ROČNÍK 9 | ZDARMA DO VAŠÍ SCHRÁNKY | ČLÁNKY VZNIKAJÍ V RÁMCI CHRÁNĚNÉ DÍLNY AKADEMIE RV

ZÁŘÍ 2026

MÍSTNÍ NOVINY

PRAHA-SEVER

Letňany, Čakovice, Vinoř, Březiněves, Třeboradice, Miškovice

NOVINYKRAJE.CZ

# Má Jindra Polák z Jelena recept na lásku? Musíte najít svou druhou půlku, říká

**Bezprostřední povídání s úspěšným muzikantem, který má charisma, nadání, inteligenci, pokoru a neodolatelný úsměv. Tak vypadá setkání s Jindrou Polákem, kytaristou, zpěvákem a frontmanem skupiny Jelen. Energie téhle kapely a jejích muzikantů je nakažlivá, až návyková.**

V Jelenovi se totiž sešla parta muzikantů, kterým to ladí, šlape jim to, a co je asi nejdůležitější: baví je muzika. Z pódia na vás navalí kopu emocí i radosti, která ve vás přetrvá ještě dlouho po koncertu. Nenechte si proto ujít v současné době probíhající JelenFest. Z původního komorního složení, kdy v roce 2012 spolu s Martinem Kasalem, houslistou a baskytaristou Ondrou Málkem založili hudební skupinu Jelen, se počet členů kapely zvýšil, ale na jejich koncertech je znát, že si všichni sedli jak po hudební stránce, tak po té lidské. Jejich hity jako Magdalena, Světlo ve tmě, Vlčí srdce nebo Nebe nad Prahou se právem dostaly na přední příčky hitparád.

Frontman skupiny Jindra Polák dostal skvělý základ do života už tím, že se narodil do muzikantské rodiny. Od dětství chodil do hudebky a hrál na několik nástrojů, od piana přes trumpetu a trombon až ke kytaře, do které se zamiloval ve čtrnácti letech. Jeho cesta na výsluní ale nebyla přímočará a chvíli trvalo, než se začal hudbou živit. Prošel si brigádami v divadle, v restauraci, internetové kavárně, prodával křišťálové skleničky a byl skvělým grafikem. Dnes žije život, který si právem zasloužil! A možná i díky své kostrbaté cestě je dnes takovým člověkem, jakým je. Poctivým a pokorným. Mnoho zkušeností ze svého života vložil i do svých textů a moc hezky o tom píše ve své knize Jelen: Příběhy písní.

**Jindro, v rozhovorech se netajíte svou láskou ke své rodině, k manželce Katce a k dceři Lucii, která je dnes již šestnáctiletou slečnou. Máte vztah, po jakém asi mnoho lidí touží, a také to asi nebylo vždy snadné. Měl byste nějakou radu, jak na lásku?**

Nevím, jaký je na to recept, ale nějak se nám to povedlo. Známe se už fakt dlouho, sedmadvacet



Foto | Ondřej Pýcha

let. Nastupoval jsem do direktmarketingové agentury jako brigádník, a Katka byla má šéfová. Tím se nám role tak nějak předurčily. Napřed jsme byli dlouho kamarádi, Katka už měla dvě děti. Postupně se to přerodilo ve vztah. Ale protože ve dvaceti chlap nemá věci v hlavě ještě uspořádaný, napřed jsme se několikrát rozešli a zase sešli. Jen díky trpělivosti mé ženy, která mi dala ještě šanci, jsem měl čas pochopit, že takovou ženu už nenajdu. A dnes jsme spolu a já opravdu nevím, kde bych bez ní byl.

**Vaše žena je také vaším prvním kritikem, kterému bezmezně věříte. Spolu jste prošli i těžkými obdobími, kdy vás ještě muzika neživila. O tomto období zpíváte v písničce Nebe nad Prahou?**

V roce 2011 jsem měl jako grafik průšvih. Tedy on ten průšvih nebyl až tak moc můj, ale víte, jak to ve velkých firmách chodí. Průšvih padá seshora dolů a ve vydavatelstvích je na konci grafik. Takže já. Dostal jsem pokutu. Nebyla likvidační, ale dost velká na to, aby nám po zaplacení nákladů nezbylo skoro nic. Měl jsem doma roční dítě a ženu na mateřské. A taky protivného a věčně hladového šestikilového zrzavého kocoura. Netušil jsem, co budu dělat.

Pokračování na straně 5

INZERCE

Inzerci v těchto novinách pro vás zajistí:



Dana BREJCHOVÁ

603 588 338

brejchova@regvyd.cz



Vít VRBICKÝ

603 786 170

vrbicky@regvyd.cz

REGIONÁLNÍ VYDAVATELSTVÍ

CHCIINZERCI.CZ

HLEDÁM
HLEDÁŠ
HLEDÁME...

Do našeho vydavatelství hledáme posilu do obchodu: člověka, který má rád kontakt s lidmi, umí si „otevřít dveře“ a dovést spolupráci od první zprávy až po podepsanou objednávku.

T | 731 012 099
E | hr@regvyd.cz
regionalnivydavatelstvi.cz/kariera



# LÍDR PRO PRAHU 18

## LETŇANY BUDOU POŘÁD MAKAT



**Zdeněk Kučera**
starosta

**VOLTE 9**

Přijďte si s námi popovídat na rodinné sportovní odpoledne

Čtvrtek
**1. 10. 2026**
16:00–19:00

**STARÁ NÁVES, LETŇANY**

### CO SE PODAŘILO:

- Investovali jsme přes 840 milionů korun a získali téměř 1,7 miliardy na dotacích.
- Vytvořili jsme 695 míst ve školách a školkách.
- Otevřeli jsme 17 nových ordinací a dostali zdravotní péči blíž lidem.
- Rozšířili jsme Dům s pečovatelskou službou o 19 bytů.
- Dali jsme do pořádku 16 km silnic a 6 km chodníku.
- Vrátili jsme Letňanům 12 hektaru pozemku pod aviáckým sídlištěm.
- Proměnili jsme veřejný prostor, vybudovali letňanské korzo a vysadili 286 stromů.
- Zvýšili jsme bezpečnost v ulicích. Kriminalita klesla o 27%.
- Postavili jsme novou sportovní halu a další sportoviště.
- Zachránili jsme bazén, sáňkovací kopec a Centrum zdraví v Místecké.
- Rozšířili jsme občanskou vybavenost v Letňanských zahradách.

POLITICKÉ REKLAMNÍ SDĚLENÍ, ANO BUDE LÍP Zadavatel: ANO 2011
Souvisí s: Volbami do zastupitelstev obcí 2026.

ANO BUDE LÍP

RV/2601537/01 Politická reklama, zadavatel: ANO 2011, souvisí s: komunální volby, oznámení o transparentnosti: RV/2601537, www.regionalnivydavatelstvi.cz/volby

TIRÁŽ
NOVINY KRAJE vydává Regionální vydavatelství s.r.o., Na louce 603/6, 111 01 Praha 10 – Dolní Měcholupy, IČ 27846717, DIČ CZ27846717 · Místo vydání: Praha 18 · Neprodejné · Šéfredaktor: Ivo Čermák · Neoznačené fotografie jsou z archivu redakce · Registrace u MK ČR – MK ČR E 23002 · Inzerce: Dana Brejchová 603 588 338, brejchova@regvyd.cz; Karel Dobiáš 739 300 390, dobias@regvyd.cz; Štěpánka Hadravová 605 167 046, hadravova@regvyd.cz; Gustav Libra 602 616 510, libra@regvyd.cz; Ondřej Machač 605 527 803, machac@regvyd.cz; Zuzana Tomaschková 605 405 799, tomaschkova@regvyd.cz; Libor Vrbický, 720 105 401, l.vrbicky@regvyd.cz; Vít Vrbický 603 786 170, vrbicky@regvyd.cz · Nevyžádané příspěvky nevracíme · Reklamace na dodávky novin: reklamace@regvyd.cz · Tisk: MAFRAPRINT, Petr Turyna, tel.: 734 517 178 · DTP: Josef Omelka, Studio 87, spol. s r.o. · Vydavatel neodpovídá za správnost údajů inzerátů a nebere žádnou finanční ani hmotnou odpovědnost za zveřejnění inzerátu a jeho následky. Obsah inzerce se nemusí shodovat s názorem vydavatelství. · Články vznikají v rámci chráněné dílny Akademie RV (viz QR) · Vydání 2026/8 vychází 25. 9. 2026, uzávěrka dalšího vydání 9. 10. 2026

# Modrá a hrob, který ukrývá tajemství

**Vypadá jako místo, kde by člověk čekal spíš archeology než upíry. Přesto se nedaleko Velehradu nachází hrob, který bývá označován jako „vampýrský“. Co vedlo dávné obyvatele Moravy k neobvyklému způsobu pohřbení? Báli se snad, že se mrtvý vrátí mezi živé?**



Archeoskanzen Modrá. Foto | Shutterstock

Petra Koudelková

V okolí dnešní Modré u Velehradu se nacházejí pozůstatky jednoho z nejstarších známých kostelů z období Velké Moravy. Stavba pochází z přelomu 8. a 9. století a v jejím okolí archeologové odkryli více než třicet hrobů.

