



Vestecké LISTY

**Zvýšení příspěvků na péči
a na obědy pro seniory**

POESIOMAT v Aleji prince Philipa

listopad 2022



SPEKTRUM

Nové Spektrum.

Nová úroveň nakupování.

www.ocspektrum.cz

TĚŠÍME SE NA VÁS!





Tibor Švec, starosta obce

editorial

Vážení čtenáři,

v ruce právě držíte listopadové vydání Vesteckých listů. A co se v něm dozvíte?

V rubrice Aktuálně si můžete přečíst o Poesiomatu, který máme nově u nás ve Vestci. Jsem rád, že zrovna naše obec je dalším místem, kde je osazen a věřím, že to oceníte i vy na svých cestách.

Rada obce schválila od listopadu navýšení příspěvku na péči a příspěvku na obědy pro vestecké občany nad 70 let nebo imobilní občany. Péče je tak vyjde na 100 Kč/hod, cena oběda tak v tuto chvíli vyjde na pouhých 46 Kč. Ale to není jediné, co se v obci pro seniory dělá. V rubrice Z obce se dočtete informace jak z Kvalitního podzimu života, z.ú, tak také o budovaném Senatoriu, které roste u školky.

Příjem žádostí o příspěvek ze sociálního programu je pro letošek

uzavřený, zbývá jen rozeslat příspěvky těm, kteří se včas přihlásili. A zde bych rád připomněl, že do sociálního programu se dá přihlásit celých deset měsíců (od 1. 1. do 31. 10. daného roku) a termín 31. 10. je opravdu konečný. I tak se najdou žadatelé, kteří lhůtu nestihnou a následně se domáhají dodatečného přijetí žádosti. Nenechávejte příště podání na poslední chvíli a přineste svou žádost (spolu s občanským průkazem) třeba hned z kraje roku. Nebo využijte možnost podat žádost datovou schránkou fyzické (nikoliv právnické) osoby.

Dále pro vás máme také informace o tom, co se děje v Baráčku, ve školce, ale najdete zde třeba i fotogalerii z Dýňohraní.

Přeji vám příjemné čtení!

obsah

5 AKTUÁLNĚ

- Informace ze zasedání Zastupitelstva obce Vestec
- POESIOMAT v Aleji prince Philipa

9 Z OBCE

- Pro kvalitní podzim života vesteckých občanů

16 PSYCHOLOGICKÁ PORADNA

- Jak zvládnout krizi?

19 PŘEDSTAVUJEME

- Charitativní vernisáž v Caffè del Borgo

20 SENIOŘI

- Návštěva ZOO

21 MŠ VESTEC

- Podzim ve školce

23 RC BARÁČEK

- Baráček v novém kabátě

25 DĚJINY OBCE VESTEC

- Květnové dny roku 1945 ve Vestci

27 GALERIE

- Dýňohraní



tiráž

Vestecké listy - Kulturní a informační měsíčník obce Vestec, periodický tisk územního samosprávného celku.
Vydavatel: Obec Vestec, Vestecká 3, 252 50 Vestec, IČ: 00506744, pod ev.č. MK ČR E 15020

Vydání listopad 2022 vyšlo 13. 10. 2022

Doručováno do všech poštovních schránek obyvatel a firem v obci Vestec.
Náklad 1.150 kusů. Cena ZDARMA



šéfredaktor Vesteckých listů
Marek Kowalewski



redaktorka Vesteckých listů
Lenka Kowalewska

Redakce Vesteckých listů: OÚ Vestec, Vestecká 3, 252 50 Vestec
tel.: 241 931 732
email: redakce@vestec.cz

Informace ze zasedání

Zastupitelstva obce Vestec

Dne 19. 10. 2022 se uskutečnilo v pořadí 1. zasedání nově zvoleného Zastupitelstva obce Vestec. Naše zastupitelstvo, po složení slibu zastupitelů, na tomto zasedání mimo jiné:

- zvolilo nové vedení obce (členy rady obce) v tomto složení:
 starosta Tibor Švec (uvolněný)
 1. místostarosta Ing. Jiří Řízek (uvolněný)
 2. místostarosta Ing. René Tůma (uvolněný)
 3. místostarosta Milan Petrus (neuvolněný)
 členka rady obce Mgr. Dita Klímová (neuvolněná)
- zřídilo Finanční výbor obce a zvolilo 7 členů výboru. Předsedou byl zvolen Ing. Miroslav Vlasák,
- zřídilo Kontrolní výbor obce a zvolilo 7 členů výboru. Předsedkyní byla zvolena Taťána Lejnarová,
- rozhodlo o výši odměn za výkon funkce pro neuvolněné členy zastupitelstva,
- rozhodlo o mandátu pro starostu k zastupování obce na valných hromadách společnosti Technické služby Dolnobřežanska, s.r.o.,
- rozhodlo o pověření řízením Obecní policie Vestec pro 1. místostarostu,
- schválilo rozpočtové opatření, kterým se zvyšují rozpočtové příjmy roku 2022 o částku 770 tis. Kč a výdaje se zvyšují o částku 5,345 mil. Kč.

U rozpočtových příjmů jde zejména o navýšení o částku 750 tis. za přípojky k vodovodu a kanalizaci v ulici Slepá.

