

Hoboulet

11/2011

Časopis o životě na Sedmičce

Zdarma, vydává
MČ Praha 7

**KULTURA NA SEDMIČCE
PRAHA 7 V POHYBU
PROFIL: MARCEL GRÜN**

P R A H A

7

Chcete začít hrát golf?

Není nic jednoduššího, než začít v zimě u nás a v létě již hrát na venkovních hřištích doma i ve světě.



Zajistíme Vám tréninky, členství v Golf Clubu Step a způsobilost ke hře na venkovních hřištích /zelená karta/

Podrobnější informace na :
www.sportcentrumstep.cz
Nebo na tel.: 775 996 221
725 551 314

- dvoupatrový driving range
- 16 odpališť
- 9 simulátorů
- tvarovaný putting green
- prodejna golfového zboží
- výhodné depozitní karty se slevou
- firemní akce a turnaje
- nová restaurace a bar



• Novinka - širokouhlý, panoramatický 3D simulátor, jediný v Evropě!



Sportcentrum Step, to je také:

- Tenis
- Squash
- Badminton
- Fitness studio
- Bowling
- Bazén 25m, relax zóna
- Saunový svět
- Velkokapacitní parkoviště
- Myčka automobilů
- Restaurace
- Dětský koutek
- Ubytování - Wellness Hotel Step

Malletova 2350/6, 190 00, Praha 9, tel.: 296 786 172, www.sportcentrumstep.cz, www.wellness-hotel-step.cz



LETENSKÁ HUSA KOŠT SVATOMARTINSKÉHO VÍNA SELSKÝ VÍKEND

12. a 13.11.2011 (10 až 18 hodin)
Kostelní 44, Praha 7 - Letná

Program:

- expozice a výstavy NZM, Malá muzejní farma
 - degustace vína s doprovodem cimbálu
 - prodej zejména mladých a svatomartinských vín
 - ochutnávky a prodej kvalitních potravin KLASA
 - ochutnávky a prodej dalších gastronomických specialit
 - ukázky tradičních řemesel a zručností
 - pro děti: divadlo s loutkami, trampolína, malování na obličej....
- a další

Selské trhy na dvoře muzea

Vstupné

plné vstupné: 100,- Kč
snížené vstupné: 50,- Kč



SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Zaostřeno na zimní péči

Zimní servisní prohlídka
od 17. 10. do 30. 11. 2011
pro Váš vůz ŠKODA.

U nás zdarma.

Užijte si příjemnou zimu za volantem díky naší profesionální péči. Navštivte s Vaším vozem značky ŠKODA zimní servisní prohlídku a budete mít jistotu, že se na něj můžete v náročném zimním provozu spolehnout. V případě nalezení závady Vám pak nabídneme opravu za skutečně výhodné ceny. Nenechte si ujít také zajímavou nabídku ŠKODA originálních dílů a příslušenství.

Nedejte se zimou zaskočit...

Váš autorizovaný servisní partner ŠKODA:

ABO servis, spol. s r. o.

Jateční 41 (vjezd z ulice Na Maninách)
Praha 7 - Holešovice
Tel.: 266 710 261
www.aboservis.cz





Dobrý den,

konečně jsem se rozhoupala k tomu, abych Vám napsala, trochu mne inspiroval i pan Poltner, jehož námět jste uveřejnili v novém Hobuletu (výborný časopis, díky za něj!!!). V Praze 7 už bydlím třetím rokem a nemohu si tuto čtvrt' vynachválit... Nyní jsem na mateřské dovolené a můj čas prozkoumávat zákoutí Prahy 7 se hodně zvýšil. :) V Praze 7 bydlí hodně pejskařů, mnoho se sem stěhuje za vidinami procházek do místních dvou velkých a nádherných parků – Letné a Stromovky –, bohužel ne všichni tam se svými miláčky dojdou, a tudíž každý den jezdím s kočárkem domů přes čůrky a kličky hromádky psích vykalů na chodnicích, hlavně tedy v naší ulici U Měšťanského pivovaru. No člověk si už tak nějak zvykl. Ale chtěla jsem hlavně požádat a navrhnout, zda by ve Stromovce (nebo i Letné, samozřejmě) nešel vyhradit prostor, který by byl oplocen – označen jako pikniková louka –, kam by opravdu psi nesměli. Člověk by si tam v klidu mohl lehnout na deku, rozložit potraviny, nechat plazit děti, aniž by se bál, že se k němu přitíhne nějaký rozdivočený pes (kachny v jezírkách přivádějí některá plemena k nepřítelství) a pokouše ho, ukradne mu kus salámu nebo povalí malé miminko. Vnitřní „bezpsový“ okruh ve Stromovce bohužel nikdo nerespektuje, psi lítají bez náhubku, obojku... pániček široko daleko

nikde... Značky na zemi nejsou moc vidět, mapy u vstupů do parku jsou posprejované. :) Díky moc za reakci, pěkný den.

S pozdravem Jana Gregorovičová

Odpověď redakce:
Děkujeme za velmi zajímavý nápad, který jsme předali tiskovému odboru MČ Praha 7.

Své náměty zasílejte na e-mail
redakce@hobulet.cz nebo poštou
na adresu: Hobuleť, Šaldova 26,
180 00 Praha 8.

HOBULET ČASOPIS MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 7

Redaktoři: Eliška Míková, Mervyn Sterneček,
Jana Tomanová, Jaroslava Ježková,
redakce@hobulet.cz

Grafika, DTP: Petr Hrabánek

Redakční rada:

Marek Ječmének,
MUDr. Tomáš Kaštovský,
Miroslav Fabián, PhDr. Ivo Železný,
Ing. Libor Polášek, Jan Ernst,
Jan Wunsch, Antonín Raizl

Distribuce: Česká pošta, s. p.
Náklad 30 000 výtisků.

Nevyžádané rukopisy se nevracejí.

Vydavatel:

B.H.S. Bohemia, a.s., Valčíkova 13, Praha 8
Inzerce, obsah a design zajišťuje:
MAURI s.r.o., Šaldova 26, Praha 8
inzerce@maurisko.cz, tel.: 731 377 355

SLOUPEK STAROSTY



Vážení spoluobčané,

velmi rád bych touto cestou poděkoval všem účastníkům říjnového Cvičení Holešovice 2011, které prověřilo připravenost složek integrovaného záchranného systému pro stavbu protipovodňových zábran. V rámci cvičení se během jednoho dne podařilo postavit 956 metrů mobilního hrazení uskladněných v 32 kontejnerech.

Speciální poděkování patří všem dobrovolníkům, kteří s velkým nasazením ve svém volném čase pomáhali od brzkého rána do pozdního večera. V neposlední řadě bych chtěl poděkovat také vám všem za trpělivost s nutným dopravním omezením.

Cvičení Holešovice 2011 dopadlo na výbornou. Pro mě osobně byl den strávený s profesionály i dobrovolníky velkým zážitkem.

Marek Ječmének,
starosta MČ Praha 7

OBSAH HOBULETU 11/2011

TÉMA	4–5
RODINA	6–8
SENIORŮ	10
PRAHA 7	11
ANKETA	12
KULTURA	14–15
PROFIL	16–17
PŘEDSTAVUJEME	18–19
BEZPEČNOST	21
SERVIS	22



KULTURA NA SEDMIČCE

Praha 7 je domovem řady kulturních institucí. Na své si přijdou příznivci divadla, výtvarného umění, techniky, filmu či hudby. V listopadovém Hobuletu přinášíme ucelený přehled s řadou aktuálních tipů.

1 KULTURNÍ CENTRUM VLTAVSKÁ

V oblíbeném kulturním centru na Sedmičce se v listopadu můžete těšit na tradiční Jazzový triatlon tří kapel – Original Indigo, Steamboat Stompers a Classic Jazz Collegium. V neděli 6. listopadu je pro děti připravena od 15.00 pohádka Kouzelný kufr. **Bubenská 1, www.vltavska.cz**

GALERIE A MUZEA

2 CENTRUM SOUČASNÉHO UMĚNÍ DOX

Posláním Doxu je představovat a prosazovat současné umění v kontextu témat, jež mění dnešní svět. Na fasádě zadní budovy centra Dox je až do konce roku k vidění socha Shoe Christ od vizuálního umělce Petra Motyčky. V listopadu představí svou tvorbu pět finalistů letošního ročníku Ceny J. Chaloupeckého. **Poupětova 1, www.doxprague.org**

3 GALERIE 21. STOLETÍ

Od října minulého roku naleznete galerii přímo naproti Veletržnímu paláci. Galerie 21. století má přesně vymezenou dramaturgii a program – vystavuje zde skupinu umělců,

kteří si říkají stuckisté.

Dukelských hrdinů 26, www.galerie21stoleti.cz

4 GALERIE DISPLAY

Výstavní prostor Galerie Display je zaměřen na prezentaci umělců ze zahraničí a na současnou českou tvorbu mladých umělců. **Bubenská 3, www.display.cz**

5 GALERIE G7

V současné době vystavuje Galerie G7 nové obrazy Jana Svobody, Renaty Štolbové, Zdeny Höhmové a dalších.

Haškova 3, www.galerieg7.cz

6 GALERIE JOSEFA ADAMCE

Najdete zde nejen galerii, ale také prostor pro konání kulturně a duchovně zaměřených akcí nejrůznějšího druhu – přednášek, seminářů, kurzů, konferencí, koncertů aj.

Na Špejcharu 3, www.gja.cz

7 GALERIE KŘEHKÝ

Prostřednictvím prodejních výstav a vlastní kolekce předmětů představuje Galerie

Křehký velmi osobní pohled na současný design, domov a svět předmětů vůbec.

Osadní 35, www.krehky.cz

8 GALERIE NA ÚŘADĚ

V druhém patře budovy Úřadu městské části Praha 7 se nachází Galerie na úřadě, tedy výstavní prostor zaštiťovaný MČ Praha 7. Od 16. 11. zde naleznete obrazy M. Vokouna. **Nábř. Kpt. Jaroše 1000, www.praha7.cz**

9 GALERIE SCARABEUS A MUZEUM KÁVY ALCHYMISTA

Stálá expozice Muzea kávy Alchymista je poklonou tradici kávové kultury od jejích počátků přes cestu staletími kolem světa. V Galerii Scarabeus najdete téměř každý měsíc novou výstavu.

Jana Zajíce 7, www.galeriescarabeus.cz

10 HUNT KASTNER

Galerie vznikla za účelem podpory mladých aspirujících českých umělců a stala se součástí bohatého uměleckého života pražských Holešovic.

