

březen 2025



Vestecké listy

Parkovací zóny

Projekt
Komunitního centra

Prostor pro:
Lenku Klestilovou,
zakladatelku
a ředitelku KPŽ



KOLAUDACE
LÉTO 2025



RESIDENCE POPOVÍČKY

UZAVŘENÝ REZIDENČNÍ
KOMPLEX POUHÝCH

10 MINUT OD PRAHY



SMART HOME V SOULADU S PŘÍRODOU

- 6 pokojů na 246 m²
- 3 koupelny
- dalších 100 m² teras
- pozemek 1100 m²
- zelené střechy
- klimatizace
- tepelné čerpadlo
- možnost odpočtu DPH

INFO@RESIDENCEPOPOVICKY.CZ

www.residencepopovicky.cz

Vážení spoluobčané,

*březen, měsíc, kdy nastává
jarní rovnodennost a přichází
jaro. Astronomický začátek jara
nás čeká 20. března, což je
mimořádně také světový den
vrabců.*



Ještě před začátkem jara nás čeká setkání v BIOCEVU na téma Zelené páteře, pozvánka je na další stránce a já věřím, že zazní spousta zajímavých informací o projektu.

Téma, které nás čeká v dalších měsících jsou parkovací zóny v obci. Více informací najdete v článku, aktuálně jsou v řešení návštěvnické zóny a zhruba za rok předpokládám realizaci rezidenčních zón.

Obec také připravuje projekt komunitního centra poblíž stávajícího obecního úřadu. Podílet se na něm můžete i vy. Jak? Přečtěte si článek, co v komunitním centru plánujeme a jestli máte nějaký zajímavý nápad, tak se o něj podělte.

Lenka Klestilová a Simona Štěpánková. Dvě ženy, které se věnují něčemu, co se nebojím nazvat posláním. Jedna se věnuje především seniorům, druhá pro změnu psům. Každá svému oboru přináší neuvěřitelnou energii a já jsem hrdý na to, že obě dvě jsou nedílnou součástí Vestce.

S příchodem jara začíná v Komunitní zahradě sezóna pěstování a my se s vámi rádi potkáme v sobotu 22. 3. mezi 10. a 13. hodinou při příležitosti zahájení nové sezóny na neformální schůzce s vedením obce, kdy si budete moci popovídat na témata, která vás zajímají. A protože se tato témata v průběhu času mění, tak se se zástupcem obce budete moci potkávat v Komunitní zahradě pravidelně každou první sobotu v měsíci, vždy mezi 10. a 13. hodinou. A to až do podzimního ukončení sezóny pěstování v Komunitní zahradě.

V Komunitní zahradě pokračují také každou sobotu farmářské trhy a rádi na nich přivítáme i nové prodejce. Více informací a kontakty naleznete na stránce vestec.cz/trhy.

Užívejte si jaro a těším se na setkání s vámi právě třeba v Komunitní zahradě!

Tibor Švec, starosta obce

zveme Vás na veřejnou prezentaci

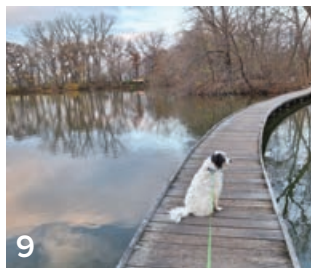
ZELENÁ PÁTEŘ

PREZENTACE NÁVRHU ÚZEMÍ ZELENÉ PÁTEŘE
A VODNÍCH POMĚRŮ V OBCI VESTEC

SETKÁNÍ
S VEDENÍM OBCE A PROJEKTANTY

11. března | 2025
18:00

BIOCEV
Průmyslová 595
Vestec | velký sál



9

6 Aktuálně

- Informace ze zasedání Zastupitelstva
- Nová elektronická úřední deska
- Zápis do ZŠ
- Poplatky za psy

10 Z obce

- Parkovací zóny
- Představení vize vestecké návsi
- Setkání spolků
- Komunitní centrum
- Pes nejvěrnější přítel



12

24 Téma

- Vědci z BIOCEV v boji proti tiché epidemii

30 Tip pěstitele

- Nejen o dešťové vodě

32 Prostor pro

- Lenku Klestilovou, ředitelku a zakladatelku společnosti Kvalitní podzim života



32

39 Senioři

- Plán akcí na rok 2025

40 Historie obce

- Kalamitní zima 1970

Vestecké listy - Kulturní a informační měsíčník obce Vestec, periodický tisk územního správního celku.