U rozpočtových výdajů jde o běžné výdaje, kde došlo např. ke snížení o 450 tis. za provoz autobusových linek PID, dále k navýšení o 250 tis. pro Technické služby obce Vestec, p.o. (TS PO) za náklady spojené s pořádáním kulturních akcí v obci, dále k navýšení o 500 tis. pro TS PO za údržbu obce, kde došlo k navýšení platových tarifů a také ke zvýšení cen pohonných hmot. Dále došlo k navýšení o 200 tis. za sociální program obce (větší zájem ze strany občanů), a také k navýšení o 230 tis. za změny ve vedení obce po volbách (odchodné).

V rámci kapitálových výdajů (investice) jde např. navýšení za nákup stanů pro kulturní akce (o 300 tis.), za výměnu umělého povrchu v hale (o 250 tis.), za osvětlení fotbalového hřiště (o 600 tis.), za změnu způsobu realizace připojení ulice Slepá k vodovodu a kanalizaci (o 600 tis.), dále za WC a sprchy pro ženy v zázemí TS

PO (o 200 tis.), za nákup čistícího stroje pro TS PO (o 2,5 mil.) a nebo za pořízení softwarové licence AutoCAD na 3 roky pro stavebního technika OÚ (o 60 tis.).

V rámci bodu diskuse bylo mimo jiné sděleno, že programové prohlášení nového ZO bude představeno na příštím zasedání ZO v prosinci tohoto roku a že nebude ustavena stavební komise obce. Téma odpadů bude také řešeno na dalším zasedání ZO. Byly také popsány některé položky ze schvalovaného rozpočtového opatření.

Pokud máte zájem o podrobné informace ze zasedání Zastupitelstva obce Vestec, tak kompletní zápisy, audiozáznamy, usnesení, nebo detailní rozpočet (vč. rozpočtových opatření) naleznete na internetových stránkách obce, stejně jako všechny podepsané smlouvy.

Příští zasedání nového Zastupitelstva obce se uskuteční dne 14. 12. 2022.

Ing. Roman Fritschka
člen Zastupitelstva obce

Výplaty sociálního programu v hotovosti budou probíhat v podatelně obecního úřadu

od 5.12. do 14.12. v úředních hodinách. Pro více informací můžete volat na tel. číslo 313 035 509. Žadatel se musí dostavit osobně a prokázat se občanským průkazem, zastoupení není možné.

POESIOMAT v Aleji prince Philipa

Pokud se vydáváte z domova na procházky či cyklotoulky, určitě neminete Alej prince Philipa podél cyklostezky směrem na Kunratice, která odkazuje na britskou královskou rodinu a dobročinný projekt prince Phillipa zaměřený na rozvoj mladých lidí také v Česku. Tato alej, stejně tak jako o něco starší Alej Svobody podél cesty na Hrnčíře za Vesteckým rybníkem, je součástí významného krajinářského projektu obce nazvaného Zelená páteř.

A právě o Zelené páteři, o obci Vestec, ale i o britské královně a ještě mnohem víc si můžete nově poslechnout přímo uprostřed Aleje prince Philipa. **V pátek 21. října tu totiž byl slavnostně odhalen POESIOMAT.** Je to zařízení, které sice vypadá jako periskop ponorky nebo výdech z metra, ale stačí zatočit klikou

a zvláštní socha začne **recitovat, vyprávět, hrát a zpívat.** Stojí na mnoha místech v Praze i po celé republice, ale i v New Yorku nebo v Paříži. Teď máme Poesiomat také u nás a jeho obsah tematicky spojuje Vestec s britskou královskou rodinou, přírodou a poezií.



Při slavnostním odhalení starosta obce Tibor Švec vzpomněl na zastupitele Václava Šedivého, který první přišel s myšlenkou Poesiomatu pro Vestec. Tibor Švec

zároveň poděkoval těm, kteří se na realizaci nahrávek podíleli a ocenil, že ti hlavní, kteří propůjčili Poesiomatu své hlasy, jsou z Vestce – děti z mateřské školy, herečka Nela Boudová, novinář Jan Tuna a nebo rodák z Manchesteru žijící ve Vestci Michael Addison. Oni všichni se také jako hosté účastnili slavnostního odhalení.



Je třeba dodat, že první Poesiomat vznikl v roce 2015 a stojí na Náměstí Míru v Praze. Je to originální český nápad, jehož autorem je Ondřej Kobza, kavárník známý rozmisťováním pian do veřejných prostor. O Poesiomatu říká, že je to rozhlasový pořad daného místa a i Vestec může být inspirací pro ostatní, byť je zatím nejmenší obcí, která Poesiomat má.

Při své procházce se nezapomeňte zastavit u Poesiomatu, protože klikou a vyberte si ze široké nabídky textů, básní a písní, které náš Poesiomat nabízí. Jen si možná budete muset chvíli počkat, než na vás přijde řada.



PRO KVALITNÍ PODZIM ŽIVOTA

vesteckých občanů

K povídání o domácí péči i o budovaném zařízení, které oceníme ve chvíli, kdy už domácí péče nestačí, jsme se sešli s Lenkou Klestilovou, ředitelkou organizace Kvalitní podzim života a s Alešem Kotáskem, předsedou představenstva PHF Senatorium a.s.

