

ZPRAVODAJ



Periodikum
vydávané Městskou částí
Praha - Dolní Měcholupy

www.dolnimecholupy.cz



číslo 1 | únor 2025

ZDARMA

str. 8 /

**Šampioni
Zdravých
měst**

str. 12/

**7 otázek pro Michaelu
Schneiderovou**



Sledujte nás: [MCDolniMecholupy](https://www.facebook.com/MCDolniMecholupy)





SLOVO STAROSTY



Vážení občané,

máme tu nový rok, přejeme si, aby byl lepší než ten předešlý, jako by nebylo dost dobré, že jsme zvládli výzvy toho minulého. Není prostor rekapitulovat zde celý minulý rok, ale v jeho závěru se uskutečnilo pár důležitých věcí.

V rámci Národní sítě zdravých měst jsme získali titul „Šampion 2024 zdravých měst, obcí a regionů“. Vypadá to možná trochu jako formalita, ale je za tím spousta práce, které si vážím. Děkuji všem, kdo na tomto projektu spolupracují. Tato iniciativa pro města a obce nám umožňuje si stále připomínat, že za naší prací nemáme vidět pouze splněné úkoly, ale zejména vyřešené problémy konkrétních lidí.

Naše hasičky a hasiči měli v prosinci svou výroční valnou hromadu, kde jsem mohl poděkovat za jejich práci i sportovní výkony. Proběhlo také výběrové řízení na novou hasičskou cisternu a byla na ni podepsána kupní smlouva s firmou Kobit. Letos bychom chtěli také zajistit přístavbu hasičské zbrojnice, na kterou máme vydáno stavební povolení a financování od MHMP.

Dobrou zprávou také je, že započala výstavba etapy 511 Pražského okruhu, která v budoucnu pomůže výrazně zklidnit dopravu i v naší městské části. Trochu blíže k nám se THMP podařila realizace veřejného osvětlení v ulici K Měcholupům. Na křižovatce této ulice a Kutnohorské došlo k úpravě plynulosti provozu. Letos by měla být také zkolaudována cyklostezka do Uhříněvsi. Měl by se rovněž upravit přechod na Dolnoměcholupské u úřadu a stát se tak bezpečnějším pro děti.

S magistrátem se podařilo dohodnout dlouhodobý pronájem travnatého pozemku v údolí Hostavického potoka, který bychom rádi využili pro vybudování agility hřiště.

Vánoční atmosféra nás dovedla až k Tříkrálové sbírce, která tentokrát ve zdejší farnosti proběhla i v Dolních Měcholupech. Její výtěžek bude věnován na podporu naší základní školy. A se školstvím jsou spojeny i naše plány na rok 2025. Pevně věřím, že dokončíme přestavbu domku Ke školce 75 na tři dětské skupinky, zvládneme zasmluvnit i postavit první fázi přístavby stávající školy a povolit a zajistit přípravu výstavby nové školy a školky v Malém háji.

Koncem roku 2024 vyšla kniha Milan Koch - Básnické a prozaické dílo. Nakladatelství Malvern tak připomnělo smutné 50. výročí básnickovy smrti 18. 11. 1974 v tramvajovém podjezdu v Ďáblicích. V té době mu bylo pouhých 26 let. Milan Koch bydlel v Dolních Měcholupech v tehdejší ulici B. Němcové 86. V básni Ó Láv, která je zasazena právě sem, vyjadřuje svou tiseň z tehdejší doby a ptá se: „Kdo je láska, kdo je láska?“, protože tehdejší životní realita s průmyslovými kulisami za zády a příslušníky SNB přede dveřmi mu nedávala smysl. Napadá mě však neodbytná myšlenka - jsou na tom dnes mladí lidé lépe?

Plánujeme budoucnost svých dětí a mnohdy to myslíme zejména materiálně a zapomínáme, že tyto bytosti formuje především prostředí, které jim umožní růst nejen ve hmatatelném světě, ale i v tom, který rukama uchopit nelze. Důležitá je naše podpora, která v nich rozvine důvěru v sebe sama, a vztahy, díky kterým pochopí, že na to vše nejsou sami. Jde o to, pomoci dětem a mladým lidem rozvíjet zdravé sebevědomí, najít své místo mezi námi a prožít život s radostí a smyslem. V tomto rychlém koloběhu života a informací je důležité dát mladým lidem nejen příležitost uspět, ale i možnost selhat, učit se z chyb a stát se odolnými. Potřebují vzor a inspiraci - nejen v rodičích, ale také v příbězích, které jim chystá společnost ve vztahu k sobě navzájem, k přírodě i umění. A snad nejvíce potřebují víru v budoucnost - vědomí, že jejich sny mají smysl a že mohou být součástí něčeho smysluplného.

Dává tedy našim dětem dnešní existence, plná zbytných věcí a chudá na opravdové vztahy, smysl? Byli bychom rádi, aby tomu alespoň v Dolních Měcholupech tak opravdu bylo a to, co se u nás děje, dávalo smysl nejen dospělým, ale i dětem. I proto jsem rád, že má tento rok u nás podtitul Rodinný kruh 2025 - propojení mezi generacemi.

Přeji Vám všem do roku 2025, aby život v Dolních Měcholupech dával smysl nejen nám, ale i našim blízkým a zejména těm, kteří zde budou žít i v budoucnu.

Váš starosta Jiří Jindřich



OBSAH

	2-7 / INFORMACE Z RADNICE Slovo starosty Usnesení zastupitelstva Oznámení poplatníkům místního poplatku ze psů Plán přistavování kontejnerů Svoz odpadu
	8-9/ ŽIVOT V OBCI Šampioni Zdravých měst Zápis do 1. tříd
	10-11 / ŠKOLA Děni na ZŠ Dolní Měcholupy
	12 / 7 OTÁZEK 7 otázek pro Michaelu Schneiderovou
	14-15 / SENIORŮ Ze života klubu seniorů
	16 / KOMUNITNÍ CENTRUM Komunitní centrum Dolní Měcholupy
	18-19 / SPORT SK Dolní Měcholupy
	20-21 / VOLNÝ ČAS Leonardo
	22-23 / SEZNAM PODNIKATELŮ A KONTAKTY



08. 03. 2025

od 19:00

HASIČSKÝ BÁL | str. 24

ZPRAVODAJ

PERIODICKÝ TISK vydávaný Městskou částí Praha - Dolní Měcholupy

Dolnoměcholupská 168/37, 111 01 Praha 10

Evidenční číslo: MK ČR E 21639

Distribuce: zdarma do schránek obyvatel této městské části

Náklad: 1800 ks

Ceník inzerce: www.dolnimecholupy.cz/inzerce-zpravodaj

Příjem inzerce a příspěvků do Zpravodaje zasílejte prosím na e-mail: zpravodaj@dolnimecholupy.cz

Redakce: Karolína Valová

Grafická úprava a sazba: Michaela Bartolomějová

Uzávěrka příspěvků pro následující číslo nejpozději do 03. 03. 2025.

Za věcnou správnost textů odpovídají autoři, chyby v tisku vyhrazeny.