Vydání březen 2025, vyšlo 5. 3. 2025

Vydavatel: Obec Vestec, Vestecká 3, 252 50 Vestec, IČ: 00506744, pod ev. č. MK ČR E 15020

Redakce: OÚ Vestec Vestecká 3, 252 50 Vestec, tel.: 313 035 501, email: redakce@vestec.cz

Šéfredaktor: Marek Kowalewski

Redaktoři a přispěvatelé: Kateřina Haladová, Blanka Pašková, Hana Vaněčková, Lenka Kowalewski a další...

Doručováno do všech poštovních schránek obyvatel a firem v obci Vestec.

Náklad 1400 kusů. **Cena ZDARMA**

Informace ze zasedání Zastupitelstva obce Vestec

Dne 29. 1. 2025 se uskutečnilo v pořadí 13. zasedání Zastupitelstva obce Vestec v tomto volebním období. Naše zastupitelstvo na tomto zasedání mimo jiné:

- schválilo dotaci TJ Viktoria Vestec ve výši 3,9 mil. Kč na financování činnosti v roce 2025, Technické služby Dolnobřežanska, s.r.o. a nebo za prodej zbraní Obecní policie Vestec.
- schválilo dotaci Spolku vesteckých seniorů ve výši 350 tis. Kč na financování činnosti v roce 2025, **U běžných výdajů** jde např. o navýšení výdajů za provoz autobusové linky č. 326, za vybudování vsakovací jímky na komunitní zahradě, anebo za nákup nových zbraní pro Obecní policii Vestec.
- schválilo smlouvu o smlouvě budoucí kupní na část pozemku parc. č. 914/56. Jde o pozemek nutný pro přeložku vodovodního potrubí a přeložku vysokého napětí. Ze stávajícího soukromého pozemku se oddělí 813 m², přičemž cena této části pozemku činí 3,6 mil. Kč. Stávající vodovodní potrubí je na konci své životnosti a dojde k jeho nahrazení na náklady Úpravny vody Želivka, a.s., **V rámci kapitálových výdajů (investice)** jde např. o navýšení výdajů za stavbu křižovatky Vídeňská/Průmyslová vč. světelné signalizace a také za rekonstrukci povrchu části ulice Vestecká (mimo katastr obce Vestec vedle areálu vodárny), která je v našem vlastnictví.
- schválilo rozpočtové opatření, kterým se zvyšují příjmy roku 2025 o částku 3,172 mil. Kč a výdaje se zvyšují o částku 8,230 mil. Kč. **V rámci projednávaných bodů** byly zodpovězeny dotazy veřejnosti např. na rozpočty příspěvkových organizací obce, anebo na studii revitalizace návsí, která byla předmětem lednové prezentace v BIOCEVu.

V rámci schváleného rozpočtového opatření jde zejména o navýšení příjmů za vratku zápůjčky společnosti

Pokud máte zájem o podrobné informace ze zasedání Zastupitelstva obce Ves-

tec tak kompletní zápisy, audiozáznamy, usnesení, nebo detailní rozpočet (vč. rozpočtových opatření) naleznete na internetových stránkách obce, stejně jako všechny podepsané smlouvy.

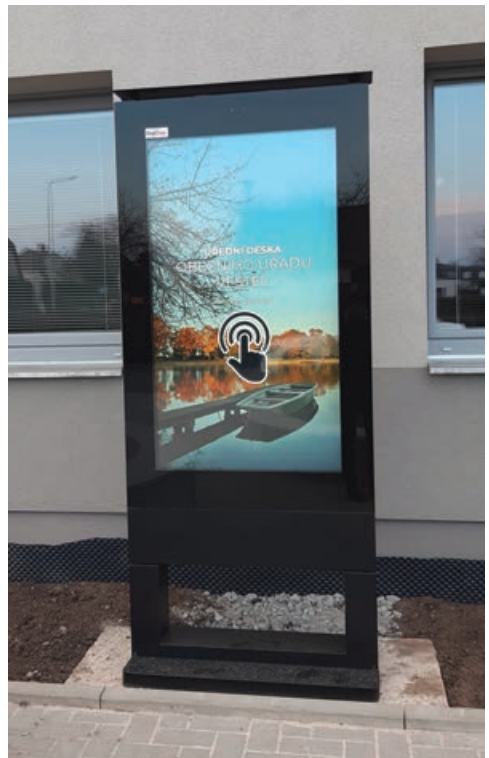
Další (mimořádné) zasedání Zastupitelstva obce Vestec se uskutečnilo dne 19. 2. 2025.