Kamenická 22, www.huntkastner.com

11 LAPIDÁRIUM NÁRODNÍHO MUZEA

Lapidárium mapuje historii kamenického řemesla a sochařských prací v českých zemích v časovém rozsahu 11. až 19. století, výjimečně i z počátku 20. století.

Výstaviště 422, www.nm.cz

12 NÁRODNÍ GALERIE – VELETRŽNÍ PALÁC

Stálá expozice umění 20. a 21. století seznamuje ve třech podlažích Veletržního paláce s vývojem českého i zahraničního výtvarného umění. Až do konce prosince můžete zhlédnout výstavu Zdenka Rykra Motivy z koupelny.

Dukelských hrdinů 47, www.ngprague.cz

13 NÁRODNÍ TECHNICKÉ MUZEUM

Ve znovuotevřené budově najdete řadu unikátních kousků – například koněspřežnou hasičskou stříkačku, která hasila požár Národního divadla, či dvě české Nobelovy ceny: akademika Jaroslava Heyrovského za polarografii a básníka Jaroslava Seiferta.

Kostelní 42, www.ntm.cz

14 NÁRODNÍ ZEMĚDĚLSKÉ MUZEUM

„Jede traktor“ je stálá expozice muzea, která provede návštěvníky historií mechanizace náročné práce zemědělců. Má interaktivní charakter a její součástí jsou elektronické hry, herní konzole, vzdělávací a výukové programy pro školy, malý test k získání „řidičského průkazu“ pro děti a také „stáj traktorů“.

Kostelní 44, www.nzm.cz

15 PRINZ PRAGER GALLERY

Soukromá prodejní galerie Prinz Prager Gallery, jejímž zakladatelem a ředitelem je Jan Třešník, byla založena v roce 2008 s cílem prezentovat kvalitní současné umění na profesionální bázi.

Osadní 35, <http://prinzprager.com>

16 VERNON DEPOT

Vernon Depot sídlí na adrese U Průhonu 22, ve čtvrtém patře budovy, která dříve sloužila jako sklad. Právě odtud pochází název nového prostoru: Depot jako nedílná součást industriální čtvrti.

U Průhonu 22, www.galerievernon.com

17 VERNON PROJEKT

„Galerie ve výloze“ neboli Vernon Projekt najdete na rohu ulic Janovského a Heřmanova. Galerie nabízí umělecký zážitek nonstop a pro každého kolemjdoucího.

Roh ulic Janovského a Heřmanova, www.galerievernon.com

DIVADLA A KINO**18 ALFRED VE DVOŘE**

Tato „scéna pro nové divadlo“ prezentuje současné trendy z oblasti živého umění s akcentem na pohybové, vizuální

a experimentální divadlo. 4. listopadu si nenechte ujít dětské představení Mumráj, které připravila divadelní skupina Stage Code.

Františka Křížka 36, www.alfredvedvore.cz

19 BIO OKO (digitalizované)

Pro své návštěvníky má Bio Oko připraveny speciální cykly: Filmjukebox, Baby Bio, Oko Naslepo, Bio Ucho, Projekce pro seniory, Soboty pro rodiče s dětmi, Filmový klub a mnoho dalších. Digitalizaci kina realizovala MČ Praha 7 a Státní fond pro podporu a rozvoj české kinematografie.

Františka Křížka 15, www.biooko.net

20 DIVADLO RADAR

Divadlo Radar nabízí kulturní program pro děti, mládež i dospělé, a to především v podobě pravidelných činoherních představení.

Pplk. Sochora 9, www.ty-ja-tr.cz

21 METROPOLITNÍ DIVADLO

Metropolitní divadlo Praha, jedna z největších novodobých pražských scén, se nachází nedaleko centra města v areálu Holešovické tržnice. 3. listopadu si nenechte ujít rockovou operu Antigona.

Bubenské nábřeží 306, www.divadlomilenium.cz

22 PIDIVADLO

Pidivadlo je scéna Vyšší odborné školy herecké, která zde od roku 2000 pravidelně hraje své inscenace. V prostoru divadla je kavárna – Pidicafé.

Letohradská 44, www.pidivadlo.cz

HUDBA**23 CROSS CLUB**

Cross Club se nachází v několika patrech činžovního domu nedaleko holešovického nádraží. Tento futuristicky ztvárněný podnik tvoří kavárna s galerií, menší kinosál, kde jsou promítány převážně filmy začínajících filmařů, a hudební klub.

Plynární 23, www.crossclub.cz

24 GOJA MUSIC HALL

Futuristická stavba ve tvaru pyramidy byla postavena u příležitosti konání Všeobecné výstavy v roce 1991. V listopadu můžete navštívit muzikál Děti ráje.

Výstaviště, www.goja.cz

25 KŘÍŽÍKOVA FONTÁNA

Jedna z nejpozoruhodnějších staveb pražského Výstaviště s amfiteátre pro více než 6000 diváků.

U Výstaviště 20, www.krizikovafontana.cz

26 LA FABRIKA

Za čtyři roky svého působení se La Fabrika vyhranila jako scéna dávající prostor nejen mladým českým talentům a místní



Jiří Koutský
radní MČ Praha 7
pro oblast kultury (ODS)

„Velmi mě těší, že kulturní nabídka v Praze 7 je tak široká, že si skutečně vybere každý.“

alternativní kulturní scéně, ale také představením, které se proslavily v zahraničí.

Komunardů 30, www.lafabrika.cz

27 MECCA

Klub Mecca byl oceněn členstvím The World's Finest Clubs a po více než dvanácti letech své existence se stal jedním z nejoblíbenějších tanečních klubů v České republice.

U Průhonu 3, www.mecca.cz

28 MISCHMASCH

Klub je rozdělen na tři části – taneční scénu Dance Zone, scénu hrající světovou hudbu 60.–90. let a česko-slovenskou hudbu Oldies Club a v neposlední řadě soulovou scénu Black Music Lounge.

Veletržní 61, www.mischmasch.cz

29 SASAZU

SaSaZu je senzací v oblasti tanečních klubů v Praze, těší se celoevropské popularitě a užívají si tu ti nejnáročnější návštěvníci hudebních a tanečních klubů ze všech koutů světa.

Bubenské nábřeží 13, www.sasazu.com

30 TESLA ARENA

Multifunkční hala, která může být během několika málo hodin přeměněna z extraligového zimního stadionu na koncertní sál.

Za Elektrárnou 1, www.tesla-arena.cz

31 WAKATA

Letenský DJ bar Wakata je dnes již legendárním místem, kam se dá zajít na dobré pití a za příjemnou hudbou.

Maliřská 14, www.wakata.eu



PODZIMNÍ NADÍLKA: PRAHA 7 V POHYBU

Městská část Praha 7 ve spolupráci s občanskými sdruženími a sportovními centry z Prahy 7 pořádá v sobotu 26. 11. 2011 celodenní sportovní akci Praha 7 v pohybu. Akce se uskuteční v prostorách Sportovní haly na Letné, Nad Královskou oborou 51, Praha 7.

Účastníci si budou moci zdarma vyzkoušet řadu cvičení z bohaté nabídky.

Na programu budou lekce:

Jóga, Pilates (posílení a protažení svalů s důrazem na pevný střed těla, okysličení svalů a podporu cirkulace krve)

Zumba, Jumping (dynamické aerobní cvičení na patentovaných trampolínách)

Alpinning (energeticky vysoce účinné cvičení na speciálních trenažérech, jež posiluje dolní i horní část těla, zlepšuje aerobní kapacitu a zároveň spaluje velké množství kalorií)

Bosu (cvičení na speciálně vyvinuté nafukovací kopuli určené pro komplexní zpevnění svalů)

Tae-bo (dynamické cvičení s prvky různých bojových umění)

Cvičení pro seniory (zdravotní cvičení, O-A metoda)

Cvičení pro maminky a děti (Strollering – tančí se u kočárku, před kočárkem, s kočárkem či s miláčkem v náruči), **předškoláky, dětská Zumba.**

Připraven bude také pestrý doprovodný program. Účastníci se mohou těšit mj.

na ukázkou břišních tanců, Krav Maga (nejúčinnější způsob sebeobrany proti ozbrojenému útoku), ukázky Bosu, Zumby, MTV Dance a dětské akrobatiky. Připraveno bude poradenství v oblasti výživy, diagnostika zdravotního stavu, líčení Mary Kay, doplňky sportovní výživy NUTREND, knihy a DVD se sportovní tematikou. Děti se budou moci zabavit v dětském koutku. Připraveno bude občerstvení.

Vstup na celou akci je zdarma. Na Alpinning, Bosu, Jumping a cvičení na balonu je z důvodu omezeného počtu cvičebních pomůcek nutná rezervace předem prostřednictvím emailu louthanovaa@p7.mepnet.cz nebo tel. č. 220 144 222, nejpozději do středy 23. 11. 2011 do 12.00.

S sebou si přineste sportovní oblečení, sálou obuv, podložku na cvičení a samozřejmě dobrou náladu. K dispozici vám budou převlékárny.

Akce se koná ve spolupráci Centra pro pohybový systém Rotunda, Fitness klubu

Energym, Regeneračního centra Arnika, Rodinného centra Letná, Rodinného klubu, o.s., Rodinného klubu Sedmička v pohybu. www.rotunda-cps.cz, www.energym.cz, www.rc-arnika.cz, www.rcletna.cz, www.rodinnyklub.com, www.fitklubhj.cz

ČASOVÝ HARMONOGRAM

ČAS	PROGRAM
9.50	Slavnostní zahájení
10.00–10.20	Alpinning
10.25–10.45	Alpinning
11.00–11.25	Břišní tance
11.30–11.55	Trampoliny
12.00–12.50	Bosu
13.00–13.50	Cvičení pro seniory /zdravotní cvičení
14.00–14.25	Tae-bo
14.30–14.55	Cvičení na balonu
15.00–15.50	Cvičení pro maminky a děti (Strollering, cvičení pro předškoláky, dětská Zumba)
16.00–16.25	Jóga
16.30–16.55	Pilates
17.00–18.00	Zumba mix

ZAČÁTEK ADVENTU NA SEDMIČCE

Akce spojené s předvánočními přípravami a začátkem adventu probíhají již v listopadu. První adventní neděle totiž letos připadá na neděli 27. listopadu. Nezůstávejte ani vy s přípravami pozadu a vyrazte s celou rodinou strávit příjemné odpoledne!