Foto na obálce: Freepik



USNESENÍ ZASTUPITELSTVA

Zastupitelstvo MČ Praha-Dolní Měcholupy na svém 19. veřejném zasedání konaném dne 29. 1. 2025 v zasedací místnosti úřadu, schválilo tato usnesení:

USN 19/1: Rozpočet na rok 2025

VZALO NA VĚDOMÍ A SCHVÁLILLO:

- navržený rozpočet městské části na rok 2025 s příjmy ve výši 54 075 tis. Kč a výdaji 122 510 tis. Kč, schodek je kryt třídou 8 - financování ve výši 68 435 tis. Kč
- příjmy a výdaje účelového fondu
- navržený rozpočet vedlejší hospodářské činnosti na rok 2025 s výnosy ve výši 5 706 tis. Kč a náklady ve výši 5 702 tis. Kč
- střednědobý výhled rozpočtu MČ Praha-Dolní Měcholupy do roku 2030

USN 19/2: Areál Za Zastávkou – dlouhodobý pacht

VZALO NA VĚDOMÍ A SCHVÁLILLO:

- podané nabídky v rámci vypsaného Záměru k propachtování Areálu Za Zastávkou
- protokol obsahující závěry hodnotící komise o posouzení a vyhodnocení nabídek
- závěry hodnotící komise a vyhodnocení nejvýhodnější nabídky dle přílohy tohoto usnesení
- výběr pachtýře a uzavření Pachtovní smlouvy s firmou BALLOON – light – Praha s.r.o.

POVĚŘILO:

- starostu informovat uchazeče o rozhodnutí ZMČ Praha-Dolní Měcholupy
- starostu podepsat Pachtovní smlouvu s vybraným uchazečem – firmou BALLOON – light – Praha s.r.o.

USN 19/3: Dodatek k Memorandu s MČ Praha 22

VZALO NA VĚDOMÍ A SCHVÁLILLO:

- informaci k uzavření Dodatku k Memorandu mezi MČ Praha 22 a MČ Praha-Dolní Měcholupy k spoluúčasti s finančním zajištěním stavby Cyklostezky Uhříněves – Dolní Měcholupy
- funkce a náhradníkům po uprázdnění mandátu člena zastupitelstva, nejdříve ode dne složení slibu

POVĚŘILO:

- starostu podepsat Dodatek k Memorandu mezi MČ Praha 22 a MČ Praha-Dolní Měcholupy

USN 19/4: Směnná smlouva

VZALO NA VĚDOMÍ a SCHVÁLILLO:

- návrh Směnné smlouvy na směnu pozemků parc. č. 718/169, 718/5 a 718/113 ve správě MČ Praha-Dolní Měcholupy za pozemek parc. č. 718/283, v. k. ú. Dolní Měcholupy

POVĚŘILO:

- starostu uzavřením Směnné smlouvy

Průběh hlasování k jednotlivým usnesením najdete v textech zápisů ze zasedání zastupitelstva na www.dolnimecholupy.cz v sekci Samospráva -> Zastupitelstvo, kde najdete i audiozáznam z jednání zastupitelstva a stenografický přepis jednání ZMČ. Zápis v listinné podobě je k dispozici v kanceláři tajemnice ÚMČ Praha – Dolní Měcholupy, stejně jako i celá znění usnesení ZMČ.

Šárka Fořtová, tajemnice ÚMČ

OZNÁMENÍ POPLATNÍKŮM MÍSTNÍHO POPLATKU ZE PSŮ



- Každý držitel psa musí podat ohlášení k místnímu poplatku ze psů do 15 dnů od pořízení psa.
- Podat ohlášení musíte i v případech, kdy máte nárok na osvobození či úlevu od poplatku.
- Povinnost platby má každý držitel psa staršího 3 měsíců, pokud se na něj nevztahuje některé ustanovení o slevě či osvobození.
- Poplatkovým obdobím poplatku ze psů je kalendářní rok.

Upozorňujeme všechny držitele psů, že místní poplatek ze psů na rok 2025 je splatný 31. března 2025.

V naší městské části se za pejsky platí následovně:

Pes v bytovém domě:

- první pes: 1 500 Kč/rok
- každý další pes téhož držitele: 2 250 Kč/rok

Pes v rodinném domě:

- první pes: 300 Kč/rok
- každý další pes téhož držitele: 600 Kč/rok

Snižená sazba:

- první pes: 200 Kč/rok
- každý další pes téhož držitele: 300 Kč/rok

Vztahuje se na držitele psa, jehož jediným příjmem je invalidní, starobní, vdovský nebo sirotčí důchod nebo osoba starší 65 let.

Hlídací pes:

- první pes: 600 Kč/rok
- každý další pes téhož držitele: 900 Kč/rok

Platí se za psa užívaného k hlídání objektů, jehož držitelem je právnická osoba, která má v hlídaném objektu sídlo.

Od poplatku jsou osvobozeni:

- osoby nevidomé
- osoby, které jsou považovány za závislé na pomoci jiné fyzické osoby podle zákona upravujícího sociální služby
- držitelé průkazu ZTP nebo ZTP/P

- osoby provádějící výcvik psů určených k doprovodu těchto osob
- držitelé psů převzatých z útulků provozovaných na území hl. m. Prahy po dobu 2 let od převzetí
- osoby, kterým stanoví povinnost držení a užívání psa zvláštní právní předpis (např. zákon č. 449/2001 Sb., o myslivosti)

Poplatek je vybírán podle zákona č. 565/1990 Sb., o místních poplatcích, ve znění pozdějších předpisů, a obecně závazné vyhlášky č. 23/2003 Sb. hl. m. Prahy, o místním poplatku ze psů, ve znění pozdějších předpisů. Správa poplatku se řídí zákonem č. 280/2009 Sb., daňový řád, ve znění pozdějších předpisů.

Pokud nebude poplatek zaplacen včas, může správce poplatku stanovit zvýšení poplatku až do výše dvojnásobku rozdílu mezi částkou, která měla být zaplacená, a částkou zaplacenou do původního dne splatnosti poplatku. Nezapomenejte proto splnit včas svou poplatkovou povinnost!

Poplatky můžete uhradit v hotovosti nebo platební kartou do pokladny v kanceláři Úřadu městské části **nebo převodem na účet č. 2111281318/2700.** Jako **variabilní symbol** uveďte **Vaše číslo popisné** (červené) a 1341 (např. 5201341).

Bližší informace Vám poskytneme na tel. č. **224 324 311** nebo e-mailem **lsobkova@dolnimecholupy.cz.**

PLÁN PŘISTAVOVÁNÍ KONTEJNERŮ

 <p>BIOODPAD 2025 I. POLOLETÍ ČAS PŘISTAVENÍ: 13.00–16.00 HODIN</p>	16. 03. 2025	neděle	Pod Lesíkem
	30. 03. 2025	neděle	Čs. tankistů
	13. 04. 2025	neděle	Pod Lesíkem
	27. 04. 2025	neděle	Čs. tankistů
	25. 05. 2025	neděle	Pod Lesíkem
	29. 06. 2025	neděle	Čs. tankistů




komunální bioodpad především ze zahrad (listí, tráva, větve, neznečištěná zemina), příp. kuchyňský bioodpad rostlinného původu



NE živočišné zbytky

TENTO KONTEJNER SLOUŽÍ POUZE PRO BIOODPAD A NENÍ URČEN K ODKLÁDÁNÍ OBJEMNÉHO ODPADU TYPU STARÝ NÁBYTEK, MATRACE, KOBERCE apod.