Ne náhodou jsme si do titulku článku půjčili název nestátní neziskové organizace, která se jmenuje Kvalitní podzim života, z.ú. Byl to totiž právě Vestec, kde začala tato organizace působit a starat se o to, aby se lidem v podzimu jejich života žilo co nejlépe. Poskytuje péči v domácím prostředí a díky tomu mohou senioři i další lidé v nepříznivé sociální situaci žít doma tím nejlepším možným a důstojným způsobem. Lidé oceňují hlavně to, že i když už sami úplně na všechno nestačí, mohou zůstat doma a nemusí být umístěni do cizího prostředí. „Vestec a hlavně jeho starosta Tibor Švec byli první, kdo za mnou přišli s myšlenkou, abych

tu začala poskytovat domácí pečovatelskou službu. Bylo to už skoro před deseti lety a Vestec byl a stále je pro ostatní příkladem, jak ve spolupráci s námi, tak hlavně v podpoře občanů v jejich domácím prostředí. Ne každá obec pomáhá a přispívá seniorům tak jako Vestec“, uvádí **Lenka Klestilová, zakladatelka a ředitelka organizace Kvalitní podzim života**. Teď je to také ona, s kým obec jedná o možné spolupráci v rámci nově budovaného zařízení pro seniory, jehož výstavba je v plném proudu. I o tom bude v tomto článku řeč. Ale začneme u domácí péče a u Lenky Klestilové.



KVALITNÍ PODZIM ŽIVOTA, PÉČE V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ

Co všechno organizace Kvalitní podzim života nabízí?

Nabídka našich služeb je poměrně obsáhlá a vždy záleží na specifických potřebách klienta. Mezi to základní patří především **pomoc s péčí o vlastní osobu**, ať už se to týká pomoci při stravování, oblékání nebo přesunu v prostorách, ale i při osobní hygieně včetně podpory při použití WC. Pomáháme i při **zajištění chodu domácnosti**, například s nákupy, praním a žehlením a také při zprostředkování kontaktu se společenským prostředím. Navíc jsme zřídili **službu půjčovny kompenzačních pomůcek** a také například **senior transport**. To je služba pro občany, kteří nemají možnost dostat se vlastními silami třeba na úřad nebo k lékaři. Nad rámec našich běžných služeb **organizujeme pro naše klienty různá setkání a výlety**. Velkou radost například měli naši senioři z nedávného výletu do ZOO a následného setkání s našimi koňmi Řepčicích, kde jsme poskytli domov několika koním na dožití.



Máte nějaké novinky pro vestecké seniory?

Novinek máme spousty, protože se stále snažíme rozvíjet a přizpůsobovat potřebám klientů. Ráda bych ale zmínila jednu významnou, která se týká občanů s trvalým bydlištěm právě ve Vestci. **Rada obce jedná o další finanční podporu svých seniorů**. Podle ní by naši klienti **měli platit za péči o svoji osobu pouze 100 korun na hodinu a zvýší se příspěvek obce na rozvoz obědů seniorům z původních 30 Kč na 60 Kč**. (pozn. redakce po uzávěrce článku bylo radou schváleno). To je naprosto famózní a ojedinělá ukázka toho, jak to vypadá, když si obec svých občanů skutečně váží. Za svůj přístup ke svým občanům by obec Vestec měla dostat vyznamenání.

Jaké jsou ceny vašich služeb?

Díky širokému záběru poskytovaných služeb nemohu jmenovat všechny ceny. Nicméně se snažíme držet naše ceny na takové úrovni, aby byly pro naše klienty dostupné a férové. Cena za hodinu péče je ovšem daná vyhláškou o sociálních službách a momentálně je to 135 Kč. Ve vybraných místech, kde je podpora ze strany obce, jsme schopni ale poskytnout slevu. Někteří klienti mají navíc **nárok žádat příspěvek od státu** a nemusí se bát, že to nezvládnou, s tím jim ochotně **pomůže náš sociální pracovník**. Ohledně cen je tedy nejlepší nás rovnou kontaktovat například telefonicky na čísle 778 095 645 anebo se pro přehled podívat na náš web: www.kvalitnipodzimzivota.cz

Jaká hodnotíte spolupráci s obcí?

Obec Vestec by klidně mohla sloužit jako vzorový příklad pro ostatní, a to v celostátním měřítku. Jde o to, že se **skutečně starají o potřeby svých občanů a svoji pomoc směřují tam, kde je jí nejvíc potřeba**. Možná je to můj subjektivní pohled, ale neznám žádnou jinou obec, která by se tolik zajímala a pak skutečně konala. Mohu samozřejmě připomenout příspěvky seniorům na rozvoz obědů, chystaný příspěvek na péči a dotaci na jídlo, ale například i zřízení školního autobusu s dozorem. To všechno jsou věci, které nám, občanům Vestce, připadají normální a běžné, ale jinde tomu tak opravdu není. Navíc celá myšlenka místní sociální služby vznikla vlastně z popudu obce, konkrétně starosty Tibora Švece. Možná se budu opakovat, ale nemohu si pomoci, činnost obce Vestec v této oblasti je naprosto jedinečná a příkladná.



Pro koho jsou služby určeny a je nutný trvalý pobyt ve Vestci?