Některé přitom ukazují, že křesťanské pohřební zvyklosti tehdy ještě zdaleka nevytlačily starší tradice. V jednom z hrobů byl například pohřben významnější člověk s keramickými nádobami, které mohly souviset s představou potravy pro posmrtný život.

## Jeden hrob vyvolává otázky

Právě neobvyklé pohřební praktiky daly vzniknout představě takzvaného vampýrského pohřbu. Výraz „vampýrský“ je však třeba brát s rezervou. Archeologové rozhodně netvrdí, že na Moravě žili upíři.

Podobné hroby známe z různých částí Evropy. Někteří mrtví byli zatěžováni kameny, ukládáni do neobvyklých poloh nebo pohřbíváni způsobem, který měl zřejmě zabránit jejich návratu. Důvodem mohl být strach z člověka považovaného za nebezpečného či podivného, ale také nemoc nebo náboženské představy.

## Ještě se dodržovaly staré zvyky

Právě v tom je Modrá fascinující. Nejde jen o příběh „moravského upíra“, ale o svědectví doby, kdy se na Moravě měnil celý svět. Křesťanství se postupně prosazovalo, starší představy však nezmizely ze dne na den.

Pohřeb mohl být nejen posledním rozloučením, ale také způsobem, jak ochránit živé před tím, co přichází po smrti.

## Tajemství zůstává

Vampýr z Modré tedy zůstává spíše v říši legend a populárních označení. Archeologie však odhalila něco možná ještě zajímavějšího – společnost stojící na rozhraní dvou světů. A tak nad dávným hrobem zůstává otázka: Čeho se tehdy lidé báli natolik, že ani po smrti nedokázali svým mrtvým úplně důvěřovat?

# Ke svým zákazníkům můžete promluvit, aniž byste kdy stáli před kamerou



Hodilo by se vám video s mluvčím, ale nemáte kameru, herce ani rozpočet na produkci? Česká platforma Everbot umí z napsaného scénáře vytvořit profesionální video s digitálním řečníkem za pár minut, využít může i vaši vlastní tvář a hlas.

## Z jediné fotky a scénáře rovnou hotové video

Nová funkce AI Avataři převádí obyčejný text na video s mluvčím. Stačí vybrat avatara nebo nahrát vlastní fotografii, ze které si uživatel vytvoří vlastního digitálního dvojníka, zvolit hlas a vložit scénář. Během pár minut vznikne video s přirozenou mimikou i synchronizací rtů, dlouhé až 2,5 minuty. Delší sdělení lze rozdělit do více částí. Taková funkce se hodí nejenom na reklamy, produktová videa nebo obsah pro sociální sítě, ale i například na osobní vánoční přání zaměstnancům, školicí materiály nebo firemní komunikaci.

## Tváře na výběr, jazyky bez omezení

Knihovna webové aplikace nabízí stovky hotových avatarů v různých stylech i pozadích, od formálních firemních tváří po ležérní varianty šité na míru konkrétním oborům. Vybírat lze i podle pohlaví a avatary libovolně kombinovat s hlasy. Hlasová knihovna pak zvládá nespočet světových jazyků včetně češtiny a slovenštiny a každý hlas si lze předem přehrát. Pod funkcí stojí model HeyGen, který umí vytvořit avatara i z jediné fotografie a po nahrání krátkého vzorku naklonovat i hlas.

## Jak se dostat od nápadu k profesionálnímu videu?

- Vyberte avatara nebo nahrajte vlastní fotografii.
- Zvolte hlas, případně si nahrajte vlastní vzorek pro jeho klonování.
- Napište scénář, co a jakým tónem má mluvčí říct.
- Spusťte generování a během pár minut máte hotové video.

„Natočit video s hercem před kamerou obvykle znamená domlouvat termíny na několik dní dopředu a zajistit technický tým i rozpočet, který si mohly dosud dovolit hlavně větší firmy. AI Avataři tuhle bariéru odstraňují, video může vzniknout v řádu minut od nápadu,“ komentuje Roman Berglowiec, CEO společnosti Everbot.

# Kompetence, jistota a stabilita

SPOLU
PRO LETŇANY



Ondřej Lněnička | Milan Bušek | Iveta Lojková | Martin Halama | Petr Kolman

# SPOLU je váš HLAS,
# hlas pro LETŇANY

9.–10. října 2026 Děkujeme za důvěru!

## Letňany naše priorita, volte

3

RV2601596/01 Politická reklama, zadavatel: ODS, související s komunální volbou, oznámení o transparentnosti: RV2601596, www.regionalnivydavatelstvi.cz/volby

# Má Jindra Polák z Jelena recept na lásku? Musíte najít svou druhou půlku, říká

Dokončení ze strany 1

**Máte radši koncerty, kde publikum zpívá s vámi, nebo ty, kde spíš posloucháš?**

Když se baví, tak jsme šťastní. Myšleno: víno, ženy, muži, zpěv a tanec. Ten je nejdůležitější!

**Zachránila vás muzika?**

Ano. Každý den jsem si bral do práce kytaru a po práci jsem to vzal přes centrum. Na dvě tři hodiny jsem před sebe hodil futrál a hrál pro každého, kdo šel kolem. A lidé se občas zastavili a poslouchali, a když se jim moje hudba líbila, hodili do futrálu pár korun. Nakonec to stačilo, abychom s rodinou vydrželi do další výplaty. A tenkrát jsem pochopil, že mě moje písničky nikdy nenechají ve štychu.

**Ve vašich písních se zpívá hodně o emocích, touze po lásce, smutku a životě obecně... Dá se napsat tak niterný a přesvědčivý text, aniž by to byl váš vlastní prožitek? Nevzbuzují ve vaší ženě některé texty nebo fanynky žárlivost?**

My jsme od začátku na jedné vlně a jsme na sebe hodně napojený, a já si myslím, že jak se říká, že člověk hledá tu druhou půlku k sobě, takže my jsme se opravdu našli. Navíc po tom všem, čím jsme si prošli, vím, že mám svatou ženu a nesmírně si toho vážím. Dnes už je mezi námi důvěra, bez které by to nešlo. A fanynky mě ani moc neuhánějí, protože si myslím, že z člověka vyzařuje, když má nějak nastavené hranice a zná už své hodnoty. Já bych neudělal nic, čím bych svoji rodinu a zázemí ohrozil. Neumím si život bez nich představit. A co se textů týče, nejsou vždycky obrazem mých zážitků, ale věci, které se dějí kolem mě, přecházejí přes filtr mých zkušeností.

**Někde jste říkal, že nevěříte na osud, ale mně se zdá, že váš vztah je vysloveně osudový...**

> Nevěřím tomu, že věci jsou dané osudem a jsou neměnné. Je na nás, jak si cestu k cíli zkomplikujeme, nebo usnadníme. Někdy máme tendence do toho zasahovat, místo abychom to nechali plynout.

Tak to není, že nevěřím na osud. Já nevěřím tomu, že věci jsou dané osudem a jsou neměnné, tomu nevěřím. Je na nás, jak si cestu k cíli zkomplikujeme, nebo usnadníme. Někdy máme tendence do toho zasahovat, místo abychom to nechali plynout.

**S manželkou jste se shodli i na neobvyklé výchově, kdy vaši Lucku učíte doma. Jak toto rozhodnutí vnímáte dnes? Bylo správné?**

Ano. Lucka ukončila základní školu a bude teď studovat střední. A jdeme opět stejnou cestou, kdy se bude učit doma.