Změna termínu vyhrazena.

 <p>VELKOOBJEMOVÝ KONTEJNER 2025 I. POLOLETÍ ČAS PŘISTAVENÍ: 16.00–20.00 HODIN</p>	20. 01. 2025	pondělí	Pod Lesíkem
	03. 02. 2025	pondělí	Ke Slatinám
	17. 02. 2025	pondělí	Ke Dráze
	03. 03. 2025	pondělí	Parková
	17. 03. 2025	pondělí	V Dolinách
	31. 03. 2025	pondělí	Kardausova
	14. 04. 2025	pondělí	Pod Lesíkem
	28. 04. 2025	pondělí	Ke Slatinám
	12. 05. 2025	pondělí	Ke Dráze
	26. 05. 2025	pondělí	Parková
	09. 06. 2025	pondělí	V Dolinách
	23. 06. 2025	pondělí	Kardausova



Do kontejnerů lze odkládat pouze domovní odpad, např. nábytek, kovové odpady, zdravotní techniku, podlahové krytiny apod.



Do kontejnerů nelze odkládat sklo, papír, plasty, nápojové kartony, stavební odpad či nebezpečné odpady.

V PŘÍPADĚ, ŽE KONTEJNER NENÍ V DANÉM TERMÍNU NA UVEDENÉM STANOVIŠTI, VOLEJTE PROSÍM ÚŘAD MČ PRAHA – DOLNÍ MĚCHOLUPY NA TEL. 224 324 315 NEBO 722 446 163.

Změna termínu vyhrazena.

Velký úklid? Kontejnery blíž, než si myslíte

Objemný odpad už nemusíte složitě odvážet, kontejnery máte nyní na dosah ruky. Mrkněte na termíny přistavení a vyberte ten, který vám nejvíce vyhovuje.

Pokud chcete odevzdat objemný odpad z vaší domácnosti, můžete navštívit kterýkoli sběrný dvůr na území hl. m. Prahy, nebo také využít přistavených velkoobjemových kontejnerů přímo v ulicích města. Obě služby vám město poskytuje bezplatně.

- Můžete využít všechna místa s přistaveným velkoobjemovým kontejnerem na území města, zde není nutné mít trvalý pobyt na území příslušné městské části.
- Odpady není možné odevzdávat v neprůhledných pytlích, z důvodu zajištění bezpečnosti je nezbytné, aby obsluha mohla vždy identifikovat odpad, který je do kontejnerů ukládán.
- Kontejnery na objemný odpad jsou určeny občanům, neslouží podnikatelským subjektům.



Co patří do kontejneru na objemný odpad?



Starý nábytek, koberce a linolea, matrace, sportovní náčiní, velká zrcadla, sanita (tj. umyvadla, WC mísy), kovový odpad apod.

Co zde odevzdat nelze?

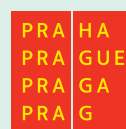
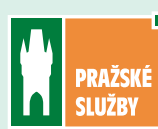
- Stavební odpad, biodepad, pneumatiky, lednice, televizory a monitory, zářivky a výbojky, autobaterie a jiné nebezpečné odpady. Nepatří sem ani využitelné složky komunálního odpadu (papír, plasty, sklo, nápojové kartony apod.). Všechny tyto odpady lze odevzdat zdarma v kterémkoli sběrném dvoře.

Jak zjistím, kdy a kde kontejner bude stát?

- Jednoduše klikněte na odpady.mojepraha.eu/vok, pokud ve vašem okolí žádný nenajdete, nebude v nejbližších dnech přistavován.

Kdo řeší kdy a kde bude kontejner umístěn?

- Časy a místa si určují příslušné úřady městských částí hl. m. Prahy ve spolupráci se svozovou společností. Pokud potřebujete více informací k harmonogramům, místům nebo času přistavení, kontaktujte příslušnou městskou část nebo svozovou společnost Pražské služby a.s.





ŠAMPIONI ZDRAVÝCH MĚST



Dne 13. ledna 2025 proběhlo již tradiční **OCENĚNÍ ŠAMPIONŮ ZDRAVÝCH MĚST A KRAJŮ za rok 2024 v Parlamentu ČR.**

Naše politička Zdravých měst Jana Doláková a koordinátorka Zdravých měst Lucie Sobková spolu s dětmi, jimž byl věnován rok 2024, pro nás získaly toto ocenění.

18 starostů, primátorů i dalších významných zástupců měst a krajů z celého Česka převzalo ocenění za to, že aktivně zapojují veřejnost, strategicky plánují a řídí ke kvalitě života, udržitelnému rozvoji a zdraví a zejména své zkušenosti otevřeně sdílí s ostatními.

Slavnostní ocenění předali paní Věra Kovářová, 1. místopředsedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR, paní poslankyně Jana Krutáková, pan Jiří Koubek, vrchní ředitel sekce veřejné správy Ministerstva vnitra a pan Herbert Pavera, předseda NSZM.

„Je to pro nás inspirativní, rozhodně chceme v našem úsilí pokračovat. Chceme být zdravou městskou částí a s radostí si vychutnávat život v Dolních Měcholupech,“ dodává místopředsedkyně Jana Doláková.





Zápis do 1. tříd

**23. - 24. dubna 2025 v budově
ZŠ Dolní Měcholupy**

**On-line registrace od 1. 3. 2025
na webových stránkách školy**

**Podávání přihlášky, co s sebou, kritéria přijetí
a spoustu dalších důležitých
informací najdete na www.zsdm.cz**



DĚNÍ NA ZŠ DOLNÍ MĚCHOLUPY

Uplynulé měsíce byly ve znamení radosti, dobrodružství a kouzelných okamžiků. Dovolte mi, abych Vás informoval o nejzajímavějších událostech, které jsme společně prožili.



Měsíc Příběhů bezpráví

Měsíc Příběhů bezpráví se koná od roku 2005 každý listopad na stovkách základních a středních škol po celé České republice. Zapojené školy pořádají projekce filmů s tématem československých dějin a zvou hosty (pamětníky, filmaře, protagonisty filmů, historiky) na debaty.

Dne 11. 11. 2024 proběhl v naší škole již 9. ročník Měsíce filmu na školách pro žáky 5. ročníku.



V letošním školním roce se uskutečnil 20. ročník Měsíce Příběhů bezpráví zaměřený na 35. výročí sametové revoluce. Součástí projektu byla plakátová výstava. Prostřednictvím plakátů výstava zachycuje předrevoluční atmosféru. Pro žáky byl připravený film 1989: Z dopisů psaných přes železnou oponu.

Výuka s LEGO® Education SPIKE™ Prime

Výuka v 5.roč. byla obohacena o návštěvu lektorek, které k nám přivezly LEGO® Education SPIKE™ Prime - sadu, která ukazuje, že programování a robotika mohou být skutečně zábavné. Místo klasické výuky jsme dostali nástroj, který spojuje jednoduché stavebnicové díly s chytrým softwarem. Naším úkolem bylo postavit a naprogramovat vlastního robota - od návrhu až po finální naprogramování. Klíčem bylo nebát se experimentovat. Každý náš tým vytvořil něco originálního. S výukou budeme pokračovat v 2.pol. v hodinách informatiky.