Ing. Roman Fritschka
člen Zastupitelstva obce

Nová elektronická úřední deska u Obecního úřadu

Na konci ledna byla na novém veřejném prostranství u budovy Obecního úřadu instalována elektronická úřední deska, která jednodušším způsobem přináší informace o dění v obci. Její hlavní úlohou je zobrazování povinně zveřejňovaných dokumentů na úřední desce Obecního úřadu Vestec. Kromě toho však nabízí další zajímavé informace, jako jsou aktuality z obce, přehled kulturních akcí, vyhledávání jízdních řádů nebo možnost zobrazení kompletních webových stránek obce Vestec. Samozřejmostí jsou také kontakty na úřad nebo na Obecní policii Vestec, které jsou zobrazeny v zápatí každé stránky.

Věříme, že vám nový informační panel bude dobrým pomocníkem pro sledování dění v naší obci.



Zápisy do 1. tříd pro školní rok 2025/2026

Obec Vestec má pro následující školní rok uzavřenou smlouvu o spolupráci s městskou částí Praha 11, s městskou částí Praha-Šeberov a s městem Jesenice. Všechny základní školy zřizované těmito subjekty budou přijímat vestecké žáky k povinné školní docházce ve školním roce 2025/2026.

Kritéria pro přijetí

Kritéria pro přijetí do jednotlivých základních škol si školy stanoví individuálně. Většinou ale platí, že přednost mají děti ze spádových oblastí dané školy, poté budou přijímány děti s adresou trvalého pobytu ve Vestci a teprve poté zájemci z jiných oblastí. O přijetí rozhoduje ředitel školy ve správním řízení nejpozději během 30 dnů od zápisu.

Pro školní rok 2025/2026 se k zápisu dostaví děti, které 31. 8. 2025 dovrší

šest let věku, děti po odkladu školní docházky, nešestileté děti za splnění zákonem daných kritérií.

Termíny zápisu - duben 2025

Zápisy pro školní rok 2025/2026 budou ve školách zřizovaných městskou částí Praha 11 probíhat v termínu **9. - 10. 4. 2025**. Některé školy umožňují generovat si přihlášku a zároveň se registrovat k zápisu na konkrétní čas prostřednictvím stránky <https://zapisdozs-praha11.praha.eu/>. Stránka bude spuštěna 1. 4. 2025.

Obec Vestec zajišťuje školní autobus (ranní a odpolední spoj) k ZŠ Campanus pro žáky 1. - 2. tříd.

Zápis v **ZŠ a ZUŠ Jesenice** bude probíhat v termínu **13. - 14. 4. 2025 bez přítomnosti dětí** s možností registrace na webu školy od 31. 3. do 4. 4. 2025.

ŠKOLY na území MČ Praha 11, se kterými měla obec Vestec již uzavřené dílčí smlouvy o spolupráci	webové stránky školy	Generování žádostí na https://zapisdozs-praha11.praha.eu/
ZŠ Campanus	www.campanus.cz	ano
ZŠ Ke Kateřinkám	www.zskaterinky.cz	ano
ZŠ Mikulova	www.zsmikulova.cz	ano
ZŠ Donovalská	www.donovalskazs.cz	ne, vlastní systém
ZŠ Květnového vítězství 1554	www.kvetnak.cz	ne, vlastní systém
ZŠ a MŠ Chodov	https://zskv.cz/	ne, vlastní systém

Zápis v **ZŠ Zdiměřice** bude probíhat také v **dubnu**, přesný termín ale nebyl v době uzávěrky příspěvku znám, sledujte proto webovou stránku školy.