**Nechybí jí vrstevníci?**

Ne, chodí do kroužků a má své kamarády.

**Zdědila po vás nadání?**

Lucka krásně maluje. Teď má dokonce kousek od nás výstavu. Zjistil jsem ale, že na ni nesmím v ničem tlačit. Když jí chci něco poradit, začne se stahovat. Když ji nechám jít vlastní cestou, udiví mě pak tím, co dokázala a co v ní je. Navíc, když se pro něco nadchne, jde si za tím. Jednou nás třeba překvapila, že se přes noc naučila azbuku, protože ji to zajímalo.



Jindrova dcera Lucie ráda maluje. Foto| archiv Jindry Poláka



Kapela Jelen. Foto | Petr Kozlík

**Když sleduji, jaké výkony podáváte na jevišti, zajímalo by mě, jak se udržujete v kondici?**

Vyzkoušel jsem různý druhy cvičení, než jsem si našel, co mi vlastně sedí. Pro mě jsou nejlepší procházky s naším jorkšírem, se kterým ujdeme denně pět až šest kilometrů. Tedy pokud jsem doma. Chození je pro mě asi ten nejlepší pohyb. A zjistil jsem, že ze všech cvičení, co jsem kdy dělal, mi aktuálně nejvíc vyhovuje jóga, protože jsem dlouhý a potřebuji hlavně protáhnout. Výbušná cvičení mi nesedí, vyhovuje mi spíš pomalý, klidný pohyb. A koncerty jsou pěkné kardio.

**Stane se vám, že jste třeba v den koncertu unavený?**

I to se stane a ten start je pak náročný, ale když se tomu nepodvolím a jdu do toho naplno, tak už za ty roky vím, že adrenalin naběhne, a že se do toho člověk rychle dostane.

**Máte nějaký rituál s kapelou před koncertem?**

My děláme jedinou věc – než jdeme na pódium, trkneme si prsty. To je pro nás znamení, že se odpoutáme od starostí, že teď už všechno, co se řešilo, hodíme za hlavu a užíváme si už jen koncert.

**Míváte trému?**

Ano, určitě. Už to ale není taková ta tréma jako ze začátku. Je to dnes spíš těšení se. A paradoxně jsem daleko nervóznější, když mám zazpívat sám pro deset lidí u piva, než když mám vylézt před celou $O_2$ arénu. Nevím proč, ale je to tak. Čím je ten kontakt bližší, tím je to těžší... Všechno je nablízko víc slyšet a všechno je takové víc intimní.

Pavlína Horníková

NAČTĚTE QR KÓD PRO CELÝ ROZHOVOR

## JINDRA POLÁK (46)

Český zpěvák, kytarista, textař a frontman populární hudební skupiny Jelen. Kapelu založil v roce 2012 společně s Martinem Kasalem a Ondřejem Málkem. Skupina Jelen hraje tzv. „roots music“ – akustickou hudbu inspirovanou folkem, country, blues a bluegrassovým zvukem, přičemž Polák je autorem většiny jejich textů, a výrazným hlasem hitů jako Magdalena, Jelen, Vlčí srdce nebo Ještě jednu noc. Pod jeho vedením kapela získala několik prestižních ocenění, včetně cen Anděl.

# Tomáš Portlík je prostě pořád v pohybu




Politická reklama, zadavatel: ODS, související s komunální volby, oznámení o transparentnosti: RV2601636, www.regionalnivydavatelstvi.cz/volby
RV2601636/02

**Tomáše Portlíka jen těžko uvidíte stát na místě. Je zkrátka pořád v pohybu, ať už běhá v parku ve své Praze 9, kde dělá starostu, nebo se zrovna proplétá na Vespě při přejezdu z jednání na jednání. V říjnu chce doběhnout až do primátorské kanceláře. Ale jak sám říká, ani tam se nezastaví. Naopak plánuje ještě výrazně přidat.**

**Zastavíte se vůbec někdy?**

No, i já musím někdy spát. Ale kromě toho jen málokdy.

**Lidé vás nejčastěji vidí křižovat Prahu na vašem skútru Vespa. Proč zrovna na ní?**

Pro mě je to čistě pragmatická volba. Každý den mám diář narvaný k prasknutí a často mi druhá schůzka začíná pomalu ve stejnou chvíli, kdy mi končí první. Mám už takovou povahu, že si chci všechno pohlídat a snažím se pochytat všechny zajíce, kteří běží kolem. A všichni bohužel víme, jak Praha dokáže být ucpaná, a ne vždycky jsem v dosahu MHD. Takže je pro mě jízda na Vespě nejrychlejší způsob přesouvání se, který mi šetří velkou spoustu času. A navíc se s ní dá zaparkovat naprosto všude!

**Mít takhle nabitý program musí být pěkný zápřah. U čeho si nejvíc odpočinete?**

Paradoxně taky při pohybu. Nejlíp si vyčistím hlavu sportem. Nejčastěji si chodím zaběhat. Hodinka s běžeckými botami na nohou mě dokáže nabít na celý den. Kromě toho moc rád plavu, v létě jsem si často zaskočil proplavat Slapy. A Praha 9 a okolí jsou také super na kole. Člověk může projíždět krásnou krajinou a zároveň je to z hlediska terénu pořádná výzva.

**Mgr. Tomáš Portlík**

- Narodil se 20. srpna 1978 v Praze, vyrůstal na Proseku.
- Vystudoval mediální studia na Fakultě sociálních věd Univerzity Karlovy.
- Před vstupem do politiky podnikal, zejména v oblasti textilu.
- Od roku 2010 působil jako místostarosta Prahy 9, v roce 2021 pak stal starostou, kterým je dodnes.
- V lednu 2026 byl zvolen 1. místopředsedou ODS.
- Je kandidátem koalice SPOLU pro Prahu na primátora.
- Je ženatý, s manželkou Renatou má dvě děti.
- Mezi jeho záliby patří běh, plavání a jízda na kole.

**A vlastně vás Pražané mohou potkat v pohybu ještě v jednom případě. Pokud potkají tu tyrkysovou tramvaj s vaší fotkou a slibem, že dáte Praze tempo.**

No vidíte! Na to bych skoro zapomněl. Já nejsem zrovna moc kluk z plakátu, takže na takovéhle věci často zapomínám. Ale to s tím tempem, to je pravda!

**Když už jsme u toho, co vás vlastně do politiky přivedlo?**

Držím se kréda, že co si člověk neudělá, to nemá. Takže místo toho, abych si stěžoval, že je v Praze špatné tohle a tamto, tak jsem šel tyhle věci raději sám řešit. Doteď tedy především na Praze 9, kde už jsem pár let starostou, a teď bych se stejně chtěl pustit i do řešení problémů všech Pražanů z pozice primátora.

**A proč jste se pro kandidaturu rozhodl?**

Nelíbí se mi, jak je Praha posledních 14 let rozhádaná. Pak se totiž neposouvá, nerozvíjí. Pražané prostě nechtějí jen ideologické války, chtějí jen, aby se jim dobře žilo. Já mám jasnou představu, jak má Praha fungovat, a nemohl bych žít sám se sebou, kdybych se nepokusil tu vizi zrealizovat.

**A jaká tedy Praha je ve vašich vizích?**

Praha, která funguje. To je to, co lidé od komunálních politiků potřebují. Zní to vlastně úplně jednoduše, ale není to vůbec lehký úkol. Znamená to totiž zařídit, že lidé nebudou muset stát desítky minut v kolonách nebo kroužit autem kolem svého domu ve snaze zaparkovat. K tomu je potřeba úplně změnit systém koordinace uzavírek a schválit parkovací reformu. Že se rodiče nebudou muset celý rok stresovat tím, jestli se jim děti dostanou na střední školu, nebo že bydlení v Praze nebude jedno z nejméně dostupných v celé Evropě. Ale to celé je jen začátek.

**Co tedy město potřebuje úplně nejvíc?**

No hlavně tempo! Praha má obrovský potenciál, ale v jejím vedení musí být někdo, kdo jej využije na maximum. A to se týká mnoha a mnoha oblastí. Musíme nastartovat bytovou výstavbu, rozjet stavbu Městského okruhu, zbývající části metra D nebo třeba Radlické radiály. Chci z Prahy udělat metropoli, ve které se budou konat ty nejlepší mezinárodní akce, od mistrovství světa v hokeji po prestižní kongresy.