Vánoční dílny

První adventní neděle proběhly tradiční Vánoční dílny, rozšířené o další aktivity ve spolupráci s MČ Dolní Měcholupy. Nadšení, tvořivost a ochota přispět k této sváteční akci udělaly ze setkání jedinečný zážitek. Rodičům děkujeme za podporu



a za to, že jste si našli čas a společně s dětmi přispěli k radostné adventní náladě. Dětem děkujeme za jejich úžasnou energii a radost z tvoření. Učitelům a všem, kteří se na organizaci nejen dílen podíleli, patří velké poděkování za skvělou přípravu a péči o to, aby si každý mohl odnést nejen krásný výrobek, ale také příjemné zážitky.



Prosinec – nejkouzelnější měsíc roku

Prosinec patří mezi nejoblíbenější období v naší škole. Děti s nadšením v rámci tvořivých kroužků při škole vyráběly vánoční dekorace a drobné dárečky pro své blízké. Naše chodby a třídy se proměnily v zimní pohádku plnou barev. Žáci ukázali svou kreativitu a šikovnost, když vyráběli adventní věnce, ozdobné svíčky a mnoho dalších krásných věcí. Děkujeme všem za pomoc a zapojení do výroby!

Přespávačka v 2. C

Dne 4. prosince zažila třída 2. C nezapomenutelný večer a noc při „Přespávačce“ ve škole. Děti si užily společný program plný her, pohádek a dobrodružství. Rodiče mohou být pyšní na to, jak skvěle jejich děti spolupracovaly a bavily se.

Mikulášská nadílka napříč školou

Tato oblíbená akce je již dlouholetou tradicí naší školy a každý rok přináší radost, smích a občas i trochu napětí, když čerti zkoumají, zda mají děti čisté svědomí. Mikuláš nezapomněl na nikoho, a tak si svou nadílku užily nejen ty nejmenší děti z prvních tříd, ale i naši nejstarší žáci.

Vánoční turnaj v dámě

Nejen vánoční výzdoba byla v centru naší pozornosti. V prosinci jsme také uspořádali 22. ročník tradičního vánočního turnaje v dámě. Soutěže se zúčastnili žáci všech ročníků a turnaj byl plný napětí a radosti. Vítězům gratulujeme a všem děkujeme za fair play.



Vietnamská kuchyně ve školní jídelně

V prosinci měli žáci možnost ochutnat speciality vietnamské kuchyně. Školní jídelna připravila tato jídla: Nudle pad thai s kuřecím masem a zeleninou, Smažená rýže s kuřecím masem a zeleninou, Smažené kuřecí kousky ve sladkokyselém omáčce s jasmínovou rýží.

Věříme, že si tato netradiční nabídka najde mnoho fanoušků.

Lyžařsko-snowboardový kurz v Peci pod Sněžkou

Žáci 5. ročníku měli možnost zúčastnit se vynikajícího lyžařsko-snowboardového kurzu v Peci pod Sněžkou tradičně na chatě Smetánka. Děti se nejen zdokonalily ve svých sportovních dovednostech, ale také zažily spoustu legrace. Instruktoři chválili jejich nadšení a ochotu učit se. Večery jsme trávili společnými hrami, oblíbeným kasinem a celý kurz byl slavnostně ukončen pasováním na lyžaře a snowboardisty.

Děkujeme všem, kteří se podíleli na realizaci těchto aktivit. Společně vytváříme prostředí, kde se žáci mohou učit, tvořit a růst.

Přání do nového roku 2025

Vážený rodiče, milí žáci a přátelé školy,

s příchodem nového roku bych vám všem rád popřál hodně zdraví, štěstí, úspěchů a spokojenosti. Ať je rok 2025 plný radosti, splněných přání a společných zážitků.

Těším se na další spolupráci a děkuji za vaši podporu a důvěru, kterou naší škole věnujete.

Šťastný nový rok 2025!

Miroslav Ferkl, ředitel ZŠ Dolní Měcholupy



7 OTÁZEK PRO MICHAELU SCHNEIDEROVOU



V novoročním předsevzetí si lidé často přejí větší péči o své tělo či duši. Fitness centra se plní nadšenými a odhodlanými začátečníky.

Zeptali jsme se proto Michaely Schneiderové, fitness trenérky Dolních Měcholup, jak to vidí ona.

Ne každý to cvičení vezme za dobrý konec. Co byste radila na začátek?

Určitě je dobré ten začátek nepřepálit, lepší jsou malé kroky než velké cíle.

Jaká by měla být ideální (zdravá) motivace proč cvičit?

Důležitější než hubnutí a krása je určitě zdraví. Cvičení vás naladí a působí skvěle nejen na fyzické, ale i na to psychické zdraví. Já se chci cítit dobře i v pokročilejším věku, být soběstačná a mít radost ze života.

Jaké druhy cvičení byste doporučila? Se stroji? S vlastní vahou? Jak často? Jak zjistím, co je pro mě vhodné?

Každý si to musí vyzkoušet. Někomu bude víc vyhovovat jóga, jinému běh nebo fitness. Nejlepší je, obrátit se na trenéra, pomůže a poradí. Sama mám raději malá "rodinná" fitka, než ta velká v obchodních centrech. Tohle je opravdu velmi individuální.

Doporučujete klientům nějaké doplňky stravy?

Nedoporučuji. Když dvakrát týdně cvičíte, není to potřeba.

Pokud má však klient málo času, je lepší si dát protein než být bez jídla. Jinak radím nechat si udělat vyšetření z krve, které zjistí, co mi konkrétně chybí, a to si pak koupit a doplnit.

A na závěr – jak si motivaci udržet i do budoucna? A vydržet pravidelně cvičit?

Stačí jen překonat první týdny, než si tělo zvykne. Je fajn mít podporu, nějakého parťáka, to mám vysledované. Někteří už se mnou pár let cvičí a stále nás to spolu baví. Dost také motivuje, když máte nějaké problémy, například bolest zad, a cvičení vám pomáhá, pak vydržíte. Není to hned, ale vytrvalost se vyplatí.

Moc děkujeme, Míšo, že cvičíte s ženami i v našem venkovním fitku. Jak se Vám líbí?

Venkovní fitness je pro mě super, vzhledem k tomu, že jsem většinu času zavřená ve fitku, kde nemám přísun denního světla. Vždy mě tyhle tréninky nabíjí energií.

A jak se Vám bydlí tady v Dolních Měcholupech?

V Dolních Měcholupech se mi líbí možnost vyjít k rybníku, do přírody, napojit se na cyklostezku a užít si tak další sportovní aktivity, aniž bych musela někam daleko cestovat.

Míše, děkujeme za rozhovor a vám všem přejeme zdravý rok plný pohybu!