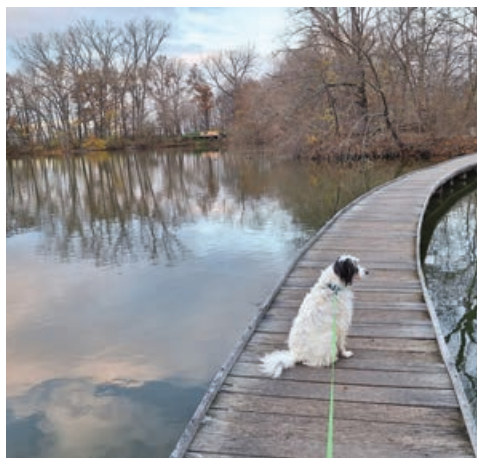
ŠKOLY na území města Jesenice	webové stránky školy	Termín zápisu	Přihlašování k zápisu předem
ZŠ a ZUŠ Jesenice	https://jesenickaskola.cz	14. -15. 4. 2025	ano, 31. 3. -4. 4. 2025
ZŠ Zdiměřice	www.skolazdimerice.cz	zatím není znám	ano

Zápis v **ZŠ Šeberov** bude probíhat ve dnech **22. - 23. 4. 2025** s možností se předem nezávazně registrovat na stránkách školy.

ŠKOLA na území Šeberova	webové stránky školy	Termín zápisu	Přihlašování k zápisu předem
ZŠ a MŠ Šeberov	https://zsseberov.cz	22. -23. 4. 2025	ano

Máte zaplacené poplatky za psa?

Poplatek za psy je splatný k 31. 3. 2025, platit lze převodem na účet obce nebo v hotovosti v podatelně. Ohlašovací povinnost platí pro každého psa staršího 3 měsíců. Neuhrazení poplatku v řádném termínu je důvodem pro nepřiznání nároku na Příspěvek na bydlení, který obec Vestec vyplácí svým občanům na základě podané žádosti. Držitelé pejska převzatého z vesteckého spolku PES nejvěrnější přítel, jsou od platby poplatku osvobozeni po dobu 2 let.



Parkování v obci – problém, který je potřeba řešit

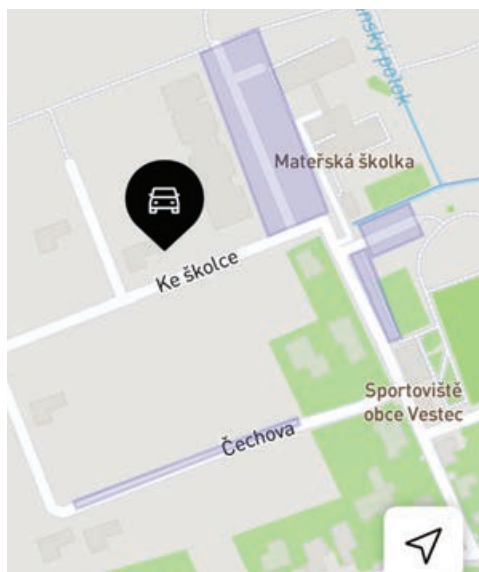
Automobil je běžnou součástí našeho života a zatímco v roce 1992 připadal jeden osobní vůz na 4 obyvatele, dnes už na jeden osobní vůz stačí 1,75 obyvatele. To je ale celostátní statistika, v Praze a obcích v blízkém okolí se číslo dostává na 1,25 obyvatele na jeden automobil.

K tomu je potřeba připočítat atraktivitu Vestce, ať už se to týká návštěvníků volnočasového areálu u rybníka, fotbalového hřiště, anebo problém s dlouhodobě odstavenými vozidly. S tím, jak se rozšiřují placené zóny v Praze, přibývá poptávka po parkování v obcích těsně za hranicích Prahy a ani Vestec v tomto není výjimkou. Obec tak slouží k parkování těm, kteří dojíždí do Prahy a z Vestce je pro ně lepší dostupnost veřejnou hromadnou dopravou.

To vede k potřebě řešit parkování pro stále větší počet vozidel, ale veřejný prostor má své limity a posláním obce není zajištění parkování pro každého.