**Takže se nezastavíte, ani když vás zvolí primátorem.**

Naopak! Tím by pro mě začala zatím ta největší jízda v životě. Ale asi budu muset začít pít ještě víc kafe než doteď, i když to bych už pak asi nepil nic jiného. Ale jsem připravený dát ze sebe Pražanům maximum. Nežádám koneckonců Pražany o funkci. Chci pro ně pracovat a dělat naše město lepší. To bych rád.

# Letňany zmodernizovaly dvanáct veřejných budov

Městská část Praha 18 dokončila rozsáhlou modernizaci dvanácti veřejných budov. Cílem projektu za více než 135 milionů korun je snížení energetické náročnosti a provozních nákladů. Úpravami prošly základní a mateřské školy, radnice, hasičská zbrojnice, sportovní hala i místní knihovna.



ZŠ Tupolevova prošla mimo jiné zateplením a dočkala se instalace fotovoltaických elektráren. Foto | Letňany

## Úspory energií

Nejrozsáhlejší stavební zásahy se týkaly areálů základních škol Tupolevova a generála Františka Fajtla. Objekty prošly zateplením a získaly fotovoltaické elektrárny. V budovách nově funguje moderní vzduchotechnika s nuceným větráním, úsporné LED osvětlení a inteligentní regulace vytápění.

„Výhodou zvoleného modelu je skutečnost, že dosažení úspor je smluvně garantováno dodavatelem. Městská část tak získává jistotu konkrétních a měřitelných výsledků," říká starosta Prahy 18 Zdeněk Kučera. Dodavatel ručí za úspory po dobu deseti let.

Z celkových nákladů pokryly zhruba 54 milionů korun dotace od Státního fondu životního prostředí a pražského magistrátu. Dalších 42 milionů radnice postupně uhradí přímo z uspořených peněz za energie. Přímý podíl Prahy 18 činí téměř 39 milionů korun. pap

# Autobusové linky změnily trasy v Letňanech

V Letňanech platí od konce srpna změny autobusové dopravy. Linka 158 nově obsluhuje zastávky Toužimská a Nové Letňany, naopak už nejede přes Staré Letňany. Ze zastávky Nové Letňany zmizela linka 166, kterou zde nahradila právě sto padesát osmička. Úprava se dotkla také školní linky 278, jejíž spoje nyní vedou přes Toužimskou. Součástí změn je i nová



zastávka Radnice Letňany. Staví v ní denní linky 158, 166 a 195 i noční autobus 914. Cestující by si proto měli před cestou zkontrolovat nové jízdní řády a také číslo linky, která nově obsluhuje jejich zastávku. Změny jsou součástí širší úpravy provozu PID od konce letních prázdnin, která má v oblasti Nových Letňan zlepšit dopravní obsluhu. Jde o trvalé úpravy, nikoli pouze o výluku nebo dočasné omezení. pap

# MetroFarm postoupila do finále soutěže

Komunitní zahrady a farmy MetroFarm patří mezi 18 finalistů osmého ročníku soutěže Adapterra Awards. Jeden ze tří areálů projektu funguje v Letňanech, mezi ulicemi Beladova a Hůlkova. Přibližně třiadvacet hektarů městských polí slouží komunitnímu ekologickému farmaření. Lidé zde mohou pěstovat vlastní zeleninu, zapojit se do práce na společném poli nebo odebírat bedýnky s místními výpěstky. Hospodaření staví na zapojení různých pěstitelů, chovu hospodářských zvířat a vytváření prostoru pro volně žijící živočichy. MetroFarm tak propojuje produkci potravin, péči



Mezi finalisty soutěže Adapterra Awards 2026 jsou i čtyři projekty z Prahy. Foto | Vojta Herout

o půdu a komunitní život přímo ve městě. Do soutěže bylo přihlášeno 71 projektů, porota vybrala 18 finalistů, z toho čtyři pražské. O Ceně sympatie může veřejnost hlasovat do 1. října. Výsledky pořadatelé vyhlásí 5. listopadu v Praze. pap

## KRÁTCE

### Letňanské korzo představuje proměny

Na Letňanském korzu byla 10. září otevřena venkovní výstava věnovaná projektům uskutečněným v posledních letech. Čtyři tematické stojany představují opatření pro děti a rodiny, bezpečnost, aktivní život, zeleň a každodenní fungování městské části. Jedna strana každého panelu nabízí fotografie a stručné údaje, druhá mapu s umístěním jednotlivých projektů. Výstava tak umožňuje porovnat změny v různých částech Letňan a dohledat úpravy v konkrétních lokalitách.



### Draci ovládnou nebe nad Letňany

Prostranství před obchodním centrem Letňany zaplní v sobotu 3. října tradiční drakiáda. Registrace soutěžících začne ve 14 hodin a skončí v 15.30. Soutěžit se bude ve třech věkových kategoriích: do osmi let, od devíti do čtrnácti let a od patnácti let. Vyhlášení vítězů je plánováno přibližně na 17. hodinu. Doprovodný program nabídne tvořivé dílny Klubu Sluneční. Každý soutěžící navíc získá dárek. Akci pořádá městská část Praha 18.

### Do škol nastupují sportovní trenéři

Žáci letňanských základních škol se od září do prosince při hodinách tělesné výchovy setkají se sportovními trenéry. Program Trenéři ve škole má dětem představit různé pohybové aktivity a podpořit jejich vztah ke sportu. Náklady mohou dosáhnout 458 640 korun, spoluúčast městské části nepřesáhne 98 740 korun. Městská rada schválila také samostatný program pro MŠ Malkovského. Na lekce pro děti v povinném předškolním vzdělávání vyčlenila až 192 tisíc korun. pap

# Zdeněk Kučera: Každá výzva je příležitost posunout se dál

**Zdeněk Kučera je starostou pražských Letňan, tátou tří dcer a člověkem, který dlouho na jednom místě nevydrží. Běhá, jezdí na kole, plave, závodí a rád zkouší nové věci. Sport ale nevnímá jen přes vlastní výkony. Důležité pro něj je, aby k pohybu a zdravému životnímu stylu měli přístup i ostatní.**

Pavla Petrů



Letňanský starosta Zdeněk Kučera

**Když člověk sleduje, co všechno podnikáte, nabízí se otázka, jestli umíte vůbec odpočívat?**

Umím, jen asi trochu jinak než většina lidí. Pro mě je nejlepší odpočinek pohyb. Když mám za sebou celý den schůzek, potřebuji si vyčistit hlavu. Jdu běhat, sednu na kolo nebo si zacvičím. Najednou člověk řeší jen to, co je před ním. A často se mi právě při sportu srovnají v hlavě věci, nad kterými jsem celý den přemýšlel.

**Vám ale nestačí si jen tak zaběhat. Jen za poslední měsíc jste zvládl Ironmana a Beskydskou sedmičku. Proč vyhledáváte tak náročné výzvy?**

Baví mě zkoušet nové věci a zjišťovat, co zvládnu. Takže když se objeví něco, co jsem ještě nezkusil, většinou mě to začne lákat. Někdy si pak během závodu říkám, že to nebyl úplně nejlepší nápad. Ale to k tomu patří. Mám rád ten pocit, když člověk musí trochu zabojovat sám se sebou a nakonec zjistí, že zvládne víc, než čekal.

**Co vám sport dává kromě dobré fyzičky?**

Hlavně vytrvalost. Ve sportu se rychle naučíte, že ne každý den se všechno povede. Někdy vám to sedne, jindy to vůbec nejde. Důležité je kvůli tomu nepřestat. A taky umět prohrávat. To je podle mě strašně důležitá zkušenost, zvlášť pro děti. Ne vždycky budete první a ne všechno dostanete hned.

**Když zmiňujete děti, sám máte tři dcery. Změnily váš pohled na sport a zdraví?**

Určitě. U dětí je krásně vidět, že nejde jen o výkon. Pohyb má být především radost a přirozená součást života. A zdraví dnes podle mě nemůžeme vnímat jen jako fyzickou kondici. Děti jsou pod velkým tlakem a stejně důležitá je jejich psychická pohoda. Proto u nás na osmnáctce máme i preventivní programy ve školách, které se věnují právě tomu, jak se děti cítí, jak zvládají stres nebo vztahy mezi sebou.