Naše služby jsou primárně určeny seniorům, lidem v invalidním nebo starobním důchodu, se zdravotním postižením nebo sníženou mobilitou a občanům, kteří pro zajištění svých potřeb potřebují pomoc jiné osoby. Pro získání těchto služeb není sice nutný trvalý pobyt, ovšem příspěvky obce na tyto služby jsou určeny pouze občanům s trvalým pobytem ve Vestci.



Jak jsou Vaše služby v obci využívány?

Ve Vestci je nejvíce využíván rozvoz obědů, ale i díky tomu se dostáváme do povědomí občanů, kteří by chtěli využívat i naše pečovatelské služby. Většinou je zatím nevyužívají, protože se neorientují například na sociálních sítích a tak mají jen zprostředkované informace od známých anebo rodiny. Myslím si, že zvýšená finanční dotace obce na péči tuto situaci také výrazně změní a přibude tak lidí, kteří budou péči v domácím prostředí využívat.

KDYŽ DOMÁČÍ PÉČE NESTAČÍ

Je pochopitelné, že si každý přeje žít spokojeně ve svém domově co nejdéle, a je dobře, že ve Vestci v tom seniorům a dalším lidem pomáhá organizace Kvalitní podzim života. Je ale možné, že v určité situaci už tato péče nestačí a je třeba vyhledat **zařízení pro dlouhodobou ošetrovatelskou péči**. A právě takové zařízení se od léta staví v severní části Vestce. Bude se jmenovat **SENATORIUM VESTEC** a jde o nestátní lůžkové zdravotnické zařízení pro dlouhodobou ošetrovatelskou péči. Bude disponovat 138 lůžky převážně ve dvoulůžkových pokojích. Povídali jsme si o něm s **Alešem Kotáskem**, **předsedou představenstva PHF Senatorium a.s.**



Nejprve nás zajímalo, zda nejde o překlep a zda je název „Senatorium“ správný?

Ano, název Senatorium je správný. Vychází ze slova SENIOR nebo chcete-li z latinského slova Senex. Jde o obchodní název našich zdravotnických zařízení, který evokuje to, že v našem zařízení se budou doléčovat zejména starší pacienti. Jde nám také o odlišení od běžně používaného slova sanatorium, které nelze chránit jako obchodní značku, protože je to všeobecně užívaný název.

Kdo Senatorium ve Vestci staví, kdo ho bude provozovat a také kdo ho navrhl?

Architektonicko-stavební řešení realizovala pražská společnost D-PLUS PROJEKTOVÁ A INŽENÝRSKÁ a.s., stavebníkem, tedy zhotovitelem stavby je společnost PKS stavby a.s. ze Žďáru nad Sázavou a investorem stavby je společnost VESTEC - HEALTH s.r.o., což je 100% dceřiná společnost společnosti Senatorium Vestec a.s. Provozovatelem tohoto nestátního zdravotnického zařízení bude společnost Senatorium Vestec a.s. ze skupiny PHF Senatorium a.s., která patří pod Potysz health, investiční fond s proměnným základním kapitálem, a.s. (více informací o činnosti fondu naleznete na www.potyszhealth.com).

Pro koho bude Senatorium určené?

Zařízení je primárně určené pacientům v rekonvalescenci, po operacích, úrazech a těžkých onemocněních. Zařízení bude poskytovat nepřetržitou ošetrovatelskou péči pod vedením lékaře a zkušeného zdravotnického personálu. Délka hospitalizace závisí na zdravotním stavu pacienta a obvykle bývá 2 až 3 měsíce. Naším cílem je stabilizovat zdravotní stav pacientů natolik, **aby se mohli navrátit zpět do svého domácího prostředí**, a v rámci svých možností žít nadále plnohodnotným životem.

Co všechno bude zařízení poskytovat a bude to jen pro pacienty pobývajících v Senatoriu?

Součástí léčby pacienta budou mimo lékařské a ošetrovatelské péče i služby fyzioterapeuta, ergoterapeuta, logopeda, aktivizačních pracovníků nebo nutričního terapeuta. V zařízení dlouhodobé ošetrovatelské péče je lékař k dispozici pouze ve všedních dnech v pracovní době. V případě akutního zhoršení zdravotního stavu pacienta během jeho nepřítomnosti je pak volána rychlá záchranná služba. Senatorium Vestec bude laicky řečeno klasická nemocnice tak, jak ji běžně známe, pouze s tím rozdílem, že je jednooborově zaměřená – tedy **specializovaná na doléčování pacientů** poté, co opustí lůžka akutní péče. Služby tedy bude poskytovat pouze hospitalizovaným pacientům.



Jaké podmínky musí splňovat pacient, aby ho v Senatoriu přijali?

Pacienti přijatí do Senatoria Vestec budou většinou ti, kteří budou přemísťováni z lůžka akutní péče. Pacienta k přijetí však může indikovat i jeho praktický lékař. Přijetí pacientů probíhá na základě „Žádosti o přijetí pacienta“. Vyplněná žádost musí obsahovat vlastnoruční podpis žadatele a rodinného příslušníka, případně zákonného zástupce. Součástí žádosti je i **uvedení důvodu k hospitalizaci a vyjádření ošetřujícího lékaře k aktuálnímu zdravotnímu stavu pacienta**. Při přeložení pacienta z jiného zdravotnického zařízení vydává toto vyjádření ošetřující lékař, při přijetí z domácího prostředí je to praktický lékař. Žádost o přijetí pacienta poté odborně zhodnotí náš lékař s přihlédnutím k aktuálním volným kapacitám našeho zařízení. Žadatele o přijetí nebo případném nepřijetí vyrozumí pověřený sociální pracovník.