Rozsvícení vánočního stromu na Strossmayerově náměstí

Ve středu 23. listopadu v 16.00 se slavnostně rozsvítí vánoční strom na Strossmayerově náměstí. Hudební doprovod zajistí Kolegium pražských trubců. Slavnostní akt rozsvícení vánočního stromu provede již tradičně starosta Marek Ječmének. Pro dospělé návštěvníky bude připraven punč a pro děti horká čokoláda.

Mikuláš nejen na ledě

MČ Praha 7 ve spolupráci s HC Sparta Praha uspořádá 5. prosince od 16.00 do 18.00 zábavnou předvánoční akci na ledě



s bruslemi i bez. Těšit se můžete na soutěže, klauna, ale hlavně na Mikuláše s čerty a anděly.

Svatomartinské lucerničky a adventní věnce v RC Letná

Nezisková organizace Rodinné centrum Letná i na letošní rok připravila lampionový průvod do Stromovky nazvaný Svatomartinské lucerničky. Proběhne v pátek 11. listopadu, sraz v 16.45 u Planetária. O 14 dní později, v pátek 25. listopadu, proběhne v prostorách centra výroba adventních věnců.

RC Letná, Janovského 24, www.rcletna.cz

Předvánoční korálkyáda

V DDM 19. listopadu od 13 do 17 hodin opět proběhne tradiční Korálkyáda, kde si můžete vytvořit originální předměty z korálků a keramiky.

DDM Praha 7, Šimáčkova 16, www.ddmpraha7.cz

Vyrobte si vlastní adventní věnec!

Dílna proběhne 22. listopadu v Ateliéru Sluníčko a v ceně 450 Kč je zahrnutý veškerý materiál. Přihlašovat se můžete na telefonu 220 878 455 nebo na info@vltavska.cz.

KC Vltavská, Bubenská 1, www.praha7.cz

PRAHA 7 PODPOŘILA EKOLOGICKÉ AKTIVITY V ZŠ T. G. MASARYKA

Pod záštitou zástupce starosty MČ Praha 7 Daniela Štěpána a za podpory hotelu Plaza Alta a společnosti Komwag se školní rok 2011/12 v ZŠ T. G. Masaryka ponese ve znamení ekologie.

„Ekologické chování by mělo v dnešní době být samozřejmou součástí života každého z nás. Je zřejmé, že šetrný a ohleduplný přístup k životnímu prostředí je třeba začít dětem vštěpovat co nejdříve. Snažíme se proto docílit toho, aby ekologická výchova nebyla v žádné z našich základních škol opomíjena. Z tohoto důvodu jsem velice rád, že Plaza Alta Hotel přišel s projektem, který této naší snaze jednoznačně vychází vstříc,“ uvedl místostarosta Daniel Štěpán.

Plaza Alta Hotel, který získal v roce 2009 nejprestižnější označení ekologických

hotelů, značku The Flower, bude po celý školní rok 2011/12 podporovat ekologické aktivity v ZŠ T. G. Masaryka, která se nachází na Ortenově náměstí, v těsném sousedství hotelu. K tomuto projektu se připojila také společnost Komwag, jež zajišťuje komplexní služby v oblasti úklidu, odvozu odpadů a kontejnerů.

V rámci tohoto projektu Plaza Alta Hotel vybavil školu koši, které jsou odlišeny nálepkami dle druhu odpadu, a navíc bude škole hradit měsíční odvoz kontejneru na tříděný odpad od společnosti Komwag.



Zprava: Daniel Štěpán, zástupce starosty MČ Praha 7 (ČSSD), Vojtěch Kačerovský, Mgr. Martin Šmíd, Mgr. Libor Bastl

„Žáci školy byli již dříve zvyklí využívat kontejnerů na použité baterie a malé elektrické spotřebiče. Nyní na základě tohoto společného projektu rozšíří pod vedením učitelů své ekologické aktivity také na třídění plastů a papíru,“ doplnil místostarosta Daniel Štěpán.

Kromě ZŠ T. G. Masaryka se do projektu zapojila také Vyšší odborná škola cestovního ruchu a mezinárodního obchodního styku, která sídlí ve stejné budově.



SEDMIČKA V POHYBU

V nabídce cvičení rodinného klubu je Zumba, Bodyform, Bodyball, New Joga 21, Tae-bo, Bosu fit trénink a Interval Bosu, Fit trénink, Aerobik Mix, Step aerobik, cvičení pro zdravá záda.

V příjemných prostorách Sedmičky v pohybu můžete každý všední den dopoledne během cvičení využít možnosti hlídání svých ratolestí. Pro děti je pak na programu dětská Zumba, všeobecná pohybová průprava pro děti od tří let a cvičení pro děti od 18 měsíců s rodiči. Pro děti předškolního věku je dopoledne od pondělí do čtvrtka v provozu miniskollička.

Specialitou Sedmičky v pohybu je také cvičení pro seniory pod odborným vedením Mgr. Heleny Jarkovské. Návštěvy se nemusí obávat ani senioři s různým zdravotním omezením.

Více informací o Rodinném klubu

Sedmička v pohybu najdete na webových stránkách www.fitklubhj.cz nebo na telefonu 608 04 05 05.

Kontakt: Sedmička v pohybu, Bubenská 19, Praha 7, www.fitklubhj.cz

JSME TAKOVÁ VELKÁ RODINA

V oblíbeném rodinném klubu Sedmička v pohybu najdete bohatou nabídkou cvičení pro maminky, děti, ale také program pro seniory. Nejen o novinkách jsme si povídali s Marcelou Kašparovou ze sdružení Sedmička v pohybu.

Co vás přivedlo k tomu, že jste svůj profesní život zasvětila cvičení, kondici a zdravému životnímu stylu?

Víceméně nutnost, svou lásku k jídlu jsem celý život musela krotit sportem, který jsem milovala, a když přišla možnost převzít klub po Heleně Jarkovské a dále jej provozovat s její dcerou Markétou Jarkovskou, neváhala jsem.

V současnosti vedete sdružení Sedmička v pohybu, které provozuje Fitklub Heleny Jarkovské. V čem se tento klub liší od tradičních fit center?

Vzhledem k tomu, že u nás v klubu probíhá Česká škola aerobiku (akreditované pracoviště ministerstva školství), kde školíme nové instruktory, následně doškolovací kurzy a vzdělávací semináře, tak klient má u nás jistotu, že bude cvičit pod vedením naprostého profesionála. Dále se snažíme odlišovat přístupem ke klientům, jsme taková velká rodina,

nejsme jen neosobní továrna na sport. Vybudovali jsme novou dětskou hernu, kde maminkám během hodin hlídáme děti, aby si mohly v klidu zacvičit, jít na kosmetiku či na masáž.

Připravujete speciální programy pro klienty různých věkových kategorií? Docházejí k vám také děti nebo senioři?

Ano, máme cvičeníčko pro děti od patnácti měsíců do tří let, všeobecnou pohybovou průpravu pro děti od tří do šesti let, dětskou zumbu či aerobik pro děti. Pro seniory máme připraveno speciální cvičení, které vede paní Mgr. Helena Jarkovská.

Jaké další aktivity Sedmička v pohybu pořádá?

Pořádáme cvičební týdny i víkendy u nás i v zahraničí buď pro běžné klienty, pro maminky s dětmi, či pro seniory. Nově teď připravujeme komplexní kurzy hubnutí pod dohledem odborníka.

Spolupracujete na nějakých projektech také s radnicí sedmé městské části?

Ano, během léta jsme cvičili ve Stromovce, kde si občané mohli zdarma zacvičit, městská část nás podpořila i při příležitosti Mezinárodního dne seniorů, a tak jsme mohli 30. 9. 2011 seniorům připravit volný den u nás v klubu, kde si mohli zdarma vyzkoušet různé druhy cvičení, vyslechnout zajímavé přednášky, dopřát si masáž šíje a v neposlední řadě se zdarma občerstvit. Dále spolupracujeme s radnicí na projektu Praha 7 v pohybu, který se uskuteční 26. 11. 2011.

Je podle vás v Praze 7 dostatek míst a příležitostí, kde lze aktivně trávit svůj volný čas?

Myslím si, že právě Praha 7 je jednou z nejlépe vybavených městských částí. Je tu spousta fit klubů, tělocvičen, venkovních posiloven a v neposlední řadě Stromovka a Letenské sady, kde se dá sportovat téměř celoročně. Jde pouze o to chtít!

SMILING BABY SCHOOL

V říjnu zahájil provoz jedinečný projekt předškolního vzdělávání Smiling Baby School pro děti od osmnácti měsíců do šesti let. Kromě unikátního metodického přístupu může školka nabídnout také mimořádně komfortní a inspirativní prostředí pro děti.



Smiling Baby School se od ostatních školek liší především v metodice, která je založena na třech principech. První z nich je **“imprinting”**, který jsme zmiňovali v minulých číslech magazínu Hobuleť. Druhým principem je **latentní výuka**, která využívá fyziologický princip částí mozku – těch vnímajících vidění levé části a pravé části zorného pole. Levá část reaguje náhlé podněty, pravá část se orientuje na diferenciaci podnětů – odlišuje rutiny a nové věci. Třetím principem je **spínání genetických tvůrčích potenciálů**. Každé dítě má předpoklady či nadání k nějaké činnosti, a proto tvrdíme, že **“Každé dítě má talent.”** Školka se stala celospolečenským místem, kde dětem přidáváme elementární dovednosti

a rozvíjíme je po všech stránkách. Využíváme dětsky přirozené zvědavosti k získávání nových poznatků ve formě her, písniček, knížek atd.

Výukový program začíná každý den vždy po snídani. Děti čekají hodiny matematiky, rozvoje řeči, umělecko-výtvarná a hudební výchovy a další aktivity. Maximální kvalita vyučování je zaručena tím, že předměty jako hudební a umělecko-výtvarná výchova, přednáší hostující specialisté z odborných institucí.

Tři a půl letý chlapec šel do školky, kterou si tentokrát vybral sám. Nebyla to jeho první školka, ale byla to školka, kterou si prohlédl s maminkou a líbila se mu. Spousta hraček, které ho zaujaly a usměvavá paní učitelka, která ho přivítala a chovala se k němu kamarádsky, že měl skoro pocit, že se znáji moc dlouho. Tatínek s maminkou se báli, protože šel po několikáté do nové školky a oni nevěděli, zda se mu tam bude líbit. Učitelé byli upozorněni, že špatně jí a nechce spát po obědě. Rodiče se s paní učitelkou domluvili, že syna vyzvednou ve tři hodiny po obědě. Když se dveře školky otevřely ve tři hodiny, tatínek zůstal údivem stát – jeho milovaný syn otevřel oči a řekl “Ahoj tati”, pak se otočil, zachumlal



se do měkkých peřin a spal dál. Kdo ví, co viděl ve svých snech – růžového sloníka, o kterém mu vyprávěla paní učitelka, nebo motýlka, protože se cítil v peřině pohodlně jako motýl v kukle. Šel domů veselý, zpíval a cítil, že našel tu pravou školku – Smiling Baby School.