**Sport a kroužky ale mohou být pro rodinný rozpočet docela náročné.**

A právě to je věc, která mi vadí. Nechci, aby o tom, jestli dítě sportuje, chodí na kroužek nebo se účastní nějaké akce, rozhodovalo jen to, kolik mají rodiče peněz. Proto se snažím podporovat aktivity, které jsou dostupné pro co nejvíc lidí. V Letňanech třeba investujeme do veřejných sportovišť nebo pořádáme sportovní festival, kde si může každý zdarma vyzkoušet spoustu různých sportů. A nemusí jít jen o děti. Sportoviště, akce nebo různé programy mají smysl tehdy, když je lidé skutečně můžou využívat.

**Zdá se, že téma zdraví u vás nekončí sportem. Jste také dárce krve.**

To je trochu jiná disciplína, tam se člověk tolik nezapotí. Ale přijde mi to jako jedna z nejjednodušších věcí, kterou může zdravý člověk udělat pro někoho druhého. Zabere vám to jen trochu času a někomu to může zachránit život. Nepřemýšlím nad tím nijak složitě. Když můžu pomoct, proč bych to neudělal?

> Baví mě zkoušet nové věci a zjišťovat, co zvládnu. Takže když se objeví něco, co jsem ještě nezkusil, většinou mě to začne lákat.

**Když vás tak poslouchám, sport a práce pro vás mají dost společného.**

Asi ano. V obojím potřebujete vydržet, když se zrovna nedaří, a hlavně nezůstat jen u plánů. Mám rád, když je za mnou něco vidět. Ať je to dokončený závod, nové sportoviště, nebo třeba škola, do které se vejde víc dětí. Ve sportu máte výhodu, že většinou víte, kde je cíl. V práci to někdy trvá roky a cesta je mnohem složitější. Ale ten pocit, když se něco podaří dotáhnout a začne to lidem sloužit, je vlastně dost podobný. A obojí vás drží v pohybu, protože vždycky je co zlepšovat.



Zdeněk Kučera v cíli hradeckého Ironmana

**MGR. ZDENĚK KUČERA, MBA**

- 47 let
- absolvent FTVS UK, VŠEM a ÚPPV
- od 2018 starostou MČ Praha 18
- ve volném čase nejvíc rodina a sport
- životní heslo „Vše má své řešení"

# Soukromý nákup na IČO. Lákavá úspora, která se nemusí vyplatit

**„Když jsme vybírali notebook pro syna, prodavač se ptal, jestli máme IČO, abychom dostali slevu 5 %. IČO mám, tak jsme slevu využili. Doma jsem ale zjistil, že záruka je jen jeden rok. Jak je to možné, když ze zákona musí být dva roky?“**

Petra Koudelková

Půjčené IČO od známého nebo využití vlastní živnosti k nákupu pro osobní potřebu zní lákavě. Ušetřit můžete díky slevové kartě, snížení základu daně nebo případnému odpočtu DPH.

Jenže tento postup přináší rizika, na která vás předem nikdo neupozorní. A hlavně, věci pro osobní potřebu do daňových nákladů podnikání správně vůbec nepatří.

## Jakmile uvedete IČO, ztrácíte ochranu

Jako běžný spotřebitel máte ze zákona silnou ochranu:

- právo vytknout vadu do 24 měsíců (tj. záruka dva roky),
- vyřízení reklamace do 30 dnů
- a možnost vrátit zboží z e-shopu do 14 dnů.

Když však nakoupíte na IČO, zákon na vás pohlíží jako na podnikatele a o spotřebitelskou ochranu přicházíte.

## Délku záruky pak určuje prodejce

Pro podnikatele dvouletá záruka neplatí. Prodejce vám nemusí dát záruku žádnou. Zpravidla ji v rámci konkurenčního boje poskytuje, ale často jen v délce 12 či 6 měsíců. Reklamace se navíc vyřizuje v „přiměřené lhůtě“ a v případě on-line nákupu na vrácení zboží do 14 dnů bez udání důvodu nemáte nárok. Záleží pouze na prodejci, jestli vám nabídne něco navíc.



Foto | www.shutterstock.com

Pár ušetřených stovek za ztrátu zákonných práv mnohdy opravdu nestojí. Zejména u elektroniky je totiž délka záruky dosti podstatná.


INZERCE




RV/2601234/16




RV/2601110/10

# S koncem léta přichází začátek topné sezony. Co udělat doma dřív, než otočíte termostatem?

První chladná rána jsou signálem, že brzy nastane topná sezona. Než radiátory naplno zapojíme, vyplatí se zkontrolovat celý otopný systém. Můžeme tak předejít poruchám, zbytečným výdajům i nepříjemnému překvapení během prvních mrazů.

## Začněte u radiátorů, kotel potřebuje často zásah odborníka

Jako první zkontrolujte, zda nejsou poškozené radiátory a jestli jejich ventily fungují bez problémů. Pokud radiátor hřeje nerovnoměrně nebo je nahoře studený a dole teplý, může být zavzdušněný. Po odvzdušnění u systému s kotlem zkontrolujte také tlak vody podle doporučení výrobce. U plynového kotle je vhodné nechat pravidelnou servisní kontrolu odborníkovi. Ten může ověřit jeho stav, bezpečnost i správné nastavení. U kotlů na tuhá paliva je důležitá také kontrola a vyčištění spalinových cest. Pokud využíváte komín pro odvod spalin, měl by být před topnou sezonou v odpovídajícím stavu a podle typu spotřebiče také vyčištěný a zkontrolovaný. U spotřebičů na tuhá paliva je kontrola spalinové cesty obzvlášť důležitá a ze zákona povinná.

> U plynového kotle je vhodné svěřit pravidelnou servisní kontrolu odborníkovi.

## Nenechte zbytečně unikat teplo, správnou regulací ušetříte

Zkontrolujte těsnění oken a dveří. V případě jeho poškození je výměna nejjednodušším způsobem, jak zamezit úniku tepla. Zkontrolovat se vyplatí také nastavení oken – u některých typů lze přítlak křídla před zimou upravit. Nakonec nastavte regulaci. Termostat na topidlech není nutné nechávat na maximum. Lepší je udržovat stabilní teplotu a využívat časový program, který přizpůsobí vytápění režimu domácnosti. Pokud máte termostatické hlavice, zkontrolujte jejich funkčnost a nastavení v jednotlivých místnostech. Pár jednoduchých kontrol před začátkem topné sezony může znamenat nejen větší tepelný komfort, ale také nižší spotřebu energie. A hlavně – první opravdu studený den vás nezaskočí nefunkčním topením. ala


Foto | www.shutterstock.com


INZERCE

ZMĚNA SVOZU

O BIOODPAD V CELÉM MĚSTĚ SE BUDOU STARAT PRAŽSKÉ SLUŽBY, A.S.




Služba zůstává i nadále bezplatná

Změny svozů najdete na www.kdyvyvezou.cz/zmena.php

PRAŽSKÉ SLUŽBY

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

RV/2601422/05

NEJEN BYDLET, LÉPE ŽÍT

KBELY BUDOU ZASE MAKAT




PŘIJĎTE K VOLBÁM 9. A 10. ŘÍJNA 2026

VOLTE 1

POLITICKÉ REKLAMNÍ SDĚLENÍ, ANO Zadavatel: ANO 2011
Souvisí s: Volbami do zastupitelstev obcí 2026.

ANO BUDE LÍP

RV/2601538/01

Politická reklama, zadavatel: ANO 2011, souvisí s: komunální volby, oznámení o transparentnosti: RV/2601538, www.regionalninovinyvalecbhvi.cz/volby




# PRAHA MÁ NA ÚČTECH PŘES 200 MILIARD. PRAŽANÉ TO MUSÍ KONEČNĚ POCÍTIT

**Praha patří mezi nejbohatší regiony Evropy. Proč tedy říkáte, že potřebuje změnu?**

Protože samotné číslo na účtu lidem lepší život nezajistí. Praha je pátým nejbohatším regionem Evropské unie a na účtech má přes 200 miliard korun. Ty peníze tam ale nejsou díky politikům. Vytvářejí je Pražané – lidé, kteří tady pracují, podnikají, vychovávají děti a platí daně. Proto se ptám, co z toho dnes mají. Cítí se bezpečněji? Je Praha čistší? Lépe se jim parkuje? Mají děti místo ve škole? Je bydlení dostupnější? Podle mě je odpovědí až příliš často „ne“.