Kolik budou služby Senatoria stát? Bude se na úhradě podílet například zdravotní pojišťovna?

Senatorium Vestec a.s. bude nestátní zdravotnické zařízení, jehož **poskytované zdravotní služby budou plně hrazeny ze zdravotního pojištění**. Nicméně, stavíme relativně nákladnou moderní nemocnici, která by

měla dobře sloužit po následující desítky let, a předpokládáme, že naše **služby budou komplexní a budou zahrnovat i položky a služby, které veřejné zdravotní pojištění nekryje.** Jedná se například o vyšší kvalitu stravy či nadstandardní vybavení pokojů (lednice, TV apod.), pokrytí budovy Wi-Fi signálem, optimalizace tepelného komfortu pacientů formou dálkově ovládaného stínění či širší užití vzduchotechniky a klimatizace. Za tyto služby si pacienti budou muset něco připlatit. Propočty tohoto příplatku s ohledem na nestabilní situaci a inflaci zatím nejsou ukončeny, nicméně budou se pohybovat v řádu nižších stokorun za den.



Kdy bude Senatorium hotové?

Stavba již započala zemními pracemi a předpokládáme, že provoz zahájíme v průběhu prvního čtvrtletí roku 2024.



(fotografie: archiv Kvalitní podzim života z.ú., PHF Senatorium a.s. a archiv obce Vestec)



Jak psychicky zvládnout (nejen) energetickou krizi?

Vysoké nároky, nepolevující požadavky, tíživá finanční situace, závažné životní změny, pocit bezmoci, to vše v nás vyvolá dlouhodobý stres. Ten se pak projeví nejen na psychickém rozpoložení (deprese, úzkosti, nespavost), ale i na fyzickém zdraví (bolesti hlavy, snížená imunita, časté infekce). Problém je, že čím déle jste v zajetí chronického stresu, tím méně jej ve své podstatě vnímáte. Jednoduše naše

tělo začne fungovat v určitém automatickém módu, který je ale dlouhodobě neudržitelný a může vést jen k jedinému, k naprostému vyčerpání organismu.

Jedním ze způsobů prevence stresu je **vyhledávání informací**. Dává nám to pocit určité kontroly. Ovšem pozor! Je potřeba vyhledávat ověřené informace, filtrovat hoaxy a netrávit tím více než 6 hodin týdně. Ne nadarmo se

říká, že všeho moc škodí. Velké množství informací (zejména těch negativních, jako válka, krize společnosti) totiž může naopak zhoršit náš emocionální stav.

Nezapomeňte se starat o své zdraví. Při stresu hůř spíme, tolik se nehýbeme a nedáváme pozor na stravu, proto se zaměřte i na tyto oblasti. Někdy se budete muset přinutit jít na procházku, pravidelně jíst, dostatečně spát. Ale je to potřeba a výsledky se dostaví. Najděte si čas na odpočinek a buďte k sobě laskavější. Vyzkoušejte relaxaci a relaxační dýchání. Rozvíjejte své zájmy a koníčky. Trávit čas věcmi, které vás baví, vám může pomoci odvrátit pozornost od stresující situace. Pokud se cítíte osamělí nebo izolovaní, nové koníčky mohou být také dobrým způsobem, jak poznat nové lidi.



Stanovte si reálné cíle. Dělejte něco pravidelně, i když je to malé. Třeba můžete šetřit menší částky každý měsíc, aby vás pak nepřekvapilo

vyúčtování za energie. Uskromněte se na Vánoce, nemusíte obdarovat všechny dospělé, zaměřte se spíše na děti. Všichni cítíme strach. Zvláště, když čelíme změnám. Pokud čelíte výzvě a cítíte se paralyzováni, zeptejte se sami sebe: *"Jaká je ta nejmenší věc, kterou mohu udělat, abych mohl začít?"* Když na něco přijdete, udělejte to. A v neposlední řadě mluvíte o svých pocitech a obavách. Nedržte je v sobě, ale pobavte se s někým blízkým, nebo se [zkušeným psychologem](#). Sledujte a pozorujte, co funguje a co ne. To, že někomu pomáhá nějaká taktika, neznamená, že vám také musí. Hledejte svůj vlastní způsob jak stresové situace zvládnout.



Psychologická poradna online

Online psychologická
poradna MOJRA.cz
www.mojra.cz



Charitativní vernisáž obrazů s hudebním doprovodem a ochutnávkou vín

To, že do kavárny patří také výtvarné umění i hudba, dokazuje vestecká **kavárna Caffè del Borgo** charitativní vernisáží malířky Veroniky Jiráňkové s hudebním doprovodem Jiřího Langra konané ve středu 16. listopadu od 17.00 hodin, doplněné ochutnávkou vín.