Chtěli bychom poděkovat všem dodavatelům, kteří nám pomohli při stavebních pracích. Především společnosti DUDA s.v.d a zároveň i společností SAPHO Koupelny, Glass Block, BAKERO, Zenith Pro, Esco Podlahy, Gresha za finanční podporu. Velký dík patří také panu arch. Zdeňku Lukešovi, který během rozsáhlých úprav byl naším konsultantem.

Smiling Baby School,
Čechova 29, Praha 7
tel. 603 723 392, info@smilingbabyschool.cz
www.smilingbabyschool.cz



PIETNÍ AKT U PŘÍLEŽITOSTI DNE VÁLEČNÝCH VETERÁNŮ

Dne 11. listopadu 2011 od 10.00 se v ulici Nad Štolou 8 uskutečnil vzpomínkový pietní akt spojený s kladením věnců u pietní desky věnované brig. gen. Rudolfovi Medkovi a válečným veteránům.



ZLATÁ SVATBA

V září oslavili v obřadní síni MČ Praha 7 zlatou svatbu manželé Zlata a Ivan Hájkovi, oba doktoři přírodních věd. Manželé Hájkovi pracovali na přírodovědných výzkumech pro Akademii věd, při tom vychovali dvě děti a dnes mají pět vnuců a jednoho ročního vnuka. Blahopřála jim a dárky předala Marcela Justová, radní MČ Praha 7.

SBĚR OBLEČENÍ

Ve čtvrtek 10. listopadu 2011 pořádá MČ Praha 7 sbírku použitého ošacení. Sběr se koná v prádelně Pečovatelského centra Praha 7 (U Letenského sadu 9, v suterénu). Čisté a zachovalé svršky pro dospělé sem mohou zájemci nosit mezi 13 a 18 hodinou.

„Sebrané oblečení bude využito pro klienty pečovatelského centra, sociálního odboru Úřadu MČ Praha 7 a Armády spásy. Chceme si také ověřit zájem veřejnosti o tuto formu pomoci. V případě většího ohlasu bychom mohli pořádat podobný sběr pravidelně,“ uvedla radní MČ Praha 7 Marcela Justová.

DARUJTE NÁBYTEK

Hledáme dárce nepotřebného, leč pěkného a použitelného nábytku či jiného vybavení z 30.–60. let 20. století, které by pomohlo zpříjemnit pobyt a zútulnit prostory Sociálně odlehčovacího centra. Nabídky můžete zasílat na e-mail sekretariát.pcp7@quick.cz nebo volat na tel. 220 874 601. Předem děkujeme za vaše nabídky a spolupráci.

AKTIVNÍ PODZIM PEČOVATELSKÉHO CENTRA

Nenechte si ujít oblíbené programy Klubu seniorů. Dříve než vás pozveme na další plánované akce, rádi bychom se ohlédlí za naším tradičním pořadem „Křeslo pro hosta“, ve kterém se setkávají osobnosti politického a společenského života s občany Prahy 7.

Hostem setkání, které se uskutečnilo dne 13. 9. 2011, byla radní MČ Praha 7 Mgr. Marcela Justová. Na pořadu byla řada zajímavých témat. Velká část dotazů se týkala výstavby nových bytů zvláštního určení v domě s pečovatelskou službou v Tusarově ulici. V této souvislosti připomněla hlavní koordinátorka pečovatelské služby Zdeňka Koněrzová podmínky přijetí uchazeče o bydlení v DPS. Seniori ocenili snahu zastupitelů upřednostnit řešení nedostatku bytových jednotek s pečovatelskou službou, přestože městská část Praha 7 nemá odpovídající prostory pro umístění vlastního úřadu. Občané Prahy 7 také velmi kladně reagovali na výstavbu takzvaného hřiště pro seniory, které je vybaveno aktivizačními stroji a pomůckami k podpoře hybnosti, tento prostor se stal oblíbeným místem setkávání a komunikace.

Na co se můžete těšit v listopadu?

2. 11. 2011 ve 14.00

Přednáška Stanislava Motla s názvem Stopy, fakta, tajemství – pořad známého publicisty

9. 11. 2011 v 15.00

Hudební vystoupení Karla Kekešihho, který za pomoci intuitivního zpěvu navozuje duševní harmonii

23. 11. 2011 ve 14.00

Pořad Křeslo pro hosta – tentokrát naše pozvání přijala oblíbená divadelní a televizní herečka **Miriam Kantorková**

30. 11. 2011 ve 14.00

Hudební vystoupení Zorky Kohoutové – přijďte si poslechnout, a třeba i zazpívat známé písně spolu s hvězdou pořadu Sejdeme se na Vlachovce

Kontakt: Klubu seniorů, U Studánky 15



Mgr. Marcela Justová
radní MČ Praha 7 (ODS)

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA PRAHY 7 DÁLE NABÍZÍ:

Terénní pečovatelskou službu

Vypomáhá s nutnými pracemi v domácnosti, s nákupy, péčí o osobní hygienu a dalšími životními potřebami.

Individuální přepravu autem

Pracovník centra vás odveze k lékaři, na velký nákup ve vzdálenějších nákupních centrech, na rehabilitaci, na kulturní a společenské aktivity nebo na úřady.

Více informací získáte na:

Pečovatelské centrum P7,
Heřmanova 1,
www.pecovatelskecentrum.cz,
tel. 220 874 600
(paní Zdena Koněrzová)

TOTALITA DO 21. STOLETÍ NEPATŘÍ PŘEDVÁNOČNÍ METALOMÁNIE

24. listopadu proběhne již třetí ročník projektu Totalita do 21. století nepatří. Projekt vznikl díky Občanskému sdružení IMPERATIV, o. s., za celkové podpory Prahy 7. Cílem tohoto sdružení je informovat, vzdělávat občany v oblasti extremismu, národnostních a etnických menšin, lidských práv a totalitních režimů.

První ročník se věnoval nacismu a neonacismu, druhý levicovému extremismu a tentokrát si připomeneme dvě nebezpečné diktatury minulého století, nacismus a komunismus.

Letošní ročník proběhne v metalovém hávu v KC Vltavská, Bubenská 1, Praha 7. Program je jako v minulých letech rozdělen do dvou částí: První je určena žákům a studentům základních, středních škol a gymnázií

v Praze 7. Od 9 hodin v sále Elektra proběhne přednáškové pásmo spolupracujících občanských sdružení Imperativ a Asi-milování. Prezentace se nebude věnovat jenom hudební scéně, žáci budou informováni také o činnosti StB a její předlistopadové aktivitě. Speciální část je zaměřena na srovnání práce VB a PČR s ohledem na lidská práva. Jednotlivé prezentace doplní filmové ukázky, ilustrační materiály a osobní zkušenosti. Na závěr dopolední části je připraveno

promítání filmu (Pouta nebo Lidice) a následná diskuze s pracovníky Imperativu, o. s.

Druhou večerní část projektu tvoří heavymetalový koncert jako připomínka hudebního stylu, který komunistický režim zakazoval. Od 19 hodin vystoupí ve Velkém sále KC Vltavská BOOTERS, TITANIC, MILOŠ DODO DOLEŽAL a jako hlavní host večera skupina ARAKAIN.

Večerem bude provázet moderátor, hudební publicista a člen Akademie populární hudby a IMPERATIV, o. s., Mgr. Petr KORÁL. Jednotlivé hudební bloky doplní promítání autorského dokumentu o metalové hudbě v 80. letech minulého století. Na závěr koncertu je i letos připraveno překvapení.

Celý projekt vznikl v souladu s koncepcí specifické primární prevence kriminality se zaměřením na problematiku extremismu.

KULTURNÍ CENTRUM VLTAVSKÁ
Bubenská 1
www.vltavska.cz

IMPERATIV, o. s.
www.imperativ.cz

ASI-MILOVÁNÍ, o. s.
www.asi-milovani.cz





**KULTURNÍ CENTRUM
VLTAVSKÁ**

Jazzový triatlon (2.11. 19:00)	Filmový festival zimních sportů (26.11. 15:00)
Pitch Bender – sál Elektra (2.11. 20:00)	Večer s Igorem Chaunem III. – filmy a povídky (29.11. 19:00)
Hammerfall (SWE) (13.11. 19:00)	
Los Rumberos, salsa party– sál Elektra (16.11. 20:00)	J. Rippl – Vyšehradský hřbitov (2.11. 18:00)
Škwor (18.11. 20:00)	MUDr. J. Hnizdíl – Nemocná společnost (9.11. 18:00)
Předvánoční metalománie:	H. Macenauerová – Fotografujeme na cestách (16.11. 18:00)
Arakain, DoDoDoležal, Titanic, Booters (24.11. 19:00)	K. Feiglová – Tarotový seminář (19.11. 10:00)
Rytmy Afriky (25.11. 19:00)	I. Voglová – Umíte číst obličej? II. (22.11. 18:00)
Sto zvířat + Polemic neboli SKAmarádění (30.11. 20:00)	
Kouzelný kufr – MIMos (6.11. 15:00)	KAS: Křeslo pro speciálního, velmi vzácného hosta (14.11. 14:30)
Kocour v botách – Divadlo Elf (13.11. 15:00)	KAS: Píseň o Bernadettě (28.11. 14:30)
Tři malá prasátka – Buchty a loutky (20.11. 15:00)	
Kouzelné malování s čarováním – Petr Ocelík (27.11. 15:00)	

VÍCE O PROGRAMU NA TEL. 220 878 455 NEBO NA WWW.VLTAVSKA.CZ



NEJLEPŠÍ NA SEDMIČCE

V každé kategorii zvolte pouze jednu firmu, živnostníka nebo instituci v Praze 7 v těchto kategoriích:

- **Restaurace a bary** (pivnice, restaurace, jídelny, vinárny a bary):
- **Kavárny a cukrárny:**
- **Krása a relaxace** (kadeřnictví, kosmetika, manikúra, masáže):
- **Potraviny** (jídlo, nápoje, pekárny, lahůdky a delikatesy):
- **Pro chovatele** (prodej krmiv, veterinární služby):
- **Kultura** (kulturní centra, kina, divadla, kluby, muzea, galerie, jiné):
- **Zdraví** (lékaři, zubaři, lékárny, zdravotnické prodejny)
- **Sport** (sportovní potřeby, sportoviště)
- **Řemeslníci:**

Tipněte si celkový počet hlasů v anketě Nejlepší na Sedmičce: hlasů
Vítěz získá osobní účet Era u Poštovní spořitelny na 1 rok zdarma

Vaše jméno a příjmení:

Adresa nebo e-mail:

Vyplněné anketní lístky prosím zasílejte do 31. 12. 2011 na adresu:

HOBULET, Šaldova 26, 186 00 Praha 8.