**Co byste tedy jako primátor chtěl změnit?**

Můj základní slib je jednoduchý: **Peníze Prahy patří Pražanům**. Nechci je bezhlavě utrácet, ale chytře investovat tam, kde lidem skutečně zlepší každodenní život: do škol a školek, dostupnějšího bydlení, parkovacích domů, bezpečných ulic, čistého veřejného prostoru, zdravotních a sociálních služeb. Praha má dost peněz na to, aby byla městem, kde se dobře žije rodinám s dětmi, mladým i seniorům.

**Často mluvíte právě o bezpečnosti a pořádku. Proč?**

Protože to slyším od lidí prakticky všude. Není normální, aby se člověk večer bál projít kolem metra nebo aby rodiče přemýšleli, čemu se jejich děti cestou ze školy musí vyhýbat. Bezpečí a pořádek nejsou žádný luxus. Jsou základní službou města. Chci proto posílit městskou policii, důsledněji řešit problémová místa a vrátit Pražanům pocit, že ulice patří především slušným lidem.

**Dokáže Praha všechno zvládnout sama?**

Ne. A právě tady potřebujeme změnit přístup. Praha musí umět spolupracovat s vládou. U velkých dopravních staveb, bydlení, školství nebo zdravotnictví se bez státu často nepohneme. Nezajímá mě politické hašteření mezi magistrátem a vládou. Zajímá mě výsledek. Primátor musí být schopný sednout si s ministry ke stolu a vyjednat pro Prahu maximum.

**Proč by měli Pražané dát hlas právě vám a hnutí ANO?**

Současné vedení Prahy mělo osm let na to ukázat, co umí a že se dokáže domluvit s vládou na tom, co potřebuje. Každý Pražan si může sám odpovědět, jestli se za tu dobu jeho život výrazně zlepšil. Já nabízím jiný přístup: méně výmluv, méně ideologie a více normální manažerské práce, tj. připravovat projekty, investovat a dotahovat věci do konce.

**Co byste chtěl Pražanům říct před volbami?**

Prosím je hlavně o jedno: **Přijďte 9. a 10. října k volbám**. O tom, jak bude Praha další čtyři roky vypadat, rozhodne každý hlas. Pokud jste spokojení, volte pokračování. Jestli ale stejně jako já cítíte, že Praha má na víc, dejte nám šanci to změnit.

Máme bohaté město. Teď je čas, aby jeho bohatství konečně pocítili i lidé, kteří ho každý den vytvářejí.

**Přijďte k volbám a dejte hlas hnutí ANO. Pojďme společně změnit Prahu k lepšímu.**

Politická reklama, zadavatel: ANO 2011, souvisí s komunálními volbami, oznámeno o transparentnosti: RV2601469, www.registrinivydavatelstvi.cz/volby
RV2601469/02

# Než udeří první mrazy, připravte svou zahradu na zimu

**Podzim je časem sklizně, ale také posledních příprav zahrady na zimu. Než přijdou první mrazy, čeká nás několik důležitých úkolů. Ne všechno je nutné stihnout během jediného víkendu, práce je ale dobré naplánovat si včas. Odměnou pak bude zahrada, která zimu zvládne bez zbytečných škod a na jaře bude připravena znovu naplno růst.**



Juraj Aláč

## Začněte sklizní, záhony ukliďte

Ze stromů skliďte jablka, hrušky a další pozdní ovoce, ze záhonů poslední zeleninu. Poškozené a nahnilé plody nenechávejte pod stromy, aby se nestaly zdrojem chorob. Zbytky rostlin a plevel uložte na kompost, do záhonků zapracujte hotový kompost nebo organické hnojivo. Záhony není nutné dokonale vyčistit – listí a jiné zbytky rostlin mohou chránit půdu a poskytnout zimní úkryt drobným živočichům.

## Nezapomeňte na trávník, stromy a keře

Z trávníku pravidelně odstraňujte spadané listí a dokud roste, zaslouží si posekat – klidně i po prvních mrazech. Bezproblémové přezimování zajistí podzimní hnojivo, které ho ochrání před plísněmi a nemocemi. Ze stromů odstraňte suché a poškozené větve, s radikálním řezem ale raději počkejte na vhodný termín podle konkrétního druhu dřevin. Mladé stromky případně chraňte před mrazem nebo okusem zvěří.

## Zazimujte techniku zahradní nábytek

Sekačku, vyžínač, plotostřih a další motorové nářadí očistěte, zkontrolujte a uložte na suché místo. Akumulátory skladujte podle pokynů výrobce. Nezapomeňte vypustit vodu ze zahradních hadic, zavlažování a venkovních rozvodů, aby je nepoškodil mráz. Nakonec ukliďte nebo zabezpečte zahradní nábytek a další venkovní vybavení. Dobře připravená zahrada nejen lépe přečká zimu, ale na jaře bude vyžadovat méně práce.

**SERIÁL**

# Itálie u moře: od zavedené Ligurie po dostupnější jih

Itálie má oproti většině přímořských destinací jednu velkou výhodu – obrovský výběr. Stejná země nabízí luxusní letoviska s cenami srovnatelnými s Francouzskou riviérou i místa, kde lze stále koupit nemovitost u moře za překvapivě dostupnou cenu. Při výběru proto není ani tak otázkou „zda Itálie“, ale která její část odpovídá rozpočtu a způsobu, jakým chcete nemovitost využívat.

Na severozápadě začínáme Ligurií, jedním z nejzavedenějších přímořských trhů. Blízkost Francie a Monaka, Sanremo a další známá letoviska se odrážejí i v cenách. Regionální průměr je dnes kolem 2 700 €/m², v atraktivních lokalitách u moře ale výrazně více. Ligurie je proto spíše volbou pro kupující, kteří hledají zavedenou destinaci a jsou připraveni na vyšší vstupní cenu.

Na opačné straně Itálie nabízí Marche úplně jiný poměr ceny a prostředí. Jadranské pobřeží s městy, jako Pesaro nebo Ancona, je méně zatížené masovým zahraničním turismem a regionální



ceny se pohybují kolem 1 600 €/m². Jedná se o cenově příznivější pobřeží s delší letní sezonou a autentickým prostředím. Čím více se posouváme na jih, tím zajímavější začíná být vstupní cena. Puglia – s Monopoli, Polignano a Mare, Ostuni nebo Salentem – má průměr kolem 1 300 €/m² a spojuje atraktivní pobřeží s historickými městy a velmi silnou dovolenkovou atmosférou. Ještě dostupnější je Kalábrie, kde je průměr kolem 900 €/m². To ale neznamená, že za tuto cenu koupíte v nejžádanější Tropee – turistické lokality si vytvářejí vlastní, podstatně dražší trh.

A pak jsou tu ostrovy. Sardinie je sama o sobě světem velkých cenových rozdílů. Průměr kolem 2200 €/m² mnoho nevypovídá o prémiových lokalitách severovýchodního pobřeží, kde se ceny pohybují úplně jinde. Sicílie je naopak stále jedním z cenově dostupnějších italských trhů – průměr je kolem 1 100 €/m² – přestože známá místa, jako Taormina nebo Cefalù, jsou výrazně dražší.

Itálie tak nenabízí jeden typ investice. Můžete hledat zavedenou a dražší destinaci, dostupnější pobřeží s potenciálem dalšího rozvoje nebo ostrovní lokalitu s výraznou turistickou poptávkou. Právě schopnost vybrat správnou mikrolokalitu je v Itálii mnohem důležitější než průměrná cena celého regionu.

Ivana Brdárska

*Zakladatelka Muj2domov.cz a Inter-Ree.com. Nemovitostnímu trhu se věnuje od roku 2016, nejdříve na straně financování developerských záměrů. Její společnost pořádala v Praze veletrh mezinárodních nemovitostí, v současnosti organizuje odborné semináře a webináře a poskytuje poradenství při výběru vhodné nemovitosti v zahraničí.*

# Na silnici nestačí vidět. Musíte být vidět

Krátké dny, šero, mlha, déšť nebo sněžení. Podzim přináší podmínky, kdy má řidič na spatření chodce, cyklisty nebo motocyklisty výrazně méně času. Právě proto je v tomto období důležité nejen dobře vidět, ale především být vidět.