Jana Doláková



Uklidme
Česko



Uklidme Dolní Měcholupy



29. března 2025

Místa i časy srazů budou
brzy upřesněny. Sledujte náš
web i sociální sítě!

www.dolnimecholupy.cz

partneři



KB
Naolace

GARNIER

SKODA

EKO KOM

DB SCHENKER

nevajgluj





ZE ŽIVOTA KLUBU SENIORŮ DOLNÍCH MĚCHOLUP

Klub seniorů Dolních Měcholup čítá 90 oveček. Oveček, které ale jako ovečky vůbec nejsou sourodé. Bez ohledu na to, zda jsme se v aktivním věku živil jako dělníci či úředníci, byli soukromníky či zaměstnanci, jsme nyní skupina aktivních Dolnoměcholupáků, které spojují jen specifické potřeby vyššího věku. Seniorů, kteří si chtějí zpestřovat svůj důchodový čas se sousedy, s nimiž se třeba dosud vůbec neznali. Pryč jsou stará léta, když se všichni sousedé znali ze školy. Dolní Měcholupy se rozrůstají, s mladými se stěhují i prarodiče, a i proto můžeme být tak poměrně velký spolek. Platformou, v níž nachází každý podle své nátury možnost přispět, aby Dolní Měcholupy byly stále dobrým místem pro žití. A tak si níže přečtete, co jsme pro to dělali v těch krátkých dnech v závěru roku 2024, kdy si s námi počasí hrálo jako kočka s myší, v němž se meteo-radary občas splašily a předpovědi počasí na druhý den se opravovaly každou hodinu.



Výlet do Kryštofova údolí - výstava betlémů

Autokarový výlet do Kryštofova údolí na výstavu betlémů ve středu 11. prosince probíhal přesně za počasí, které bylo popsáno v úvodu. V úterý celý den mrazivo, 3 °C pod nulou, studený víchř s mrznoucím deštěm, až jsme uvažovali, že výlet možná zrušíme. Ale přihlášení se ráno dostavili v plném počtu, a tak se jelo. A ono pak celý den nefoukalo, teplota byla mírně nad nulou a občas se objevilo i slunce.

Vyjíždělo se v 8 hod. od úřadu. Chtěli jsme se cestou ještě zastavit u významné technické památky Novinského železničního viaduktu, ale až k němu se nedalo zajet; museli bychom jít kilometr pěšky... Časovou úsporu jsme ale ztratili při půlhodinovém čekání cestou na Andělskou Horu v Chrastavě, kde hasiči Českých drah káceli na příkrém svahu stromy a úzkou silnici nemohli uvolnit. Tu přestávku ale využila organizátorka výletů Hanka k seznámení účastníků s plánem akcí na příští rok, takže se nikdo nenudil. K Muzeu betlémů v Kryštofově údolí jsme dorazili skoro na čas, kustod ochotně počkal, abychom se ještě mohli společně vyfotit a prohlédnout si místní skromný, ale krásný orloj i kostelík patrona obce, obrovitého sv. Kryštofa.



Muzeum betlémů se nachází ve dvou místnostech v patře zdejší hospody U Kryštofa. Vyprávění kustoda o historii jednotlivých exponátů bylo poutavé. Měli jich tam i s venkovním celkem 95, byť hodně jich bylo jen ve formě dětských lepoprel. Ale pár opravdu unikátních kousků tam mají - leptaný skleněný, porcelánový, vyřezaný z olivového dřeva z Betléma i ten největší, malovaný s tehdy liduprázdnými Golanskými výšinami...

Jestliže prohlídka betlémů byla pohlazením po duši, tak následný oběd v libereckém Globusu byl pohlazením žaludku. A ještě po kávičce v cukrárně jsme popojeli do centra Liberce podívat se na vánoční trhy.

Vánoční trhy v Liberci

Liberec je se svými 108 tisíci obyvatel pátým největším městem v Česku, ovšem s bohatou historií získávání české identity v původně Němci ovládaném městě. Trhy byly na Benešově náměstí před novou radnicí z roku 1893, kde nyní sídlí magistrát. Hanka nás vybavila plánkem, co všechno musíme v okolí starého centra vidět a proč, a tak jsme procházeli individuálně historickými úzkými svažitými ulicemi mezi moderním centrem "Liberec Plaza" až dolů k nádraží s obrovskými moderními hodinami. Kupodivu před radnicí jsme objevili další betlém, dost skrytý za prodejními stánky. Tentokrát mechanický a velmi netradiční. Navíc kdo vhodil do kasičky minci, uslyšel básničku. A jinak už jen svařené víno a nákupy. Někdo si v té zimě musel přikoupit vlněné ponožky, jinou ty kopce zmáhaly, tak si koupila ve zdravotních potřebách hůl. Vraceli jsme se domů, jak se začalo smrákat. Tři čtvrtiny cesty od Liberce jsme sice ujeli za stejnou dobu



jako zbývající část. Byl běžný pracovní den a na sjezdu dálnic před Prahou se v dopravní špičce jelo rychlostí pouhých několika šneků za hodinu. Ale nikomu to nevadilo, byli jsme vyfoukaní, v autobusu to vypadalo jako ve spacím vagonu.

Takže nám to počasí vyšlo! Mrznoucí deštík začínal znovu teprve až když jsme zase u úřadu z autokaru vystupovali.



Předsilvestrovská schůze

Tuto víceméně slavnostní schůzi 28. prosince v SK připravovala už sehraná čtveřice aktivních kamarádek. Předem nakoupily rohlíky, pivo, víno, uzené maso, sýry a různé pomazánky, doma nakrájely rohlíky, a v sále roznosily stoly a židle. S mazáním jednohubek a dekorací stolů už pomáhaly ostatní přicházející dámy. Účast byla vysoká, nálada od počátku velmi dobrá. Zahájili jsme blahopřáním jubilantce Haně Cukrové k 85. narozeninám, pak předseda rozdával diplomy a poháry za mimořádné výkony v trojdielném Měcholupském běhatlonu těm sportovcům z našich řad v kategoriích „starsí dorostenky a starší dorostenci“, kteří si je vzhledem k chladnému počasí nevyzvedli při oficiálním vyhodnocování závodů 1. prosince při rozsvěcování vánočního stromu. Takže společnou fotku jsme si udělali teprve nyní. Samozřejmě jsme se seznámili s plánem příštích akcí a přihlašovalo se i na pobytový zájezd do Broumova.



Nejatraktivnějším programem však byla tombola, kterou organizovala Hanka Brejlová. Vyhrával každý lístek. Cen bylo hodně, většinou vlastní tvorba šikovných rukou. Mimořádnému zájmu se ale těšila pěkná trička věnovaná Měcholupskými cyklisty. Navíc každého z nás obdaroval ÚMČ stolním kalendářem. Hudební kulísu zajišťoval náš harmonikář Honza Dvořák s obvyklým sborem amatérských pěvců... a nakonec došlo i na umírněný tanec.

A pak už zbývalo jen umytí nádobí, odnášení stolů a sklizení židlí do stojanů, aby tělocvična mohla být zase řádně předána sportovcům.

Schůzovali jsme necelé 3 hodiny. Byla mlha jako mléko, harmonika i nádobí se muselo odvázet auty. Kupodivu někdo si vůbec nemohl vzpomenout, jak se zapínají mlhová světla.