Stojí určitě za to zmínit, že se Veronika Jiráňková věnuje

malování celý život. Zlom v její kariéře nastal v roce 2018, kdy se díky výtvarnici Janě Tesařové uskutečnila velice úspěšná vernisáž. Od té doby Veronika maluje nejen pro radost, ale i na zakázku, účastní se prodejních akcí a pořádá výstavy. Navíc svou tvorbou podporovala a podporuje různé nadace jako např. Nadační Fond N v Motole, nadace Na Křídlech Motýla v Teplicích nebo Svaz tělesně postižených v Lounech. Není



proto divu, že se i v rámci vernisáže prodává vybraný obraz a jeho výtěžek bude věnován NADAČNÍMU FONDU IMPULS, který podporuje výzkum a léčbu roztroušené sklerózy.

Nadační fond IMPULS (NFI) je nezávislá nestátní nezisková organizace, která se zaměřuje na pomoc nemocným s roztroušenou sklerózou mozkomíšní. Přispívá zejména na fyzioterapii a psychoterapii, které nejsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění, věnuje se podpoře

vzdělávání a osvětové činnosti. Jako jediná nestátní nezisková organizace v EU je zřizovatelem celostátního Registru pacientů s roztroušenou sklerózou (ReMuS), jehož financování zajišťuje z vlastních zdrojů. Spolupracuje se Sekcí klinické neuroimunologie a likvorologie České neurologické společnosti ČLS JEP a řadou uznávaných odborníků a lékařů.

Nové obrazy Veroniky Jiráňkové jsou v kavárně Caffé Del Borgo trvale umístěny a můžete si je zde i koupit.

Návštěva pražské zoologické zahrady

5. října 2022



Malá účast, ale všichni zúčastnění tvrdili, že to byl prima výlet. Ve středu 5. října se malá skupina seniorů rozjela z Vestce na druhý konec Prahy. ZOO Praha se rozkládá na téměř 60 hektarech a nachází se v krásném, členitém terénu Trojské kotliny.

Největším magnetem zahrady je v současnosti Pavilon goril, novinka roku 2022. Byl otevřen 28. září a naše cesta vedla nejdříve tímto směrem. Zde jsme se najednou stali součástí africké pralesní krajiny plné vegetace a zvuků tamní přírody. Zčistajasna jsme se ocitli na kamerunském venkově a přemístili se do prostředí, které gorily ve své domovině obývají. Pro všechny nevšední zážitek.

ZOO Praha nabízí zážitky každodenně a celodenně. Najdete zde 10 pavilonů, 150 expozic, lanovku, rozhlednu, atrakce pro



děti a pro vyhládlé návštěvníky restaurace a různá občerstvení. Nestihli jsme všechny možnosti. Až na tu poslední jmenovanou. Proto tu je důvod, s kterým budou všichni souhlasit: musíme ZOO zase brzy navštívit.

SVS



PODZIM V NAŠÍ MATEŘSKÉ ŠKOLE

Drakiáda

Konečně se nám podařilo uspořádat Drakiádu, která byla v minulosti několikrát zrušena kvůli nepříznivému počasí nebo Covidu 19. Letos bylo počasí přímo ukázkové, avšak vládlo bezvětří. Pár draků se sice podařilo dostat do oblak, bohužel však pouze tehdy, když děti nebo rodiče s drakem běželi. Drakiáda tedy byla spíše ve znamení sportování s draky než jejich pouštění. Děti i tak byly spokojené, a to je pro nás to nejdůležitější.

Medové snídane

Přihlásili jsme naši mateřskou školu do projektu vypsaného Ministerstvem zemědělství nazvaného „Medové snídane 2022“. Měli jsme velkou radost, když jsme se dozvěděli, že jsme byli vybráni a můžeme se těšit na Medovou snídani pořádanou SOUV – Včelařským vzdělávacím centrem přímo u nás ve školce. Tento projekt byl zacílený na děti v povinném předškolním

vzdělávání a doplněn dětmi z Červené třídy. Přednáška dětem představila proces vzniku medu, nabídla ochutnávku medu a spoustu zajímavostí, které překvapily i naše paní učitelky.

Myslivci

Protože moc rádi chodíme na návštěvu k vesteckým myslivcům, byli jsme potěšeni, že nám to umožnili i nyní na podzim. Na tuto návštěvu jsme měli krásné počasí, tak jsme si užili nejen krásnou procházku, ale zároveň jsme se dozvěděli spoustu zajímavostí o volně žijících zvířatech. Také už víme, jak se zvířátka chystají na zimu. Děti si mohly prohlédnout různá paroží, lebky a třeba si i sáhnout na veverku. Zajímavý byl také myslivecký pes, který byl vycvičený, přesto se některé děti pejska bály, a tak byl držen od dětí trošku dál. Poslední, co děti mohly vidět, byli bažanti, kteří jsou nádherně zbarvení.

Mgr. Dita Klímová
ředitelka MŠ Vestec

Den stromů

Letos jsme si již tradičně s dětmi připomněli „Den stromů“, který se slaví každý rok 20. října. Bylo sice trochu chladné, ale slunečné počasí. Naše dopoledne jsme zahájili krátkým povídáním o stromech. O tom, jak vypadají, čím jsou pro nás lidi a zvířata užitečné. Následně děti vytvořily „živý strom“, který mával lístečky z krepového papíru do rytmu písničky „Stromy“ od Z. Svěráka a J. Uhlíře. Po skončení písničky se děti pustily do tvoření stromů

z přírodnin – šišek, kaštanů, bambusových dřívěk, listů, větvíček a dřeva. Každá třída měla své stanoviště, na kterém vyrostly krásné stromy. Děti si dopoledne užily a stromy nám zdobily školní zahradu do druhého dne. Mohli si je tak prohlédnout i rodiče, když přišli s dětmi do školky.