Podle údajů BESIPu zemřelo vloni při dopravních nehodách v Česku 70 chodců a dalších 324 bylo těžce zraněno. Každoročně se přitom stávají tisíce nehod, při nichž je chodec účastníkem. V roce 2025 zavinili chodci 891 nehod.

Velkou roli přitom hraje zdánlivá maličkost – reflexní prvky. Zářivý pásek na ruce či noze, přívěsek na batohu nebo reflexní prvky přímo na oblečení umožní řidiči chodce rozpoznat podstatně dříve. Podle BESIPu může být reflexní materiál za tmy viditelný až ze vzdálenosti kolem 200 metrů. Mimo obec a za snížené viditelnosti je jeho použití chodci dokonce povinné. Rizikové situace ale vznikají často i ve městech – při přecházení silnice, u autobusových zastávek nebo na špatně osvětlených komunikacích.




## Cyklista i motocyklista jsou na silnici stejně zranitelní

Také pro cyklisty a motorkáře je osvětlení a použití odrazek povinné. Reflexní prvky na oblečení, obuvi, batohu nebo vybavení kola však mohou jeho viditelnost ještě výrazně zvýšit. I když je především na řidiči, aby rychlost jízdy přizpůsobil podmínkám a s možností výskytu chodců či cyklistů počítal, ne vždy se to ale děje. Každý účastník provozu však může pro svou bezpečnost udělat něco navíc.

Reflexní pásek stojí pár korun a jeho použití zabere několik vteřin. V zimě může znamenat rozdíl mezi tím, že vás řidič uvidí včas, a tím, že vás uvidí až příliš pozdě. ala

## DOPORUČENÍ

### Kontroly táborů letos dopadly dobře

Krajské hygienické stanice provedly během letošní sezony letní dětské rekreace celkem 1 364 kontrol.

Za zjištěné hygienické nedostatky uložily 53 pokut v celkové výši 170 500 korun. Ke konci srpna bylo registrováno celkem 2 608 dětských táborů s 3 567 běhy, kterých se zúčastnilo 204 770 dětí.

„Letošní táborovou sezonu hodnotíme jako klidnou. Kontroly ukazují, že naprostá většina provozovatelů přistupuje k zajištění hygienických podmínek odpovědně a celkový standard dětských táborů se postupně zvyšuje. Pokud hygienici zjistí nedostatky, řeší je přímo na místě a v případě možného ohrožení zdraví dětí bezodkladně přijímají nápravná opatření," uvedl zástupce hlavního hygienika ČR Matyáš Fošum.

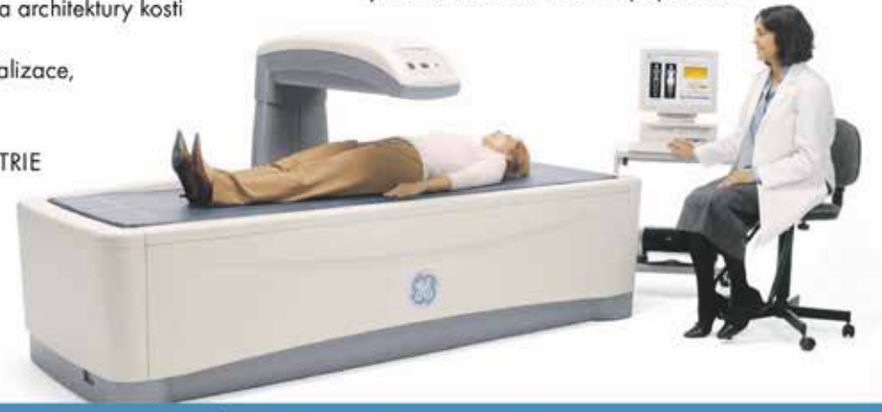
INZERCE

OSTEODENZITOMETRIE
• Vyšetření kostí k vyloučení osteoporózy
• Nebolestivé, krátké, neinvazivní vyšetření
Plně hrazeno všemi zdravotními pojišťovnami

NOVÁ

AMBULANCE KLINICKÉ OSTEOLOGIE:
MÁTE OSTEOPORÓZU A NEMŮŽETE NAJÍT OSTEOLOGA, ABY VÁS LÉČIL ?
• diagnostika, léčba a sledování osteoporózy na jednom místě
• plně hrazeno zdravotními pojišťovnami

OSTEOPORÓZA
• významný úbytek kostní tkáně + porucha architektury kosti
• výrazně zvyšuje riziko zlomenin
• následky: invalidita, dlouhodobá hospitalizace, bolesti zad atd.
• je dobře léčitelná
• zjišťuje se pomocí OSTEODENZITOMETRIE



OBJEDNÁVEJTE SE :
Tel: 702 222 303 (objednávky na osteodenzitometrii nebo do ambulance klinické osteologie)
www.vasekosti.cz, vasekosti@seznam.cz
Adresa: Lhotská 2072, Praha - Horní Počernice, v přízemí zdravotního střediska, poblíž Černého Mostu, velmi dobrá dostupnost MHD, parkování u střediska

RV260167102

## KŘÍŽOVKA | Zatím poslední deska skupiny Jelen byla vydaná už před třemi roky a jmenuje se (tajenka).

| POMŮCKA: KEAON, TAKA | TU | NÁŠ ASTRONOM (1890-1964) | ŘEMEN (ZAST) | ZKR. AMER. STÁTU VERMONT | HLAS SOVY | | ŽIVOČICHOVÉ MUŽSKÉHO POHLAVÍ | TRUMFY | SPZ JIHLAVY | PADĚLAT | | VÝROBCE NÁPOJŮ | ORVAT | TISKOPISY | OBCHODNÍ AKADEMIE | INICIÁLY ELLIOTA | SKOTSKÉ SÍDLO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ZASE | | | | | | BEZPEČNOSTNÍ SCHRÁNKA | | | | | FEUDÁLNÍ VENKOVSKÁ PRÁCE NEVOLNÍKŮ | | | | | | |
| ANGL. HLOUBKA | | | | | | ANGL. ASIE / CITOSLOVCE PŘEKVAPENÍ | | | | | SOUBORY MAP / EINSTEINOVY INICIÁLY | | | | | | |
| OZVĚNY | | | | KŘIVDA / INIC. LENDLA | | | | | PLANETKA / ŠPÁS | | | | | | TOUHA / ČÍSLICE OSM | | |
| | DĚDINY / MEZIN. ZKRATKA SOUHVĚZDÍ TABULOVÁ HORA | | | | ELEKTROCENTRÁLA / OPODÁL | | | TAJENKA 1 / NORMALIZAČNÍ OZNAČENÍ INDIE | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | HNOJIVO | AMATÉRSKÁ ATLET. ASOCIACE |
| PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY | | | KÓD LESOTHA / ČÁST VOZÍKU | | | SLOV. JISTĚ / ZKR. MEZINÁRODNÍHO SVAZU VEGETARIÁNŮ | | | | | RUKA / VÁNEK | | | | | | |
| MEZINÁR. OZNAČENÍ NÁKL. ŽEL. VAGONŮ | | | | ZN. TITANU / PEČEŤ | | | ALKOHOLICKÉ NÁPOJE / ODBORNÍK NA SLOVO VZATÝ | | | | | POHYBY PLAVCE / MÁLO VÁŽÍCÍ | | | | | |
| ZA PRVÉ | | | | | | | | NĚM. FYZIK, NOSITEL NC / AMER. FILM P. NEWMANA (1960) | | | | | SÍDLO V BHÚTÁNU / STARÁ ŠVÉD. OBJEM. MÍRA | | | | |
| | VESELÝ OBŘADNÝ TANEC MASOPUSTU | MNIŠSKÁ CELA / LÁKAŘSKÁ STŘÍKAČKA | | | | | | | ZÁSAHY | | | | | | SCHOPNÉ PROPOUŠTĚT SVĚTLO | ČASNÁ | OBEC U PRAHY |
| JMÉNO RAGBISTY KOLOAMATANGIHO | | | | | | ANGL. VŮL / VŠECHNO | | | ITAL. ŘEKA | CITOSLOVCE DOVTÍPENÍ / ARABSKY OTEC | | | | PŘEDLOŽKA / PLANETKA | | | |
| OSOBNÍ ZÁJMENO | | | KÓD MOKŠANSKÉHO DIALEKTU | | | | SPZ OPAVY / MUŽSKÉ JMÉNO (26.3.) | | | | JAK (KNIŽNĚ) / OZNAČENÍ LETADEL LAOSU | | | | | | |
| ZN. TELLURU | | | TAJENKA 2 / AMONIAK | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ŽENSKÝ KLÍN | | | | |
| DOMÁCKY EMA | | | | | PTÁK BĚŽEC / JMÉNO PROZAIKA PAVLA | | | | KONČETINA / CHEM. ZN. YTERBIA | | | OPAK ANAEROBA | ČLOVĚK, KTERÝ NEMLUVÍ PRAVDU / SPZ ZNOJMO | | | | |
| STARÁ ŠVÉD. VÁHOVÁ JEDNOTKA | | | | OHONY / SPOJKA | | | | | | URČIT | ÚTULEK / SPZ BANGLADÉŽE | | | | | DOMÁCKY OLDŘICH | HUDEBNÍ ZNAČKY |
| | ANGLICKÝ KRÁTKÝ SPÁNEK | NÁŠ REŽISÉR A SCÉNÁRISTA (KAREL) / HRDINKA DIETLOVA SERIÁLU | | | | | | ČÁST STROJE / NÁŠ PĚVEC | | | | | | JEDNOTKA STÁŘÍ ZEMĚ / HRANICE POLÍ | | | |
| MÝDLO | | | | | | ZNALOST / MPZ MALGAŠSKÉ REPUBLIKY | | | ORIGIN. ZKRATKA BÝV. EVROP. STÁTU / KÓD STÁTU MICHIGAN | | | | SLABO / SPZ CAGLIARI (ITÁLIE) | | | | |
| ANEBO (ZAST) | | | | | REVMATISMUS (DŘ.) | | | | | | ZHODNOTIT | | | | | | |
| CVOK (SLENGOVĚ) | | | | | ZAMLŽOVAT | | | | | | PLAVECKÉ NÁDRŽE | | | | | | |