Plánovaná regulace parkování

Cílem plánovaných zón placeného stání je především zlepšení dostupnosti rezidenčního parkování v obytných



Zdroj: easypark.com

částech obce. Protože je to systém komplexní, je potřeba jej rozdělit na dvě fáze, kdy v první fázi budou řešeny návštěvnické zóny, ve druhé fázi rezidenční zóny. Celý projekt parkovacích zón bude veřejně představen.

System návštěvnických zón

V průběhu následujících měsíců je plánováno spuštění návštěvnických zón, které budou v ulicích Čechova, U Hřiště, Ke Školce a v ulici Vestecká před areálem Tradimexu. V těchto zónách bude možné parkovat za stanovený poplatek na omezenou dobu, v nočních hodinách bude možné parkování v těchto zónách bez omezení. **Pro úhradu poplatku bude možné využít výhradně aplikaci EasyPark.**

System rezidenčních zón

V návaznosti na zprovoznění návštěvnických zón dojde pravděpodobně

v horizontu 12 měsíců ke zprovoznění systému rezidenčního parkování. System by měl být nastaven tak, aby poskytoval možnost zvýhodněného parkování rezidentům, tedy těm, kteří mají v obci trvalý pobyt. Lokality aktuálně nejsou ještě přesně stanoveny, ale předpokládá se využití především tam, kde převažuje zástavba bytovými domy. Cílem je poskytnout občanům možnost jednoduché registrace tak, aby nebyla nutná osobní návštěva úřadu, ale bylo jí možné udělat z pohodlí domova. System by měl být nastaven tak, jak funguje například v Praze, tedy bez vydávání karet, registrací RZ do systému a automatizovaným dohledem jak nad rezidenčním, tak návštěvnickým stáním.

INZERCE

VENKOVNÍ ROLETY A ŽALUZIE

s montáží pro BD a SVJ



Venkovní žaluzie



Venkovní rolety

Výběr z realizovaných zakázek s výborem pověstí:

- SVJ Pšenčíkova (cca 80 ks venkovních rolet)
- BD U Nás Neratovice (cca 140 ks venkovních rolet)
- Poliklinika Budějovická (cca 150 ks venkovních žaluzií)

V případě výhodnější nabídky od konkurence s Vámi rádi probereme další možnosti. Poskytujeme množstevní slevy!

Výhody objednávky od GATO s.r.o.

- Snižování nákladů** na vytápění
- Ochrana před přehřátím** interiéru v letních měsících
- Kvalitní komponenty** v základní ceně
- Termín dodávky a způsob platby** dohodou



GATO®

UDĚLÁME ZA VÁS

Kontaktujte nás!

www.gato.cz 

gato@gato.cz 

777 038 001 

GATO s.r.o. 

Jihlavská 611
Praha 4

Představení vize Vestecké návsi

BIOCEV 28. 1. 2025

Ve velkém sále BIOCEVu proběhlo 28. ledna zajímavé setkání občanů s vedením obce, na kterém tým pod vedením doc. Ing. Kláry Salzmanna Ph.D. představil vizi, jak by měla v budoucnu vypadat vestecká náves. Setkání zahájil starosta Tibor Švec, který v závěru odpovídal na dotazy. Klára Salzmanna představila členy týmu a uvedla, že návrh vize pro vesteckou náves vznikl po diskuzi s vedením obce a zabýval se prostorem vymezeným křížením ulic Vestecká x Na Průhoně a křížením ulic Vestecká x K Jahodárně, a také prostorem vedle pošty před novou radnicí. Jde o vizi, proto zde nejsou uvedeny postupy ani termíny realizace. Pro Vestecké listy jsme vybrali některé zajímavosti.

Vizi vestecké návsi představila Ing. Lucie Breuerová, která v úvodu vyjmenovala klady i zápory daného prostoru tak, jak je ukázaly analýzy provedené před zahájením studie. Ke kladům patří například vzrostlé dřeviny, historické fragmenty, dobrá prostupnost i napojení na autobusovou dopravu, k záporům zase hlavně absence centra návsi, vizuální roztržitost, nesjednocený styl výstavby i mobiliáře, ale také to, že živé ploty tvoří nepřehledná zákoutí, chybí květinové patro a trávničky nejsou v dobrém stavu. Z analýz vyplynuly také hlavní příležitosti, jakými jsou vytvoření centra obce, sjednocení prostoru návsi (mobiliář, povrchy, vegetace) a práce s dešťovou vodou a vegetací.