Dana Hrábková

paní učitelka, koordinátor EVO



Rodinné centrum Baráček

v novém kabátě

Děti jsou u nás na prvním místě, proto jsme jim prostor naší herničky ještě více přizpůsobili. Pokud jste k nám zavítali v minulém školním roce, pak nejvýraznější změnou, která vás nyní zaujme na první pohled, je **nová dětská skříňová sestava s medvědy a stromy**, do které se šikovně schovala většina hraček. Přidali jsme také nový gaučík a lavici pro **pohodlné sezení dospěláků**. Během času, kdy si děti hrají, si mohou dospěláci dopřát dobrou kávu, kterou vám rádi uvaříme v našem novém kávovaru.

Herničku můžete navštívit vždy v pondělí, ve středu a v pátek dopoledne, kdy je otevřena pro veřejnost. V ostatních dnech a časech **zde probíhají kurzy a semináře pro veřejnost**. Od září to byly např. semináře o genetické metodě čtení nebo o sourozeneckých vztazích, ve středu 23. listopadu proběhne od 9.30 h přednáška na téma Jak dítě uklidnit, když se vzteká? Přihlášky pošlejte na náš e-mail. Máte nápad na další téma? Napište nám na: rcbaracek@gmail.com.

Náš prostor je skutečně multifunkční, 12. listopadu se



herna dokonce promění na mobilní fotografický ateliér, ve kterém nafotí Veronika Březinová krásné snímky do vašich rodinných alb. Rodinné focení je každoročně velmi oblíbené. Nestihli jste se přihlásit? Nevadí, využijte nabídky jarního focení v exteriéru okolo Vesteckého rybníka. Sledujte naše webové stránky a přihlásíte se včas.





V našem pravidelném programu najdete kurzy cvičení pro děti, dospělé a letos i novinku – kurz Pilates pro ženy 55+. Na některé kurzy pro maminky s sebou můžete vzít i své malé ratolesti. Každé úterý a čtvrtek můžete využít služby **Miniškoličky**, celého dopoledne, ve kterém se děti od 22 měsíců učí trávit čas samy bez doprovodu rodičů. Program pro ně zajišťují vždy dvě kvalifikované lektorky. Pátek patří tradičně hudebnímu kroužku První krůčky k hudbě a Robátka pro děti už od 4 měsíců. Všechny sportovní a hudební kurzy probíhají v tělocvičně TJ Viktoria Vestec, hned naproti naší herně, ve které můžete po kurzu ještě chvilku posedět a popovídat si s ostatními maminkami. Více informací a pravidelný program najdete na www.rcbaracek.cz

Úspěšná burza a dvojí radost

V říjnu jsme uspořádali další ročník tradiční Burzy dětského oblečení a potřeb pro děti. Své zboží nabídlo více než 40 prodejců, krytou sportovní halu jsme tak zcela zaplnili. V nabídce bylo zejména podzimní a zimní oblečení pro děti od novorozenců po větší školáky, ale také hračky, boty, kola, kočárky, fusaky a potřeby pro miminka, i oblečení pro těhotné. Každý, kdo přišel, neodcházel jistě s prázdnou. Další burzu plánujeme zase na jaro, tak sledujte naše webové stránky nebo Facebook.



V průběhu burzy jsme také vybírali oblečení a další potřeby pro děti z dětského domova Kašperské hory, Chanovice. Díky štědrým dárcům se k dětem zase dostalo plné auto darovaných věcí. Mnohokrát vám všem děkujeme! A děkují vám i děti z tohoto dětského domova.



Dějiny obce Vestec

Květnové dny roku 1945 ve Vestci

Navazuji na minulé vyprávění, kdy pan Semerád ve svých vzpomínkách datujících se na konec války 1945 zmínil stavění barikád na komunikacích směrem ku Praze.

K tomuto tématu se vztahuje událost, která byla rovněž dramatická a vypjatá jako ta minulá. Tu prožili občané Šatalky na počátku revoluce. Týkala se hlavně sousedů, kteří bydleli v blízkosti zájezdního hostince. Hostinským byl toho času pan Štekr a právě klenuté prostory sklepa tohoto stavení posloužily k úkrytu místních, kteří se báli setrvat ve svých domech. Co je k tomu donutilo? Kolem hospody se shromáždily německé jednotky na koních, v autech a pročesávaly okolí. Cílem bylo určit partyzánské obce, dohledat partyzány. Dramatické chvíle

vyžadovaly mluvčího, který by uměl německy a s vojáky vyjednával. Bývalý poslanec Václav Mikuláš a ing. Perla se ujali této povinnosti. Šátalští si po náročném vyjednávání hluboce oddechli a s úlevou se mohli vrátit do svých domovů. Pokud jde o budování zátaras, barikád, nadšení pro věc tady bylo. Nějaké harampádí se našlo, nashromáždilo, dotlačilo k silnici. Ale na skutečnou barikádu nedošlo, od realizace se ustoupilo. Proč? Bylo tu varování.