**Znění tajenky pošlete s kontaktem na vás (jméno, příjmení, adresa a kontaktní telefon) na e-mail tajenky@regvyd.cz do 9. 10. 2026.**

*Luštitel odesláním znění tajenky uděluje správci (Regionální vydavatelství, s.r.o., IČ: 27846717) souhlas se zpracováním svých osobních údajů (jméno, příjmení, e-mail, telefonní kontakt a adresa), a to ve smyslu Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. 4. 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů (GDPR). Uvedené osobní údaje je nutné zpracovávat za účelem správy dat souvisejících s vyhlášením vybraných luštitelů křížovky zajišťované správcem. Tyto údaje budou správcem zpracovávány pouze po dobu nezbytně nutnou, po vyhlášení budou ihned odstraněny.*

## SUDOKU

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | | | | | | 2 | 6 | |
| | | | | 3 | 4 | 7 | | |
| | 3 | 5 | | | 7 | | | |
| | | 9 | | | | | | 5 |
| | | 1 | | | 6 | | 9 | |
| | | | 8 | | | | 2 | 7 |
| | | 4 | 3 | | | 9 | | |
| | 1 | | | | 9 | | | 6 |
| | | | | | | 4 | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 5 | | | | | | 9 | 4 |
| | | | | 5 | | | | |
| | | | 7 | 1 | | | | |
| 5 | | | | | | 2 | | |
| | | | | | | | 4 | |
| | | 6 | | 9 | 4 | 3 | | 7 |
| | | | | 2 | | | 8 | |
| 8 | 9 | | | | 6 | 1 | 3 | |
| 2 | | | 9 | | | | 6 | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7 | | | 2 | | 8 | | |
| 4 | | | | | | | | 2 |
| | 6 | 8 | | 5 | | 7 | | |
| | | | | | 1 | 6 | 8 | |
| 7 | 9 | | | | | 4 | | |
| | | | | | | | 3 | |
| | 3 | 1 | 7 | | | | | |
| | | | 5 | | | | | 9 |
| | | 5 | | 8 | | | | 3 |

# Nápady obyvatel proměnily hřiště i veřejná prostranství

Letošní ročník participativního rozpočtu Tvoříme Osmnáctku už není jen na papíře. Z březnového hlasování vzešlo dvanáct vítězných návrhů. Většina z těchto projektů už v současné době slouží veřejnosti. Úpravy se zaměřily na obnovu sportovišť, zeleň a veřejný prostor.

## Hřiště ve vnitroblocích

Výrazné úpravy se dočkal vnitroblok v Rokycanské ulici. Na místním basketbalovém hřišti přibyly dva nové koše, z nichž jeden je umístěn níže pro mladší hráče. Součástí prací byla také oprava dřevěných mantinelů a doplnění nového provozního řádu. Sousední dětské hřiště získalo novou závěsnou dvojhoupačku a upravený povrch pod herními prvky. Původní prolézačku s klouzačkou nahradil nový herní prvek a opravou prošly i tři stávající pružinové houpačky.



Obnovené dětské hřiště ve vnitrobloku v Rokycanské ulici se nachází vedle dalšího projektu, modernizovaného basketbalového hřiště. Foto | Letňany

Nové vybavení zamířilo také na hřiště v ulici Vamberská. Zde byla instalována houpačka umožňující společné houpání rodiče s dítětem či sourozenců. V ulici Kuželova a v parku na Staré návsi se objevily praktické boxy pro odkládání sdílených hraček, které mají pomoci udržovat na hřištích pořádek.

## Komunitní prvky a zeleň

V areálu domu s pečovatelskou službou v ulici Malkovského vyrostly dvě věže s voňavými bylinkami. Ty poslouží k dochucení jídel a zároveň nabídnou úkryt hmyzu. Zcela nové pítko, uzpůsobené i pro snadné osvěžení psů, stojí mezi ulicemi Vratimovská, Chlebovická a Bukovecká.

U bočního vchodu do obřadní místnosti radnice nově funguje knihobudka pro sdílení knih. Na sáňkovacím kopci v lokalitě Bahok přibyla okrasná lavička ve tvaru srdce. U zastávky Avia Letňany pak vznikl nový trvalkový záhon, který navazuje na loňskou výsadbu. pap

**KRÁTCE**

## Policie školila pracovníky v ochraně měkkých cílů

V prostorách obchodního centra v Letňanech se na začátku září konaly odborné semináře zaměřené na bezpečnost v obchodních centrech a dalších komerčních budovách. Policisté a bezpečnostní odborníci představili, jak rozpoznat rizikové chování a varovné signály, jak reagovat při závažném incidentu a jak nastavit spolupráci zaměstnanců, správců objektů, bezpečnostních služeb a policie. Důraz byl kladen na postup během prvních minut po vzniku nebezpečné situace. První termín byl určen nájemcům a uživatelům budov, druhý jejich vlastníkům a správcům. Pozornost se věnovala také připravenosti pracovníků, zvládání následků mimořádné události a zachování provozu. Semináře uspořádalo Krajské ředitelství policie hlavního města Prahy s Asociací nákupních center ČR, organizací ASIS International, společností CPI Property Group a bezpečnostní agenturou M2C. pap


INZERCE

Seznamte se s novým členem naší plně elektrické rodiny SUV. Škoda **Epiq** je ideální městský parťák, který se nebojí úzkých uliček, šikovný pomocník, když máte povinností až nad hlavu, a věrný doprovod, který si potrpí na pohodlí celé posádky. Zároveň je nenáročným společníkem, se kterým je každý výlet hračka, a skvělým parťákem i pro začínající řidiče, kteří ocení jeho snadné ovládání, přehlednost a pohodlí za volantem.

Více informací o modelu **Škoda Epiq** vám rádi sdělíme osobně. Objednejte se na **testovací jízdu** a přesvědčte se sami, jaký Epiq je. Kontaktovat nás můžete také telefonicky na 800 101 108 nebo online.

Váš autorizovaný prodejce vozů Škoda:

**AUTO BRANKA Praha**
Prosecká 817/82
190 00 Praha 9 - Prosek
Tel.: 800 101 108
**branka.skoda-auto.cz**

Auto Branka




RV/2600041/17




# Stavíme bydlení pro život

S námi sázíte na seriózní a stabilní společnost, tradici a bezproblémovou cestu k vašemu bydlení.

cpirezidence.cz

CPI Property Group **Rezidence**

RV240131 6/25