Jiné aktivity

Jak už jsme zde několikrát zmiňovali, členové KS se individuálně zúčastňují i dalších akcí jiných pořadatelů. Jsou z nás čtecí babičky (někdy i zastupující dědeček), běháme s mladými na běžeckých závodech (samozřejmě máme v kategorii „masters 70+“ zvláštní úlevy), někteří senioři se na sv. Mikuláše šli podívat k hasičárně jestli dnešní drobtina umí přednášet básničky jako za našich dětských časů. Byla to povedená akce, mistrů ohně bylo hodně, ale nebyli zlí, jen občas i mimo dětí, postrašili i nějakou babičku. U kapličky jsme si s mladými zazpívali koledy, ten podávaný svařák byla správná volba. Škoda jen, že se pan uhříněveský farní vikář nemohl zdržet, aby viděl, kolik má v Měcholupech křesťanů... Každou 1. středu v měsíci jezdíme do Uhříněvsí do kina Účko na nové filmy pro seniory. A letos jela skupina těch nejzdatnějších seniorských otužilců oslavit příchod nového roku až na zasněženou Šumavu. A kdo se šel na Nový rok za slunného dne jen projít novou cyklostezkou, mohl se zase pokochat pohledem na pasoucí se čtyřicetihlavé stádo muflonů...



Závěrem:

Obvykle v závěru zpráv o naší činnosti uvádím nějaké optimistické přání. Tak na závěr této zprávy z posledních měsíců minulého roku, zřejmě nostalgicky ovlivněn tím tehdejšími počasím, které by se dalo s Rozmarným létem parafrázovat jako „tento způsob zimy zdá se mi poněkud nešťastným“, bych si přál, aby všichni střelci novoročních ohňostrojů, kterými jistě vyjadřují svou radost ze života v Dolních Měcholupech, po sobě příští rok ty vypálené krabice od pyrotechniky uklízeli, aby všude možné v lednu obec nehyzdily... A také bych si do nového roku přál, aby na každé plastové lahvi už nemuselo být neoddělitelné víčko, které překáží jak v nalévání, tak i v pití a jistojistě nám životní prostředí nehyzdí. Ale to se nám letos pravděpodobně nesplní.

Jiří Škába, předseda Klubu seniorů DM



Loňský **Juniorok 2024** byl věnovaný dětem. Jejich zvědavost a bezelstná chuť objevovat nám byla inspirací a motivací pro téma roku letošního, a to je výzva probudit v sobě dětskou kreativitu, radost a energii. Naše městská část v tomto roce zaměří své úsilí **na podporu rodinného života**. Připravujeme aktivity, které posílí vztahy mezi generacemi a zlepší kvalitu společně tráveného času.

A to nejen U NÁS V KOMUNITNÍM CENTRU

V komunitním centru můžete již brzy navštívit otevřenou hodinu jazykových kurzů – **Čeština pro cizince a Anglická konverzace**. Učení bude probíhat v příjemném prostředí našich ateliérů a přátelské atmosféře.

Již třetím rokem funguje úspěšný projekt "**Čtecí babičky a dědečkové**", který bychom rádi rozšířili dalšími mezigeneračními aktivitami, s pracovním názvem "**Jak vypadal dinosaurus?**".

Počítačovou gramotnost a další dovednosti mohou senioři nadále trénovat na úterních lekcích Itsen.

Naši nejmenší u nás v komunitním centru oslavily své narozeniny dle svých přání a představ. Tento měsíc nám bylo potěšením přivítat v našich prostorách oslavence Emičku a Tadeáška.

Po otevřené hodině (12. února) **rozjždíme nový taneční kurz s Janou Hemelíkovou**. Pohybovat se do rytmu hudby může každý z nás, bez ohledu na věk. Protože tanec je zkrátka čistá radost ze života. **BODYWORK a LET'S DANCE LADIES** vám dodá sebevědomí a probudí tu pravou ženskou sílu!



Chcete v komunitním centru besedy, filmový kroužek, víc kreativních akcí pro ženy, maminky s dětmi či pro muže, pište nám na e-mail rodina@dolnimecholupy.cz.



ZÁPIS DO MATEŘSKÉ ŠKOLY

Den otevřených dveří proběhne v termínu 23. 4. 2025, 9:30 – 11:00 a 15:00 – 16:30.

On-line registrace bude probíhat na webových stránkách www.ms-dm.cz
v sekci zápis do MŠ od 16. 4. do 7. 5. 2025.

Veškeré dokumenty je nutné podat také v originální písemné podobě do MŠ do 7. 5. 2025.

Zákonný zástupce dítěte je povinen přihlásit dítě k zápisu k předškolnímu vzdělávání v kalendářním roce, ve kterém začíná povinnost předškolního vzdělávání dítěte ve spádové mateřské škole - Dolní Měcholupy (§ 34a odst. 2).

Při zápisu do mateřské školy postupuje ředitelka MŠ v souladu se zákonem č. 561/2004 Sb., na základě pozdějších změn – znění účinné od 1.9.2016 (školní zákon) a zákonem č. 500/2004 Sb., (správní řád).

Přijímací řízení probíhá podle správního řádu a stanovených kritérií, která si stanovuje každá MŠ podle platných zákonů a podmínek školy (viz kritéria přijímání dětí do MŠ). Obecně platí, že se přednostně přijímají děti v posledním roce před zahájením povinné školní docházky (možno bez řádného očkování, děti tříleté a starší s trvalým pobytem v Dolních Měcholupech a děti, které jsou řádně očkovány (z. 258/2000 Sb.) V případě volných kapacit jsou dále přijímány děti podle data narození od nejstaršího k nejmladšímu a dále děti bez trvalého pobytu ve spádové oblasti.



www.ms-dm.cz
skolka@ms-dm.cz



SK DOLNÍ MĚCHOLUPY



FOTBAL

Ke konci měsíce listopadu proběhla na našem hřišti údržba hrací plochy.



Muži a mládež

Muži i naše mládež si užili zasloužený odpočinek po náročné sezoně, ale již v průběhu ledna zahájili zimní přípravu na jarní část odvet v mistrovských utkáních. Muži si přípravu zpestřují několika přípravnými a přátelskými zápasy.

Mládež se pro změnu účastní několika halových turnajů ve všech kategoriích. Přejeme všem v přípravě na jarní část, aby se jim vyhýbaly zdravotní problémy a příprava proběhla tak, jak si ji trenéři naplánovali.



STOLNÍ TENIS

Hned z kraje ledna všem našim týmům začaly jarní odvety mistrovských utkání a budou pokračovat až do začátku dubna, kdy odehrajeme poslední kola.

Dne 7. prosince proběhl již tradiční vánoční turnaj ve stolním tenise. V tělocvičně SK DM se sešlo několik nadšenců tohoto populárního sportu. Po bojích ve skupinách došlo na zápasy o umístění. A jak to celé dopadlo?



Vítězem turnaje se ve velmi pěkném zápase stal Mírek Randáček, když ve finále porazil Radka Procházkou 3:1. V boji o třetí místo podlehli již unavený Karel Mára velmi mladému Petru Čadilovi 3:0. Celé zakončení podzimní sezóny a vyhlášení výsledků se uskutečnilo v restauraci Měcholupský park. Nechyběla ani tradiční tombola. Věřím tomu, že všichni zúčastnění si turnaj užili jak v průběhu turnaje, tak i poté u vyhlásování výsledků.