Vítězové ankety budou slavnostně vyhlášeni v únoru 2012. Seznam vítězů naleznete v Hobuletu nebo na www.hobulet.cz. Hlasovat můžete také na webových stránkách www.hobulet.cz, kde naleznete podrobná pravidla hlasování.



FINANČNÍ SLUŽBY
KDYKOLI A KDEKOLI

Partner akce



HLASUJTE DO 31. 12. 2011

Ani v letošním roce nezapomeňte vyjádřit svůj názor, a doporučit svoji oblíbenou firmu či podnikatele ostatním. Svůj hlas do ankety Nejlepší na Sedmičce můžete dát pomocí přiloženého anketního lístku nebo přímo na www.hobulet.cz.

Hlasovat můžete v následujících soutěžních kategoriích: Restaurace a bary, Kavárny a cukrárny, Krása a relaxace, Kultura, Zdraví, Sport, Řemeslníci, Potraviny a Pro chovatele. Tři nejúspěšnější firmy v hlavních soutěžních kategoriích získají roční bezplatné vedení podnikatelského účtu Era u Poštovní spořitelny a další hodnotné ceny od partnera ankety. **Oceněn bude také absolutní vítěz ankety**, tedy firma s nejvyšším počtem získaných hlasů bez ohledu na kategorii. **Další ceny se budou rozdávat i ve vedlejších kategoriích.** Společnost s nejvyšším počtem hlasů ve vedlejší kategorii získá vedení účtu Era u Poštovní spořitelny zdarma na půl roku.

Hlasování pro první část vedlejších kategorií bylo ukončeno 15. října 2011. **Druhá část vedlejších kategorií bude vyhodnocena 15. listopadu** a zveřejněna v prosincovém magazínu Hobulet. Patří sem firmy z kategorií: Reklama a produkce, Kurzy a vzdělávání, Ubytování a cestování, Ostatní, Finance, IT/počítače/internet, Advokátní služby a kategorie pro firmy.

Také pro hlasující je připravena zajímavá tipovací soutěž. Uhádnete-li celkový počet hlasů v anketě, získáte osobní účet Era u Poštovní spořitelny na rok zdarma a další hodnotné ceny.

VÍTĚZOVÉ PRVNÍ ČÁSTI VEDLEJŠÍCH KATEGORIÍ:

KVĚTINY

1. Jitka Kolmanová – Květinářství, Farského 1
2. Květiny – Květinářství Letná, Milady Horákové 77 - Letenské náměstí
3. Květiny Mládek, Milady Horákové 36, Veletřní 19

ODĚVY A OBUV

1. Black Tailor, Františka Křížka 16
2. Eva Šmerhová - PROFICOOK, Veletřní 19
3. Zdravotní obuv, Milady Horákové 75

PAPÍRNICTVÍ A KOPÍROVÁNÍ

1. Papírnictví Zelenková, M. Horákové 75

2. Čadová Dana - Knihařství, Komunardů 55
3. Dárky a balení dárků, Komunardů 11

AUTO-MOTO

1. STK Holešovice, Za Elektrárnou 19
2. Otakar Daliba - Autoškola MODAL, Janovského 27
3. Autocentrum HALE, Dělnická 15

OBCHODY OSTATNÍ

1. CARRY OPTIK, Dukelských hrdinů 22
2. Knihupectví Letná, Veverkova 16
3. Sexshop Sexyhračky.cz, Holešovická tržnice, hala 18

SLUŽBY, VYBAVENÍ BYTU

1. eAntik, Kostelní 14
2. Eva Haeringová - Domácí potřeby Prodok, Milady Horákové 43
3. Stodola - starožitný nábytek, Holešovická tržnice, hala 36

ARCHITEKTONICKÉ KANCELÁŘE

1. Ing. Arch. Petr Vitek, Letohradská 7
2. C.A.I.S. architekti, Františka Křížka 1
3. BRICK LINE, Františka Křížka 23

REALITY

1. Delfin – realitní kancelář, Bubenská 49
2. VIVA REALITY, Komunardů 25
3. MONIKA POKORNÁ s.r.o., Jirečkova 12

Půjčte si například:

70 000 Kč
za **1 427 Kč**
měsíčně

Reprezentativní příklad Era půjčky ve výši 70 000 Kč na 7 let: RPSN 18,3 %, úroková sazba 16,9 % p. a., počet splátek 84, poplatky za podání žádosti, poskytnutí správu 0 Kč, měsíční splátka 1 427 Kč, celková částka k úhradě 119 783 Kč. Výše splátky platí za předpokladu čerpání úvěru 15. den v měsíci s první splátkou 15. den měsíce následujícího. Splácení úvěru probíhá vždy 15. dní v měsíci. V případě bezproblémového splácení může být poslední anuitní splátka nižší.



Půjčte si a vyhrajte bezstarostný víkend. **Era půjčka**

ERA PRODUKTY ZÍSKÁTE
VE FINANČNÍCH CENTRECH
NA POŠTÁCH
NA INTERNETU
NA INFOLINCE
U PORADCŮ ČMSS

Sjednejte si Era půjčku **od 17. 10. do 30. 11. 2011**
a vyhrajte jeden ze **150 rodinných víkendů na českých horách!**
Navíc každý získá dárek. Více informací o soutěži
na www.postovnisporitelna.cz.



WWW.POSTOVNISPORITELNA.CZ | 800 210 210

POŠTOVNÍ SPORITELNA JE SOUČÁSTÍ ČESKOSLOVENSKÉ OBCHODNÍ BANKY, A. S.



jednoduše



VERNON DEPOT NOVÝ VÝSTAVNÍ PROSTOR NA SEDMIČCE

Galerie Vernon se rozrůstá – otevírá nový výstavní prostor Vernon Depot. První díla zde můžete bezplatně shlédnout v rámci Festivalu současného umění TINA B. 2011 do 13. listopadu.

Pražská Galerie Vernon otevřela zcela nový výstavní prostor s názvem Vernon Depot. Sídli na adrese U Průhonu 22, ve čtvrtém patře budovy, která dříve sloužila jako sklad. Právě odtud pochází název nového prostoru. „Depot chápeme jako nedílnou součást industriální čtvrti. Depot ovšem neznamená jenom sklad nebo místo pro opravy vozového parku, ale také úschovnu nebo poklad,“ vysvětlila ředitelka Galerie Vernon Monika Burian Jourdan.

Současné umění dostane v Praze další důstojné prostory, kde se bude moct prezentovat kvalitní umění. Nová galerie o ploše téměř 200 metrů čtverečních je plná oken, a nabídne tak dokonalé světelné podmínky pro výstavu uměleckých děl.

Úplně první výstavou, kterou nový prostor ožil, je Festival současného umění TINA B., který probíhá až do 13. listopadu. Ve Vernon

Depotu se veřejnosti představují hned dvě kurátorské sekce festivalu. Příznivce současného umění potěší sekce LITTLE ABSURDITIES – švýcarské, izraelské a italské umění, které pro TINU B. vybere a uspořádá curyšský kurátor Oliver Orest Tschirky. Další sekci festivalu TINA B. nazvanou Universal Habitat, My Habitat mají na starosti kurátorky polských uměleckých projektů Aleksandra Grzonkowska a Anna Zalewska.

Vernon Depot bude u nás na Sedmičce každoročně pořádat šest až osm výstav současného umění. „Některé výstavy budou tematické, další dají prostor mladým českým umělcům, jiné budou věnovány současnému zahraničnímu umění. Jedna výstava bude ve Vernon Depotu tradičně věnována Festivalu současného umění TINA B.,“ upřesnila ředitelka galerie Monika Burian Jourdan.

Od 11. 12. 2011 až do konce ledna roku 2012 bude ve Vernon Depotu k vidění výstava amerického fotografa Billa Owense, který se narodil v roce 1938 v Kalifornii a proslavil se v 70. letech se svojí knihou fotografií s názvem Suburbia. Od té doby vydal další fotografické publikace a vystavoval v mnoha světových galeriích. V únoru a březnu 2012 se ve výstavních prostorách Vernon Depotu představí se svými pracemi umělec Lluís Lleó, který se narodil v roce 1961 v Barceloně a v současné době žije a pracuje v New Yorku.

Vernon Depot bude otevřen celoročně od středy do neděle vždy od 12 do 18 hodin.

Kvalitní současné umění je prezentováno pro všechny návštěvníky ZCELA ZDARMA.

**Vernon Depot, U Průhonu 22,
www.galerievernon.com**



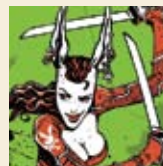
DIA DE LOS MUERTOS OPĚT VE STROMOVCE

Oslava Mexického dne mrtvých, kterou letos již po šesté pořádá agentura Motus (divadlo Alfred ve dvoře), proběhne tradičně 1. listopadu ve Střomovce. Nenechte si ujít průvod masek ani bohatý doprovodný program! Ve většině evropských zemí se Dušičky slaví více méně stejně jako v České republice, ale například v Mexiku se vzpomíná na zemřelé příbuzné dost odlišně. Každoroční oslava Dne mrtvých, tedy Dia de los Muertos, proběhne letos v úterý 1. listopadu od 15.00. Bohatý program je připraven pro děti i jejich rodiče. Těšit se můžete na divadelní představení, zdobení cukrových lebek, mexické občerstvení, Pohřební kapelu, dětskou střelnici a další atrakce. Oslava se uskuteční v parku Střomovka, kolem „kachního“ jezírka (nedaleko restaurace Vozovna). **Den mrtvých, Střomovka, www.alfredvedvore.cz**

NUTKÁNÍ OD PETRA MOTYČKY

Na fasádě zadní budovy centra DOX mohou návštěvníci vidět sochu Shoe Christ (Nutkání odmítnout něco, co bylo použito) od vizuálního umělce Petra Motyčky. Ten je známý především v kontextu tvorby skupiny Pode Bal. Shoe Christ je vytvořen z přibližně 1444 použitých, převážně nepárových bot. Socha měřící přes šest metrů a vážící více než půl tuny byla původně vytvořena pro veřejný prostor pražské Náplavky, kde také byla vystavena od srpna 2010 do ledna 2011. Následně byla upravena pro specifický prostor Centra současného umění DOX, kde je k vidění až do konce tohoto roku.

