- ROVÁ SKLENKA KMEN						PRAVOSL. CHRÁM DOMÁCKY TORKVÁT					
ŠPANĚLSKÝ „MOŘE“				VEDRO PŘEDLOŽKA						ZNÍTI JAKO HODINY KRAJČOVY INICIÁLY						
VZKRÍŠENÁ								ZTRÁTA KOVU PŘI TAVENÍ								
OBYVATEL RAKOUSKÉ METRO- POLE								ZKRATKOVÁ SLOVA								

Gola sady náradí FDG 5008-518 od společnosti FIELDMANN vždy v hodnotě 959 Kč obdrží tři výherci: **Olga V. z Prahy 5-Hlubočep, Markéda D. z Mnichovic a Josef R. z Vlašimi. GRATULUJEME!**
Výhry budou výhercům společností Fieldmann zaslány během července. ■

Hledáme technicky orientované kolegy na pozici

Servisní technik - bateriový technik

V regionu Praha Východ, Říčany, Velké Popovice, Humpolecko, Tábořsko, Benešovsko

NÁSTUP
ihned/dohodou

Hledáme zručné uchazeče, kteří budou provádět servisní a revizní činnosti baterií a nabíječů přímo u zákazníka, udržovat zákaznické kontakty, vyhotovovat servisní nabídky apod.

Staň se klíčovým hráčem v regionu a součástí našeho týmu. Preferujeme dlouhodobou spolupráci.

CO OČEKÁVÁME

- Ukončené střední vzdělání, střední vzdělání s výučním listem, střední vzdělání s maturitní zkouškou nebo vyšší odborné vzdělání ze skupiny oborů 26 Elektrotechnika, telekomunikační a výpočetní technika
- Podmínkou § 6 dle Nařízení vlády č. 194/2022 Sb. – dříve vyhl. „50“
- Základní znalost Nj nebo Aj výhodou
- Uživatelská znalost práce s PC (MS Windows, Internet)
- Řidičský průkaz sk. B podmínkou, sk. C nebo T výhodou
- Čistý trestní rejstřík
- Bydliště Praha, Praha Východ, Říčany, Velké Popovice, Benešovsko, Příbramsko

CO NABÍZÍME

- Stabilní zaměstnání u zahraniční společnosti
- Firemní benefity - 5. týden dovolené (20 dnů dovolené + 5 dnů osobní volno), Cafeterie (měsíční příspěv je 1500 bodů) zahrnuje tyto benefity: Multisport karta, penzijní připojištění, životní připojištění s příspěvkem zaměstnavatele, příspěvky na dopravu. Mezi další benefity patří: T-Mobile program, Makro kartička, firemní dny pro zaměstnance (vánoční dárky, firemní večírky, teambuildingy, firemní tábor pro děti, vitamínové balíčky, očkování proti chřipce), stravenkový paušál
- Předpoklad dlouhodobé spolupráce
- Služební automobil, notebook, telefon i k soukromému využití

first in intralogistics

VYBERTE SI ZE ŠIROKÉ NABÍDKY LETNÍCH LAST MINUTE ZÁJEZDŮ NEBO SI UŽIJTE TU NEJLEPŠÍ EXOTIKU

Exotika přímým letem:

Katar

Kapverdské ostrovy

Vietnam

Ras Al Khaimah

Dominikánská republika

Omán

Kuba

Bahrajn

TĚŠÍME SE NA VÁS NA POBOČCE ŘÍČANY

www.zajezdyricany.cz

17. listopadu 51/1, Říčany (vedle Komerční banky)

tel.: 323 602 240; email: ricany.fischer@dertouristik.cz

Po – Pá: 09:00 – 13:00

13:30 – 17:00

So: 09:00 – 12:00

ZAPRAZI.EU | 31

AUTOCENTRUM VOJKOV



EKOLOGICKÁ
LIKVIDACE
VOZIDEL



SHÁNÍTE NÁHRADNÍ DÍLY?

Proč právě u nás?

- ✓ Záruka vrátení zboží do **60 dnů**
- ✓ Máme tisíce **spokojených zákazníků**
- ✓ Jsme na trhu už více než **20 let** a stále rosteme

 **734 880 088**

info@autodilyvojkov.cz

www.autodilyvojkov.cz

POTŘEBUJETE ZLIKVIDOVAT VŮZ?

Vše zajistíme zdarma

- ✓ Odtah vozu
- ✓ Vystavení protokolu likvidace
- ✓ Odhlášení vozu na úřadě

 **605 238 887**

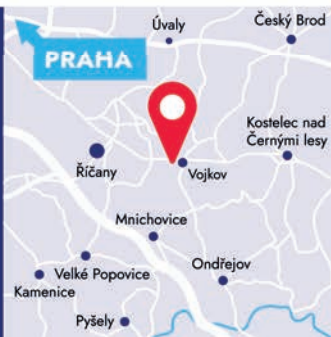
info@likvidacevojkov.cz

www.likvidacevojkov.cz

Kde nás najdete

Autocentrum Vojkov s.r.o.

K Nemocnici 50
251 62 Tehovec – Vojkov




AUTOCENTRUMVOJKOV