1. místo Mirek Randáček

2. místo Radek Procházka

3. místo Petr Čadil

Malý turnaj jsme uspořádali také pro děti, které navštěvují kroužek stolního tenisu. Turnaj proběhl 16. prosince taktéž v tělocvičně SK DM. Turnaje se zúčastnilo pouze 7 dětí z 10, které kroužek navštěvují (2 byly na horách, 1 nepřítomen). Turnaj se odehrál v jedné skupině systémem každý s každým a dopadl následovně.

1. místo Vašek Němeček

2. místo Matěj Kostrhoun

3. místo Sofie Jirsová

První tři místa byla oceněna cenami, ale i ostatní děti od nás dostaly drobnosti a sladkosti.



Výsledky našich týmů v soutěžích:

A tým 2. třída skupina B

7. kolo: TJ Slovan Stodůlky C – SK DM 10:5

8. kolo: SK DM – TJ Avia Čakovice E 10:3

9. kolo: TJ Malešice B – SK DM 8:10

10. kolo: SK DM – TJ Sokol Nusle A 4:10

11. kolo: TTC Elizza Praha H – SK DM 10:4

Po podzimní části je A tým na 4. místě s 18 body za 6 vítězství, 0 remíz, 5 porážek.

B tým – 3. třída skupina B

7. kolo: SK DM – TJ Zelená Liška A 7:10

8. kolo: SF SKK EL Niño Praha H – SK DM 10:2

9. kolo: SK DM – VSK MFF UK Praha A 6:10

10. kolo: SK DM – Slovan KST Bohnice F 10:6

11. kolo: SK OAZA B – SK DM 10:4

Po podzimí je B tým na 10. místě s 6 body za 2 vítězství, 0 remíz, 9 porážek.

C tým – 7. třída skupina A

7. kolo: TTC Praha H – SK DM 10:6

8. kolo: SK DM – TJ ABC Praha J 10:8

9. kolo: TJ Sokol Břevnov C – SK DM 10:6

10. kolo: SK Start Praha D – SK DM 2:10

11. kolo: SK DM – TJ Pankrác E 10:0

Po podzimí jsou kluci na 4. místě s bilancí 7 vítězství, 1 remíza, 3 porážky.

Předseda SK DM

Děkujeme všem našim sponzorům, kteří nás podporují.



**NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA**

FINEP



**PRA
PRA
PRA
PRA** | **HA
GUE
GA
G**



**SARDEGNA
TRAVEL**
CESTOVNÍ KANCELÁŘ





LEONARDO
CENTRUM VOLNÉHO ČASU

Centrum volného času LEONARDO

pravidelné kroužky a kurzy – akce pro veřejnost –
soutěže pro děti – přednášky pro dospělé – příměstské
tábory – oslavy

Každý rok si žádá alespoň malé ohlédnutí. Vypisovat zde všechny "leonardí" radosti i strasti roku 2024 by zadalo na samostatný článek. Jednu věc bychom ale přesto připomněli. V prosinci jsme pořádali tradičního **Mikuláše ve dvorku**. Účast byla hojná, děti spokojené, rodiče snad též. Nebylo by na tom nic až tak zvláštního, ještě když se jedná o tradici... Až na jeden fakt. Bylo to naposledy. Dámy a pánové, Mikuláš ve dvorku, tak jak jste ho znali, se s námi po patnácti letech rozloučil. Ale nesmutněte dlouho. Letos se Mikuláš vrátí. Jen v jiném formátu. Pár měsíců si budeme muset počkat, ale znáte to. Čas běží jako voda.



A jak jste vykročili do roku nového? V Leonardu jsme se po vánoční prázdninové pauze pustili zvesela do práce.

Nový rok jsme zahájili na malířském plátně. První **Art Session** (název zaštiťující naše umělecké workshopy) proběhl zkraje ledna na téma Ledová vášeň. Opět pod taktovkou skvělé malířky a umělkyně Daniely Kuruc. Atmosféra byla jako vždy příjemná, pohodová a tvůrčí. Pod vedením Daniely vznikala nádherná a odvážná díla. Chtěli byste se příště připojit? Termíny vypisujeme na měsíční bázi. Ten nejbližší proběhne **7. března** v Leonardu na Kutnohorské. Téma jsme zvolili **Květiny z jiných planet**. Přihlášku na workshop je potřeba vyplnit přes webové stránky leonardos.cz.



Úspěch jsme oslavili také ve výtvarné soutěži Můj pohádkový příběh, ve které se na **2. místě umístila jedenáctiletá Sofie Matějů se svým obrazem Malí tchoři**. Soutěže se v několika kategoriích zúčastnilo 336 dětí. Soutěžní díla jsou vystavena na Chvalském zámku do 5. června 2025.



V Leonardu máme nemálo tanečních skupin různých stylů. Celé první pololetí pilně trénovaly své choreografie, které předvedly divákům na **Novoroční taneční show**. Naprosto vyprodané počernické divadlo mluví za vše. Děkujeme, že naše tanečníky podporujete jak možností docházet na taneční kroužky, tak i možností vyzkoušet si jevištní vystupování a odměňujete je bouřlivým potleskem z hlediště. Show připravilo ryze dámské složení šesti choreografek. Těšíme se nové choreografie druhé poloviny školního roku. Chtěli byste se přijít podívat? Závěrečnou Akademii připravujeme již tradičně v červnu. O přesném termínu budeme včas informovat na webových stránkách a sociálních sítích.



Kromě tanečních skupin působí v Leonardu hned několik divadelních spolků, které pravidelně hrají pro veřejnost.

DS Forbíní připravují na **2. března reprízu Draculy**. Toto drama ukazuje **různé podoby lásky** a i to, jak zdání síly a nepřemožitelnosti může klamat a skrývat žal. Hra je **použitelná pro čtenářské deníky**.

Ve středu 29. ledna proběhla v Modrém sále kulturního centra **přehlídka hudebních kurzů** Leonarda. Učit se můžete s námi na flétnu či klavír, pod vedením jednoho z pěti lektorů.

Jak se máme v Malence? Užíváme si legrace, společných her a zábavy uvnitř i venku.



Spustili jsme přihlašování na **letní příměstské tábory**. V nabídce naleznete jak naše oblíbence a stálice, tak nějaké ty novinky. Umělecké, divadelní, výletní, jazykové, tábor se středověkým námětem, taneční a mnoho dalších. Tábory jsou vypsány na celé léto. Nemějte tak obavy, že byste se netrefili do některého z vypsanych termínů.



Těšíme se na viděnou na kroužcích a našich akcích, vaše Leonardo

SEZNAM PODNIKATELŮ



FYZIOTERAPIE PRO ŽENY

Mgr. Lenka Neužilová

Tel.: 775 268 340

E-mail: neuzilenka@seznam.cz

Řešení pohybových obtíží - péče v těhotenství a po porodu, SC - relaxační masáže.

JiWo.cz - efektivní PPC marketing

Honzíkova 636/8

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Tel.: 604 251 780

E-mail: jirka.wolf@gmail.com

Efektivně nastavenou reklamou Vás dokážu dostat na přední pozice vyhledávačů Google i Seznamu, a to dokonce i u velmi konkurenčních oborů.