DOX, Poupětova 1, www.doxprague.org



ZAKONČENÍ KOMIKSFESTU

Největší komiksový festival v Čechách bude zakončen již tradičně v Biu Oko.

5. listopadu se zde budou vyhlašovat noví laureáti výroční komiksové ceny Muriel a vítěz soutěže Arnal o luxusní profesionální tablet.

Bio Oko, Františka Křížka 15, www.biooko.net



FESTIVAL PARTITURA

Od 3. do 7. listopadu probíhá ve Studiu Alt@ festival Partitura. Těšit se můžete na představení Albert se bojí, Krabat či Hodně malá

čarodějnice. Více informací o programu najdete na webových stránkách studia.

Studio Alta, U Výstaviště 21, www.altart.cz



PUTOVÁNÍ S HUCULEM

V pátek 18. listopadu 2011 od 18.00 se v Divadle Radar uskuteční křest dokumentu, který o putování s huculem

2011 natočil pan Bohumil Kheil. Součástí křtu bude promítání i dalších filmů tohoto autora, v nichž vystupují členové DDS Ty-já-tr.

Divadlo Radar, Pplk. Sochora 9, www.ty-ja-tr.cz



VOZOVÁ HRADBA V TESLA ARENĚ

Daniel Landa připravil nový koncertní program nazvaný Vozová hradba. V Praze ho představí 25. listopadu

v Tesla Areně. Zazní přes dvě desítky písní z celé jeho tvorby i několik nových skladeb.

Tesla Arena, Za Elektrárnou 1, www.tesla-arena.cz



OBRAZY MIROSLAVA VOKOUNA

Ve středu 16. listopadu od 17.30 proběhne vernisáž výstavy v Galerii na úřadě.

Zahájena bude výstava kreseb a obrazů Miroslava Vokouna.

Galerie na úřadě, nábr. Kpt. Jaroše 1000, www.praha7.cz

ZAS JSEM TEN MĚSÍC ZAPOMNĚL VYPNOUT

Není snad člověka, který by se s tváří Marcela Grüna, ředitele Planetária a hvězdáren hlavního města Prahy, někdy nesetkal v televizi nebo na stránkách tištěných médií. Tento žoviální člověk s kultivovaným humorem je po desítky let jakýmsi styčným důstojníkem mezi člověkem a vesmírem, propagátorem astronautiky, astronomie a vzdělavatelem celých generací mladých lidí v otázkách „mimozemského dění“.

Nemohu začít snad ani jinou otázkou než „jak jste se dostal ke hvězdám?“. Jako snad každé dítě jsem nerad chodil brzy spát, zato jsem se velmi rád díval na hvězdy, nechal jsem si o nich povídat a toužil se podívat na hvězdárnu. Narodil jsem se v Chebu a nějakou dobu jsme žili v Českých Budějovicích, ale na první hvězdárnu jsem se dostal až zde v Praze a zde jsem také navštěvoval svůj první astronomický kurz.

Kdy začala vaše profesní dráha v pražském planetáriu?

V necelých patnácti letech jsem se zde stal pomocným demonstrátorem a o necelý rok později jsem již začal přednášet pro zájemce o astronomii nebo kosmonautiku. Plnohodnotným zaměstnancem planetária jsem se pak stal během vysokoškolského studia roku 1967. Astronomie byla vlastně ale jen takovým spouštěcím motorem. To, co mě pak provázelo celým životem, byla kosmonautika, nebo je-li libo, astronautika.

Jaký z těchto výrazů je vlastně správný, kosmonautika, či astronautika?

To záleží na tom, zda se nacházíme na americké straně vesmíru, či na ruské. Rusové mají kosmonauty, Američané astronauty a Číňané zase taikonauty. Z terminologického pohledu však výraz astronaut není až zas tak přesný. Konec konců ke hvězdám ještě nelétáme a dlouho asi ani létat nebudeme.

Co vás na kosmonautice zajímalo či dodnes zajímá nejvíce?

Dříve mě nejvíce zajímaly raketové motory, a již moje první přednáška pro veřejnost na Štefánikově hvězdárně na Petříně v roce 1963 byla na téma „Budeme chodit po Měsíci?“. O nějaké dva tři roky později jsem začal psát na téma raketových motorů své první články a články, například do Českého časopisu pro fyziku, zejména o těch motorech, které tehdy ještě nelétaly a staly se

realitou až téměř o dvacet let později, jako například iontové nebo elektronické elektrodynamické motory. Dnes je toho už v kosmonautice příliš, aby to jeden soustavně sledoval. To, co mě doopravdy zajímá, je výzkum vesmíru vesmírnými sondami.

Zmiňoval jste, že jste se již během vysokoškolského studia stal stálým zaměstnancem planetária. Jak k tomu došlo?

Měl jsem tehdy nemocnou maminku a snažil se trochu vylepšit rodinný rozpočet. Proto jsem si při studiu přivydělával přes týden službami na hvězdárně a o víkendech v planetáriu. Jednoho večera mě můj budoucí kolega vzl z hvězdárny domů na motorce a zeptal se mě, zda bych neměl zájem nastoupit do planetária na plný úvazek. Tak se stalo a já pokračoval ve studiu dálkově.

To znamená, že jste vlastně celý svůj dosavadní profesní život strávil „pod hvězdami“ ve Stromovce?

Ano. Někdo to může považovat za jistý nedostatek, já v tom spatřuji i řadu výhod. Planetárium a hvězdárna jsou zejména vzdělávací, ne výzkumné instituce. Aby člověk mohl dobře vzdělávat ostatní, musí neustále vzdělávat a zdokonalovat i sebe v tom, o čem pak chce hovořit. Zároveň vedle vás vyrůstá nová generace, která nás jednou nahradí. Moje práce je neodmyslitelnou stránkou mého života, tou příjemnou. Někdy u mě toto propojení soukromého s profesním životem však přineslo i tak humorné situace, kdy jsem pozdě večer odcházel z planetária, venku na obloze zářil měsíc a já si řekl, „zas jsem ten měsíc zapomněl vypnout“.

Měl jste ve svém životě „pod hvězdami“ i nějaké zážitky, na které obzvlášť rád vzpomínáte?

Těch je mnoho, ale jeden mi utkvěl obzvlášť v paměti. V polovině 70. let jsem se podílel na organizování první konference ředitelů planetárií v komunistických

zemích a ředitel z Norimberka mne pozval, abych jej na jeho hvězdárně navštívil. Po mnoha peripetiích se mi to podařilo, ale musel jsem jet též do Stuttgartu a mezitím ředitel hvězdárny v Norimberku musel odjet za výzkumným programem proměnných hvězd do Turecka, a tak mi nechal klíče od hvězdárny pod keříkem u vchodu. Mohl jsem tak strávit noc úplně sám na norimberské hvězdárně. Pro mladíka z tehdejšího východního bloku neuvěřitelný zážitek, co mě však dodnes na této historice nepřestává příjemně překvapovat, je, jak obrovskou důvěru mi tím ředitel hvězdárny prokázal.

Nezvažoval jste tehdy v Německu zůstat?

Ne, vždy jsem byl názoru „proč mám odcházet já, ať odejdou ti, kteří tu nemají co dělat“.

Je něco, z čeho máte doopravdy radost, že se vám podařilo v planetáriu za poslední dobu zrealizovat?

Je to jednak unikátní digitální projekční systém SkySkan Definiti v sálu Kosmorama. Tento systém za více než 24 milionů korun, řízený 12 počítači, umožňuje pohled na hvězdnou oblohu z jakéhokoliv místa ve vesmíru a naše planetárium jej má jako jediné ve střední a východní Evropě. Dále mi samozřejmě dělá velkou radost obnova výstavní expozice, která moderním způsobem a moderními prostředky návštěvníkovi zprostředkovává informace o vesmíru a kosmonautice.

Pojí vás mimo práce ještě něco jiného s Prahou 7?

Moje maminka kdysi žila v bezprostřední blízkosti Stromovky, kousek od hlavního vchodu na Výstaviště, a prvním místem, kam jsme chodili s mou ženou, když za mnou přijela z Plzně, byla právě a opět Stromovka. Takže vidíte, že se Stromovkou mě váže mnohem více než jen planetárium. Jinak Praha 7 je krásné místo na bydlení.



ing Spectro

**Oblíbená
místa:**

1. Celá Praha 7
2. Planetárium se
Stromovkou
3. Festival
Letní Letná

V KLIDU SE ZAČTĚTE... NA SEDMIČCE

Ať už je podzimní počasí jakkoliv nevlídné, nezůstávejte doma. Odpočinout si u dobré knihy můžete i jinde. Přinášíme vám seznam knihoven sídlících na Sedmičce a také míst, kde si můžete knihy zapůjčit a přečíst v příjemném prostředí kavárny.



Knihovna Akademie výtvarných umění

Přestože je specializovaná knihovna AVU určena zejména vysokoškolákům studujícím výtvarné umění, je přístupná široké veřejnosti, a to bez nutnosti registrace. V archivech knihovny najdete přes 52 000 svazků a vedle klasické výpůjční služby nabízí knihovna také rešerše či reprografické služby.

Kontakt: U Akademie 172/4, Praha 7

www.avu.cz

Otevírací doba: po–čt 11.00–16.00

Městská knihovna v Praze

V letošním roce oslaví Městská knihovna 120 let své existence. Na Sedmičce najdete její pobočky na Letné a na Ortenově náměstí. V letenské knihovně, která se specializuje na děti, si připravili na 2. listopadu program pro děti, který si nenechte ujít!

Kontakt: Milady Horákové 56/387, Praha 7

Ortenovo náměstí 37/1505, Praha 7, **www.mlp.cz**

Otevírací doba: út 9.00–19.00, pá 9.00–15.00, so–po zavřeno

Knihovna Hospicového občanského sdružení Cesta domů

Nedaleko Strossmayerova náměstí se nachází jediná paliativní (hospicová) knihovna na území České republiky.

Je určena zejména lékařům, sestrám, psychologům, ale jakožto veřejná knihovna je přístupná každému, kdo se o tuto tematiku zajímá. Najdete zde přes 2000 publikací.