Střed návsi

Ve vizualizaci středu návsi zaujme optické propojení obou stran a vytvoření centra návsi, kde bude plocha vydlážděna žulovými kostkami, akcentován zde bude památník a zvonička. Prostor doplní trvalkové výsadby a sjednocený mobiliář včetně laviček. Ke zklidnění dopravy pomůže posunutí autobusové zastávky, která je teď před kavárnou, k obecní pumpě. Tak se centrální prostor uvolní pro pobyt u kavárny nebo naproti pod stromy u památníku.

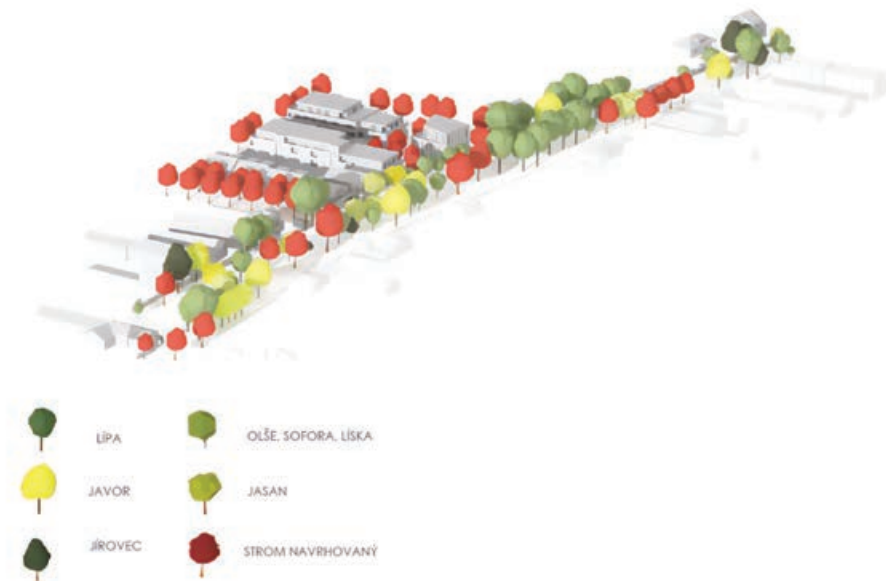


Prostor u nového obecního úřadu

Centrální část návsi bude přirozeně propojena s malým náměstím u nového obecního úřadu, kde vznikne místo pro řadu obecních aktivit. Pod soliterním velkým stromem bude kašna ve stylu vodního zrcadla s přetékající vodou po okrajích a pod hlavním stromem velká vyvýšená lavice.

Dle vizualizace budou podél silnice zachovány lípy a v celém prostoru budou ke stávajícím vzrostlým jasanům, javo-





rům a dalším, vysazeny nové stromy (vyznačené červeně), na mnoha místech je doplní trvalková výsadba.

Více zeleně, trvalek a dešťové záhony

V ulici U Hrubých také přibudou stromy a trvalková výsadba, mezi parkovacími místy pak také dešťové záhony, lepší však dešťové vody umožní větší spáry mezi dlaždicemi. Více pamatuje i na plochu před Tradimexem a na křižovatku U Klimešů tak, aby byl zřejmý vstup do prostoru návsi. I tady přibudou hlavně zelené plochy a trvalkové záhony. Obdobně jako u stávající zastávky U Klimešů, kde se prostor přirozeně propojí s obchůdkem s dětskou obuví naproti.

Jak uvedla při své prezentaci vize návsi Lucie Breuerová, studie sledovala hlavně tyto cíle: návrh hospodaření s dešťo-

vou vodou, návrh systému komunikací, zpevněných povrchů a nezpevněných ploch, návrh vegetačních úprav a umístění mobiliáře, který by také měl být sjednocen.



Na kus řeči s kulturní komisí a představiteli obce

Členky kulturní komise iniciovaly a uspořádaly setkání vesteckých spolků a organizací, které se podílí na komunitním a kulturním životě v obci. Setkání se zúčastnili i zástupci vedení obce a to starosta Tibor Švec a místostarosta René Tůma.