Elektrovent s.r.o.

www.elektrovent.cz

Provozovna:

Honzíkova 636/8,

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Tel.: 605 118 410

Požární odvětrání CHÚC, elektrické otevírání oken a světlíků, prodej elektropohonů s příslušenstvím a doplňků.

Více na www.elektrovent.cz

Vydavatelství JAJA spol. s.r.o.

Václav Janko

Ke Dráze 450/10

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Tel.: 702 065 976 / 608 960 242

E-mail: rcmodely@rcmodely.cz

Grafika, redakční činnost, digitální tisk včetně výkresové dokumentace, velkoplošný tisk, potisk textilu, reklam. předmětů atd.

Údržba a servis

Lukáš Rubeš

Pod Hřištěm 65/1

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Tel.: 602 315 368

Údržbářské a servisní, elektroinstalační a instalatérské práce, voda - kanalizace, stavební práce.

MV CONSULT

www.mv-consult.cz

V Dolinách 457/1a,

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Praktická ambulance podnikatelské pomoci nejen pro lékaře. Riziko vzniká, když nevíte, co děláte.

Více na www.mv-consult.cz

JUDr. Jaroslav SVOBODA

advokát

V Planinách 284/15,

111 01 Praha 10 - Dolní Měcholupy

E-mail: jaroslav.svoboda@advocati.cz

Tel.: 222 716 164

Nabízím právní služby zejména v rodinném právu včetně zvýšení výživného na dítě, při rozvodech či dědictví, v pracovním právu, při převodech nemovitostí, vymáhání pohledávek aj.

Malířské služby ZELMO

www.maliripokojbytu.com

Tel.: 725 438 135

E-mail: maliripokojbytu@gmail.com

Provádíme malování bytů i jeho jednotlivých částí jako je například malba pokoje, kuchyně, koupelny a také malbu nebytových prostor, jako jsou kanceláře, školy, restaurace a schodiště. Rovněž provádíme nátěry fasád rodinných domů a jiných budov.

Prodej a opravy hodinek NEST, spol. s.r.o.

www.svycarskehodinky.cz

Ke Dráze 422/4

Praha 10 - Dolní Měcholupy

Tel. 281 913 697

Prodáváme a servisujeme hodinky Maurice Lacroix, Fortis, CAT - Caterpillar. Výměny baterií na počkání. Termín návštěvy, prosím, objednejte předem. Těšíme se na vás.

Dynastie nakladatelství

www.dynastie.cz

U Šumavy 306/16, Praha 10 - Dolní Měcholupy

20 % sleva, kód: zpravodaj

Tvoříme knihy a časopisy nejen pro děti s ojedinělými ilustracemi a dobrodružným příběhem. Knihy zaměřené na rozvoj čtenářských dovedností a digitálních kompetencí. Pro všechny zvědavé předškoláky a děti na 1. stupni ZŠ a pro jejich rodiče.

Zakázkové krejčovství

Zdeňka Schybalová

Parková 227/10 - Dolní Měcholupy

Tel.: 272 705 510, 721 502 560

Opravy a úpravy dámských i pánských oděvů, šití bytového textilu a ložního prádla.

Poradenství v oblasti financí,

Adam Boruta

Tel.: 724 288 724

E-mail: boruta.adam1@gmail.com

Ochrana a zhodnocení finančního majetku prostřednictvím vkladových produktů, spoření, investic a dalších bankovních či investičních produktů pro fyzické i právnické osoby (včetně obcí, měst, SVJ, BD, spolků apod.). Tvorba finančních plánů dle potřeb na míru klienta, využití daňových zvýhodnění.

DŮLEŽITÉ KONTAKTY



Úřad městské části: 272 706 441

Pošta Partner: 272 705 481

Městská policie: 156

Strážník Michal Bula: 721 895 538

Strážník Svatopluk Drda: 770 108 328

Hasiči: 150

Hasiči Dolní Měcholupy: hasicidm@gmail.com

Praktický lékař pro děti a dorost

MUDr. Cejpková: 604 320 955

Pohotovost - dětská LPS (Fakultní Thomayerova nemocnice, pavilon B1): 261 083 783, 603 566 587

Praktický lékař: MUDr. Peter Urban: 775 614 114

LPS pro dospělé (FN Královské Vinohrady, pavilon S): 267 163 778

Zubní lékař MUDr. Jirasová: 731 167 276

Pohotovost

(Městská poliklinika Praha 1, Spálená 12): 222 924 268

Mateřská škola: 272 705 758

Jídelna: 272 700 100

Základní škola: 272 700 650

Hlášení havárií a poruch na veřejném osvětlení:

Tel.: 800 404 060 (bezplatná),

www.thmp.cz/jak-si-zaridit/hlaseni-poruch



ZELENÝ ZVON

Domácí holistické studio a e-shop

Nad sadem 542/19, 111 01 Praha 10

www.zelenyzvon.cz

Tel.: 771 187 776

E-mail: info@zelenyzvon.cz

Nabízím podporu a péči na cestě ke klidu a spokojenému životu. Při uvolňování stresu a napětí využívám trauma informovaný přístup a efektivní metody vedoucí k propojení těla a duše. Pro dospělé i děti. Dobročinná knihovna.

Fascia Clinic Prague - ambulantní fyzioterapie

Honzíkova 670/14 (vstup z ulice

Kardausova), Praha 10 - Dolní Měcholupy

www.fascia.cz

E-mail: info@fascia.cz

Nabízíme fyzioterapii akutní a chronické bolesti, poúrazovou a pooperační rehabilitaci, sportovní fyzioterapii, preventivní, zdravotní a kompenzační cvičení, manuální lymfodrenáž, klasické masáže.

ARCHITEKT MV

Ing. arch. Martina Valčíková

www.architektmv.cz

Tel.: +420 737 215 065

E-mail: architekt.mv@gmail.com

Nabízím služby v oblasti architektury, stavitelství a designu. Zpracovávám architektonické studie staveb i interiérů, projekční práce včetně pasportu staveb a zajištění inženýrské činnosti (povolování staveb).

INZERCE

VAŠE REALITNÍ MAKLÉŘKA

gepard

REALITNÍ SPECIALISTA



Služby pro klienty

- odhad nemovitosti zdarma
- vlastní hypoteční centrum náš zájemce má jistotu financování
- zpracování nabídky a zajištění potřebné dokumentace
- bezplatné právní a finanční poradenství

Dana Markus Šnoblová
realitní makléřka

☎ +420 602 614 500

✉ dana.markus@gpre.cz

🌐 www.danamarkus.cz

HASIČSKÝ BÁL

Dne 8. března 2025

**Víceúčelová hala, Dolní Měcholupy
od 19.00 hod. • Vstupné 250 Kč**



***K tanci hraje kapela Overtime
Tombola • Občerstvení***

Prodej lístků od 27. 1. v kanceláři úřadu v úředních hodinách
nebo v hasičské zbrojnici po domluvě (mail: hasicidm@gmail.com).

Umístění stolů bude zveřejněno na webových stránkách MČ.



Hasičský bál
pořádá SDH Praha - Dolní Měcholupy
za přispění městské části Praha - Dolní Měcholupy