Kontakt: Bubenecká 3, Praha 7,

www.knihovna.cestadomu.cz

Otevírací doba: út 9.00–14.00, st 14.00–19.00, čt 13.00–17.00

Knihovna Národního technického muzea

Zajímají vás dějiny vědy, techniky a průmyslu? Pokud ano, můžete se těšit, že již na jaře 2012 budete mít možnost se o leccems poučit v knihovně Národního technického muzea, která bude znovuotevřena po rekonstrukci. Fond čítá přes 200 000 svazků a každoročně je doplňován o nové.

Kontakt: Kostelní 42, Praha 7,

www.ntm.cz

Otevírací doba: z důvodů rozsáhlé rekonstrukce knihovna uzavřena





Kavárna Alchymista

Alchymista je nekuřácká retro cukrárna/kavárna/čajovna sídlící na Letné v ulici Jana Zajíce. K lahodné kávě si můžete přečíst některou z knížek vystavených v prostorech kavárny. Součástí kavárny je také romantická zahrada s jezírkem a rybami, která je zároveň součástí expozice pro exteriérové artefakty přilehlé galerie Scarabeus.

Kontakt: Jana Zajíce 7, Praha 7,
www.alchymista.cz

Otevírací doba: otevřeno denně 10.30–19.30

Bio Oko

Bar umístěný v Biu Oko nabízí příjemné posezení před filmem i po něm. Jestli přijдете na promítání dříve, rádi vám zapůjčí některou z vystavených knih. Na webových stránkách najdete program s podrobnými popisem akcí pořádaných v Biu Oku.

Kontakt: Františka Křížka 15, Praha 7,
www.biooko.net

Otevírací doba: denně 10.00–1.00, po–pá 14.00–1.00



Kafí kavárna

Zúčastnit se autorského čtení je jedinečná příležitost, jak se seznámit s literární tvorbou autora v jeho vlastním podání. Bezbariérová Kafí kavárna je tréninkovým pracovištěm vozíčkářů a handicapované mládeže, pořádají se zde pravidelně také koncerty a výstavy. Jistě si zde vyberete z bohaté nabídky kávy, koktejlů a vín.

Kontakt: Schnirchova 26, Praha 7-Holešovice,
www.kafikavarna.cz

Otevírací doba: ne–pá 15.00–22.00



Ouky Douky Coffee

Stylová literární kavárna nabízí kromě občervení, teplých i studených nápojů také posezení s možností připojení k internetu. Součástí Ouky Douky Coffee je také antikvariát zaměřený na cizojazyčnou literaturu. Pravidelně aktualizovaný seznam nabízených knih najdete na webu. Každý měsíc se v prostorech kavárny pořádají vernisáže.

Kontakt: Janovského 14, Praha 7,
www.oukydouky.cz

Otevírací doba: po–ne 8.00–0.00

Váš Maklěř.cz®
bonbonek na realitním trhu



**Jsme
bonbonek
na realitním
trhu, přijďte
ochutnat.**



Zveme vás na **den
otevřených dveří**
v novém klientském
centru v ulici Milady
Horákové 57.

Kdy?
1. 11. 2011, 9–19 h

Co vás čeká?
Odpovědi na vaše
otázky a sladký dárek.

VÁŠ MAKLEŘ.CZ s.r.o.
Milady Horákové 57
170 00 Praha 7
GSM: +420 775 316 191
E-mail: info@vasmakler.cz
Zelená linka: 800 77 11 11
www.VasMakler.cz

**Hledáme:
ASISTENTKU | MAKLEŘE**

REFERENCE
FRANCE



Vysoce pečující a omlazující
kosmetika pro Vaši pleť

Diagnostika pleti a poradenství (zdarma)
• Dokonalé ošetření pleti • Masky: čistící,
detoxikační, zklidňující, výživné, alginátové s
liftingovým a botoxovým účinkem • Barvení řas
a obočí • Depilace • Žábaly • Minikurz líčení

Profesionální kosmetické služby
v příjemném prostředí

STUDIO BROJO
Dukelských Hrdinů 44/904, 170 00, Praha 7
Tel.: 602 392 197
e-mail: bencova.zdenka@seznam.cz

SLEVA
na první celkové ošetření **150 Kč**

Potřebujete opravit Váš dům a nemáte
dostatek finančních prostředků?
Nabídněte nám Váš **PŮDNÍ PROSTOR**
a rekonstrukci provedeme **ZDARMA...**



PŘED REKONSTRUKCÍ / PO REKONSTRUKCÍ

PRAŽSKÉ PŮDY
PRAŽSKÉ PŮDY s. r. o.
Přemyslovská 8/1135, Praha 3
Telefon: + 420 222 222 232
Mobil: +420 602 77 88 99
E-mail: info@prazskepudy.cz

www.prazskepudy.cz

Drtina
EKONOMICKÉ PORADENSTVÍ
tradice od roku 1990

Ing. Josef Drtina
– daňový poradce č. 744

♦ **daně**
♦ **účetnictví**
♦ **mzdy**

konzultace od 500 Kč

Praha 7 – Letná, Kostelní 44
tel./fax: 233 37 38 38
e-mail: info@drтина.cz
www.drтина.cz

**smart.
půjčka®**

Stačí jednou zavolat!

840 111 177

► až **50 000 Kč**
► **měsíční** splátky
► na dobu **8 a 13 měsíců**
► **hotovost až do domu**
► **nejvýhodnější** podmínky

www.smartpujcka.cz

Hledáme nové obchodní zástupce

774 760 485

**ZAŽIJTE
ATMOSFÉRU MEXIKA!**
JAKOU HUDBU A JAKÉ JÍDL
**MEXIKO NABÍZÍ, MUŽETE
VYZKOUŠET U NÁS!**

KDY:
ČTVRTKY 19 - 21hod
ŽIVÁ HUDBA / LATINSKÉ RYTMY

A CO VÍCI
HAPPY HOURS NA NÁPOJE
2 NÁPOJE ZA CENU 1

Mexická restaurace 7 Tacos Steak & Grill
Orlenova nám. 22, Praha 7 - Holešovice
Tel: 220 407 088 / info@7tacos.cz / www.7tacos.cz
www.facebook.com/7TacosSteakGrill

7 TACOS
Steak & Grill

CVIČENÍ HOLEŠOVICE 2011 PROVĚŘILO PŘIPRAVENOST PROTI POVODNÍM

Cílem bylo prověřit funkčnost protipovodňových opatření, kompatibilitu technických prvků a koordinaci a spolupráci jednotlivých složek, které za výstavbu mobilního hrazení zodpovídají.



Cvičení začalo v první říjnovou sobotu v 7 hodin a skončilo před desátou hodinou večerní. **Zúčastnilo se ho 386 osob, na místo bylo dopraveno 32 kontejnerů s mobilními prvky, postaveno bylo neuvěřitelných 956,5 m.** Cvičení ověřilo nejen počty nasazené techniky a sil, ale v souvislosti s novou výstavbou v dolních Holešovicích i časové lhůty potřebné pro výstavbu jednotlivých úseků.

Výstavba protipovodňových prvků se prováděla v úseku od Libeňského mostu k podjezdům ve Stromovce. Mobilními prvky byla zastavěna přístavní hrana od bytového komplexu Prague Marina k bytovému domu River Lofts a dále k železničnímu mostu v ulici Varhulíkové. Byly uzavřeny také podjezdy v ul. Partyzánská a Za Elektrárnou a oba průjezdy v parku Stromovka. **Dopravní situaci**

kontrolovali a usměrňovali příslušníci PČR a MP Praha 7 ve spolupráci s aktivními zálohami AČR. Přestože na Císařském ostrově probíhaly parkurové závody a doprava z ulice Za Elektrárnou musela být odkloněna, provoz policie zvládla na výbornou. Postavené úseky si prohlédl primátor hl. m. Prahy v doprovodu starosty a zástupců MČ Praha 7 a všech zúčastněných složek.

RADA MČ PRAHA 7 MIMO JINÉ

souhlasila:

• aby MŠ U Uranie,
Na Maninách 1080/29a,
podala grantovou žádost
v programu Zahrada
hrou vyhlášeného nadací
PROMĚNY

• s umístěním dvou nádob
na textilní odpad a obuv na
území MČ Prahy 7

• s umístěním tří nádob
na elektroodpad na těchto
místech: Na Ovčínách 2,
Milady Horákové, Dělnická

schválila:

• vyhlášení
protipovodňového opatření
za veřejný zájem

POLITICKÉ STRANY ZASTOU- PENÉ V ZASTUPITELSTVU MČ PRAHA 7

ODS

Oblastní kancelář
OS ODS Praha 7
adresa: Dukelských hrdinů 50
170 00 Praha 7
e-mail: info@odspraha7.cz
telefon: 603 489 866
www.odspraha7.cz

TOP 09

adresa: Dobrovského 535/18 170
00 Praha 7
e-mail: pha7.top09@seznam.cz

ČSSD

Obvodní výkonný výbor ČSSD
Praha 7
adresa: U Průhonu 52
170 00 Praha 7
telefon: 602 459 174
e-mail: ov.praha7@cssd.cz
www.praha7.cssd.cz

Strana zelených

Předseda SZ Praha 7
– Ondřej Mirovský
telefon: 724 833 286
ondrej.mirovsky@zeleni.cz
www.praha7.zeleni.cz

KSČM

adresa: Kamenická 50
170 00 Praha 7
telefon: 233 379 620
e-mail: ov.praha7@kscm.cz



Raiffeisen STAVEBNÍ SPOŘITELNA

**Úvěry
na bydlení
již od 3,5%**



JSME OTEVŘENÍ VAŠIM PŘÁNÍM.
Zavítejte do poradenského centra Raiffeisen
stavební spořitelny, společně vyřešíme:

- stavební spoření včetně úvěrů
- penzijní připojištění
- majetkové a životní pojištění a další služby

**Sleva ze vstupního poplatku při předložení
tohoto inzerátu v pobočce**

Raiffeisen stavební spořitelna a.s.
Dělnická 54, Praha 7,
tel. 220 806 614, 724 048 121
po 10 – 18 hod, út-st. 9 – 18 hod,
čt 9 – 17 hod, pá 10 – 14 hodin

VELKOOBJEMOVÉ KONTEJNERY – PODZIM

1 Čechova před č. 17	7. 11.	5. 12.
1A Jana Zajíce x U Sparty	7. 11.	5. 12.
4 Tusarova proti č. 5	7. 11.	5. 12.
5 Ortenovo nám. x U Pergamenky	7. 11.	5. 12.
6 U Průhonu x Na Maninách	7. 11.	5. 12.
8 Kamenická před č. 53 x U Akademie	7. 11.	5. 12.
9 Letohradská x Ovinecká	7. 11.	5. 12.
11 Osadní x Dělnická	21. 11.	19. 12.
12 Tusarova před č. 52	21. 11.	19. 12.
13 U Městských domů x Poupětova	21. 11.	19. 12.
14 U Vody x Jankovcova	21. 11.	19. 12.
14A Za Papírnu	21. 11.	19. 12.
15 Šimáčkova, proti domu č.p. 8	21. 11.	19. 12.
16 Pplk. Sochora, proti domu č. 14.	21. 11.	19. 12.