Když budeme tuto květnovou událost chápat v širších souvislostech, tak si musíme uvědomit, že od jihu Čech postupovaly ze svého benešovského cvičiště (Lešany) k povstalecké Praze ve dvou proudech jednotky bojového svazku SS "KG Wallenstein".

Západní směřovala na Smíchov, východní mířila ke Krči a na Pankrác. Cestu a přístup ku Praze jim chtěla svými zátarasy znemožnit řada obcí (Jesenice, Šátalka). Za tento odpor se však esesáci surově, brutálně mstili.

Právě jednou z obcí jižně od Prahy, která na to doplatila, byly Psáry. Za znemožnění postupu německých kolon, za takový odpor, byli velmi tvrdě a brutálně postiženi obyvatelé této vesnice. Ti začali večer 5. května připravovat na silnicích pokácené stromy a budovat barikády. Vzhledem

k této činnosti prohlásili dorazivší esesáci obec za partyzánskou a nařídili odvléct všechny místní muže za vesnici. Třináct z nich zastřelili. Nejmladšímu bylo pouhých 16 let.

Naše dnešní vyprávění končí v době, kdy druhá světová válka v Evropě odpočítávala své poslední dny, válečná tematika bude zachována a naše příští téma se bude týkat sestřelených letadel na jaře, v dubnu 1945.

Blanka Pašková



RE/MAX G8

Prožijte klidný advent.
Starosti s vaším bydlením nechte na mně.

MARKÉTA PÁVKOVÁ

739 486 533 / marketa.pavkova@re-max.cz



Makléřka Markéta



marketa_pavkova_remax



Dýňohraní





Ano, za touto větou si stojíme. Den, kdy si nás objednáte, je pro Vaše roztoče a ostatní mikroby dnem posledním.

Dezinfikujeme a čistíme domy, byty, chaty, kanceláře, obchody, školy, hotely, nemocnice, zdravotní střediska, dopravní prostředky, apod. Zaměřujeme se zejména na matrace, sedací soupravy, koberce atd.

Za pomoci suché páry 178°C s tlakem 8 bar v kombinaci s generátorem ozonu dosahujeme 100 % účinku při čištění a dezinfekci u všech věcí, na které si vzpomenete a to zcela bez chemie. Výhodou této metody je, že po ukončení našich prací je jakýkoliv povrch suchý, čistý, zbavený škodlivých mikrobů a již za pár minut je připraven k běžnému použití. Přístroje, které používáme, mají certifikáty CE a jejich 100% účinky k likvidaci škodlivých mikroorganismů jsou ověřené dlouhodobým testováním.

www.stopmikrobum.cz

info@stopmikrobum.cz

Tel: 778 765 858

TRADIČNÍ ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU VE VESTCI



27. 11. 2022
13 - 19 hodin

*Ulice Vestecká
naproti poště*

Vánoční program:

14:00 - děti z MŠ Vestec
15:45 - Martina PÁRTLOVÁ
17:00 - Kateřina ŘÍHOVÁ
18:00 - ROZSVÍCENÍ STROMU
Sbor CACIONETA PRAGA

Dále se můžete těšit na:

*staré vánoční zvyky, vánoční koledy, dílny pro děti (13 - 16 hodin),
Ježíškovu poštu a slosování o Popelčin střevisček*

VŠICHNI JSTE SRDEČNĚ ZVÁNÍ!

Obec Vestec pořádá



vánoční materiální sbírku

PRO SPOLEK PES NEJVĚRNĚJŠÍ PŘÍTEL Z. S.

Svěřence spolku
nejvíce potěší:

- KVALITNÍ GRANULE
- HYGIENICKÉ POTŘEBY
- KONZERVY
- PAMLSKY
- HRAČKY
- SUŠENÉ MLÉKO PRO ŠTĚNATA
- ŠKRABADLA PRO KOČKY

Materiál a jídlo můžete nosit
na podatelnu obecního úřadu
do konce listopadu.

Některé granule, pamlsky, konzervy a hračky
NEJSOU VHODNÉ.

NA STRÁNKÁCH WWW.VESTEC.CZ
NAJDETE SEZNAM VHODNÝCH VÝROBKŮ.



Řešíme
ihned



777 038 001

www.gato.cz



VENKOVNÍ VNITŘNÍ

ŽALUZIE ROLETY SÍTĚ PROTI HMYZU

Hledáme pracovníky na montáže stínící techniky v Praze a okolí

Volná pracovní doba, odměna dle počtu zakázek.

Rozsah práce dohodou.

Výdělek záleží na množství namontovaných zakázek.

Vhodné i jako přivýdělek.

Práci nabízíme celoročně.

Se všemi zájemci pohovoříme.

Jedná se o jednoduché montáže, ke kterým
je potřeba pouze základní nářadí.

Zapracujeme.

Kontaktujte nás na tel.: 777 038 000 nebo e-mailem: gato@gato.cz

INTERNET RYCHLOSTÍ SVĚTLA PO CELÉ OBCI VESTEC

10 G

- ✓ Neomezená data a smlouva bez závazku
- ✓ Sledování TV v ceně vybraných tarifů



227 023 023



uvtnet.cz