Cíl setkání byl jasný – seznámit se mezi sebou, představit si vzájemně kulturní akce na rok 2025 a domluvit se na vzájemné spolupráci. Mimo to využilo vedení obce této příležitosti k představení

návrhu plánovaného komunitního centra, které během krátké doby ve Vestci vyroste.

Celé setkání se neslo v příjemné přátelské atmosféře. Vedení obce poděkovalo spolkům i kulturní komisi za jejich práci pro naši komunitu občanů od malých po dospělé.

A jaké spolky a organizace ve Vestci fungují a byly na schůzce?

Mateřská škola, fotbalisté, dobrovolní hasiči, rybáři, pejskaři, rodinné centrum Baráček, chovatelé i zástupci komunitní zahrady.

Všem zúčastněným děkujeme za jejich čas a zájem se podílet na akcích u nás v obci.



Představujeme projekt Komunitního centra

Obec Vestec podnikla další důležitý krok k rozvoji a posílení komunitního života v obci. V širším centru Vestce byl zakoupen pozemek o výměře 2 825 m², na kterém vyrostě moderní Komunitní centrum.

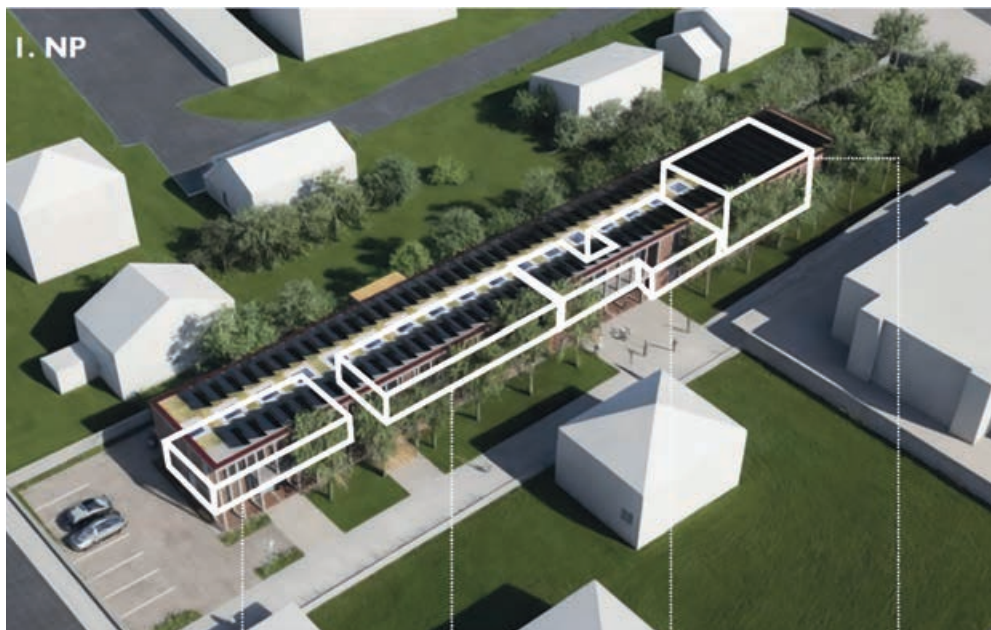
Obec Vestec tak reaguje na potřebu občanů vytvořit nekomerční prostory, které by mohly využívat neziskové organizace, spolky nebo zájmové skupiny občanů s různými potřebami, ale například i lékaři.

Co komunitní centrum nabídne?

Plánovaná novostavba bude víceúčelová a nabídne širokou škálu prostor pro různorodé aktivity. Mezi hlavní prvky návrhu patří:

- **společenský sál** s kapacitou minimálně 100 osob – vhodný pro konference, kulturní akce, besedy či rodinné oslavy,
- **ordinace lékaře** – dvě ordinace a sesterna pro zajištění zdravotní péče,
- **zázemí pro místní spolky** – prostory pro setkávání, organizaci akcí a komunitní činnost,





- **keramicko-výtvarný ateliér** – místo pro kreativní využití nejen dětí, ale i dospělých,
- **klubovna** – určená pro zájmové kroužky, neformální setkávání či relaxaci.