ŘÁDKOVÁ INZERCE:

Koupím byt, nebo rod. dům kde-
koliv v Praze, i ve špatném stavu,
na velikosti, ani vlastnictví nezá-
leží, může být i za odstupné –
nájemní, družstevní, LBD, i nečlena
družstva, služební, podnikový
a pod. Nechám čas na vystěhování,
uhraďm za Vás případné dluhy
na nájmu, exekuce, privatizace atd.,
vyřídím i právně velmi komplikov-
vané případy, podílová spoluvlast-
nictví, stáhnou soudní výpověď,
žalobu atd. Koupím i nemovitost
neoprávněně obsazenou, s nežá-
doucím nájemníkem, příp. dám
náhradní byt, či domeček mimo
Prahu a doplatek a pod. Platím
v hotovosti, záloha možná ihned.
Tel.: 222 941 032,
nebo 603 420 013

Nabízím Vám kadeřnické služby
všeho druhu v prostředí Vašeho
domova a dle Vašich časových
možností. Volejte 774 901 193.

Do nového projektu "Práce řízená
z domova" hledáme spolupra-
covníky na hlavní i vedlejší
činnost. Rekvalifikace zajištěna.
Tel. 721 052 519, 9-16 h.

VYKLIDÍME VÁŠ BYT,
požárstlost, sklep či půdu levně.
Tel.: 777 22 78 40

Sháníme dlouhodobý pronájem,
jsme 2 studenti VŠ. Cena do
13.000,- Kč včetně poplatků.
RK nevolat. Tel: 776 515 249
email: nova.petra1@seznam.cz

Čistíme koberce a čalouněný
nábytek mokrou metodou profi
stroji Karcher. Domácnosti i firmy.
Cena od 15 Kč/m². Přizpůsobíme se
Vašim časovým možnostem, pracu-
jeme i o víkendy. Doprava po Praze
7 ZDARMA. www.cistimekoberce.cz,
tel.: 777 717 818.

Hledám zdravotní sestru na
částečný úvazek do privátní
urologické ambulance v Praze 7.
Kontakt: 777 147 486 (volat po-pá
18.30–21.00 hod.)

ODDÍL KOPANÉ TJ Sokol Troja
hledá nové hráče ve věku 5 - 10 let.
Tréninky se konají každou středu
a pátek od 16.00 hodin na hřišti
v Troji. Další informace Jaroslav
Fliegl, 602 150 374,
tj-sokol-troja@volny.cz.

Hledám byt ke koupi na Praze 7,
popřípadě Praze 6. Platím
HOTOVĚ. Stačí zaslat sms, ozvu se
zpět. RK nevolat. MUDr. Šmídová
email: smidova.petra2@seznam.
cz, tel: 736 241 123



CHCETE MĚ?

Pořídili jste si
pejska z útulku?
Máte trvalé bydliště v Praze 7?

Co dál se dozvíte na
telefonním čísle 220 144 042
nebo 732 556 499
nebo využijte e-mail:
pejskpraha7@p7.mepnet.cz

Veškeré informace vám rádi
poskytneme.

Finanční odbor – oddělení
místních poplatků Praha 7

Je nutné splnit ohlašovací
povinnost a pejska přihlásit!

Hledáme byt pro 2 osoby v Praze
a okolí, garsonka až 2+1 do 11.000
Kč včetně poplatků. Jsme nekuřáci
bez zvířat. Zařízení nerozhoduje.
Děkují za nabídky.
Tel.: 605 845 088, 220 806 245

BD nabízí garáž o velikosti 16 m²
ve dvoře v Bubenské ulici
k dlouhodobému pronájmu.
Kontakt: 721 719 812.

Nabízíme levné stěhování,
vyklizení bytů a převoz nábytku
či spotřebičů dodávkou či pick-
upem. Pokud můžete při stěhování
pomoci, může přijet pouze řidič,
cena je poté velmi nízká, od 500Kč.
Možnost jakéhokoliv využití vozu
VW LT. Tel.: 777 717 818

Máte zájem o řádkovou
inzerce? Kontaktujte nás
na inzerce@hobulet.cz
nebo tel. 731 377 355.

Revoluční program Slim Belly dokáže to, co mnoho lidí chce

– spalovat tuky, zmenšit obvod pasu, zpevnit a zlepšit pokožku.
Průměrné zmenšení obvodu pasu dosahuje aktuálně 8,3 cm.

Sbohem břicho!

REVOLUČNÍ PÁS
SE STRÍDAVÝM TLAKEM

Přihlaste se na 4-týdenní studii.



Studio Essence

Václavkova 1, Praha 6, Tel.: (+420) 722 947 727, E-mail: studioessence@volny.cz, www.studioessence.cz
Uzávěrka přihlášek: 30. 11. 2011

květinářství Belles Fleurs 2x v Praze

Milady Horákové 39, Praha 7
Otevřeno 365 dní v roce
Po-Ne 7.30 – 19.30
Telefon 226 201 343

Bělehradská 124, Praha 2
Otevřeno 365 dní v roce
Po-Ne 7.30 – 20.30
Tel. 226 201 340

www.bellesfleurs.cz



vánoční hvězda*

Ø květináče 10 cm, výška 20 cm

nyní **89 Kč**
původně 129 Kč

* platnost akce pouze
PO PŘEDLOŽENÍ TOHOTO KUPÓNŮ
od 24. 11. do 20. 12. 2011
nebo do vyčerpání zásob

Soukromá střední škola výpočetní techniky



Litvínovská 600, Praha 9 - Prosek, tel.: 286 006 559, 266 313 100,
www.sssvt.cz, e-mail: sssvt@sssvt.cz

nabízí ve školním roce 2012/2013 absolventům ZŠ
studium čtyřletého maturitního oboru

Informační technologie

Specializace :

Grafické systémy a tvorba webových stránek
Správa počítačových sítí
Programování a databázové systémy

Dny otevřených dveří : 28.11.2011, 8.12. 2011,
10.1. 2012 a 1.2. 2012 vždy v 17.00.

STUDIO ZDRAVÉHO OBOUVÁNÍ

Plzeňská 54, Praha 5 - Smíchov

(přímo v zastávce tram. Bertramka)

tel: 257 328 577

- **speciální ortopedické vložky na míru**
- **zakázková výroba obuvi**
- **ORT úpravy obuvi podle otisku chodidel**



Gabor



www.zdraveobouvani.cz



**ZÁKLADNÍ
UMĚLECKÁ
ŠKOLA
PRAHA 7**
ŠIMÁČKOVA 16

PREZENTACE

15. 12. 2011 sborový koncert (Pueri gaudentes) **Betlémská kaple** **19.00**

19. 12. instrumentální a pěvecký koncert **AMU, Sál Martinů** **18.30**

21. 12. sborový koncert (Radost - Praha) **Betlémská kaple** **19.00**

26. 1. 2012 instrumentální a pěvecký koncert **AMU, Sál Martinů** **18.30**

hudební obor

přípravná hudební výchova, klavír, varhany, cembalo, akordeon, housle, violoncello, kontrabas, harfa, kytara, zobcová flétna, hoboje, flétna, klarinet, fagot, trubka, pozoun, lesní roh, bicí nástroje, cimbál, sólový zpěv, jazzová interpretace, základy skladby, komorní a orchestrální hra, dětský pěvecký sbor Radost – Praha, chlapecký sbor Pueri gaudentes, komorní sbory Cesmína a Puellae

výtvarný obor

kresba, malba, grafika, enkaustika, vitráže, kombinované techniky, prostorová tvorba

taneční obor

pohyb, tanec, tvořivost, baletní průprava, lidové písně a hry, scénický tanec

www.zuspraha7.cz, zus.simackova@seznam.cz, tel. 220875863



VESTAVĚNÉ SKŘÍNĚ | ŠATNY | NÁBYTEK NA MÍRU

• RODINNÁ FIRMA S 12-TI LETOU TRADICÍ

• KRÁTKÉ DODACÍ LHŮTY
DÍKY VLASTNÍ VÝROBĚ

• GRAFICKÝ NÁVRH
+ KALKULACE ZDARMA

• JEDNODUCHÝ 3D ON-LINE
NÁVRHÁŘ NA STRÁNKÁCH

**BÁJEČNÁ
PŘEDVÁNOČNÍ AKCE**
SLEVA 10% NA VESTAVĚNÉ SKŘÍNĚ
S POSUVNÝMI A OTOČNÝMI DVEŘMI
+ VÝHODNÉ SLEVOVÉ POUKAZY NA DALŠÍ
REALIZACE VESTAVĚNÉHO NÁBYTKU
K ZAKÁZKÁM NAD 15.000 BEZ DPH.

PŘEDVÁDĚCÍ STUDIA STAKO: PRAHA 5 – KOŠÍŘE, PLZEŇSKÁ 255/163, TEL.: 257 212 414
PRAHA 3 – ŽIŽKOV, SEIFERTOVA 14, TEL.: 222 712 037
PRAHA 7 – HOLEŠOVICE, ARGENTINSKÁ 6, TEL.: 220 876 807

www.stako.cz
stako@stako.cz



**Najdete nás
na rohu ulic
Milady Horákové
a Kamenická.**

*PANENSKÉ OLEJE, OCTOVÉ SPECIALITY, SINGLE MALT
WHISKY, KARIBSKÉ RUMY, LIKÉRY, BRANDY, VÍNA,
BELGICKÉ ČOKOLÁDY, DELIKATESY,
ORIGINÁLNÍ DÁRKY (I PRO FIRMY)*



**VOM FASS, ideální místo pro Vaše vánoční nákupy.
Ochotně Vám poradíme, podle přání zabalíme.**

Kontakt: www.vomfass-prague.cz
Kamenická 26, Praha 7