Ekologický a flexibilní přístup

Koncept Komunitního centra je přizpůsoben charakteru úzkého pozemku a inspiruje se původním podélným řešením venkovských staveb, které mají vždy více bočních vstupů do objektu. Proto je stavba rozdělena do tří úseků o výšce dvou pater, které postupně přecházejí do současného ovocného sadu, jež bude ovšem také revitalizo-

ván. Režná fasáda celého objektu je inspirována plánovanou novostavbou obecního úřadu a celý objekt bude splňovat požadavky evropské směrnice na „budovy s nulovými emisemi“. Moderní architektonické a technologické řešení bude respektovat zásady udržitelnosti a energetické úspornosti. Budova bude navržena tak, aby umožňovala flexibilní změny v budoucnosti podle potřeb obce a jejích obyvatel.

Přínos pro obec

Vybudování komunitního centra představuje významnou investici do rozvoje Vestce. Cílem je vytvořit prostor, který bude sloužit nejen současným obyvatelům, ale i dalším generacím. Bude

to místo setkávání, vzdělávání, kultury a zdravotní péče – zkrátka srdce komunitního života Vestce.

O dalším postupu v přípravě projektu vás budeme pravidelně informovat. **Máte-li podněty nebo přání ohledně využití budoucího komunitního centra, napište nám na e-mail: kultura@vestec.cz. Na vaše náměty se těšíme do konce března 2025.**

Společně tvoříme Vestec ještě
lepšími místem k životu!



Neziskovka Pes nejměnnější přítel, z.s., působí ve Vestci

Věděli jste, že ve vaší obci sídlí spolek, který před lety založila žena, která tenkrát o pomoci psů nevěděla téměř nic a dnes už je to více než 1500 psů a koček, kterým s ostatními dobrovolníky pomohla?

Ano, je to již 10 let, kdy se paní Simona Štěpánková vydala poprvé zachraňovat. Tenkrát sama zorganizovala sbírku pro psy pana Budiga a se zakládajícím členem panem Jančíkem se vydala na první pomoc na Moravu.

Sama na tuto cestu stále vzpomíná a říká: „Byla to moje první cesta na pomoc psům. Když jsme na místě viděli nekonečnou smečku psů a podmínky, ve kterých žijí, bylo mi ouzko. Teh-

dy jsem věřila, že můžeme pejskům pomoci, že je Budig daruje a my jim pomůžeme k lepšímu životu. Při první návštěvě jsme hned odvezli štěně Sheilu, která byla v té smečce hodně nejistá a já cítila, že potřebuje pomoc hned. Postupně jsme s pomocí úžasných lidí, odvezli několik desítek psů. Po nějaké době však pan Budig přestal komunikovat a další psy nám odmítl vydat. Je jasné, že nemůžeme vždy pomoci všem, přesto jsem do-

dnes moc ráda, že jsme pomohli alespoň některým z této smečky.“

Samotné založení spolku na sebe nenechalo dlouho čekat, protože bylo jasné, že pokud chce opravdu pomáhat, a to ona chtěla, musí se té pomoci dát řád, smysl a cíl a hlavně, potřebuje stejně nebo alespoň z půlky zapálené lidi, kteří obětují svůj volný čas, pohodlí a nervy těm, kteří si sami pomoci nemohou.

Spolek Pes nejměnější přítel, z.s. je nezisková organizace, která byla založená 23. 3. 2015 na bázi dobrovolné činnosti. Začínali jsme jako menší parta bláznivých a zapálených pejskařů, která se snaží pomáhat všem pejskům, kteří potřebují pomoc. Postupně se

k nám přidala spousta úžasných lidí a vytvořil se tým motivovaných lidí. Jako spolek zachraňujeme týrané, odložené, staré a nemocné pejsky (ale také kočičky). Zabezpečujeme jim veterinární péči a kvalitní krmení. Poskytujeme pejskům dočasný domov, dokud jim společnými silami nenajdeme nový vhodný domov.

Spolek funguje formou dočasných péčí. Starají se o ně dobrovolníci, tzv. Dočaskáři, doma v rodinách. Díky tomu víme o daném svěřenci více informací, jsme schopni se každému psu věnovat individuálně a lépe jej připravit pro adopci do nové rodiny. Psi, kteří projdou spolkem, jsou před adoptí vřdy čipování, očkování, ošetření proti vněj-





ším a vnitřním parazitům, veterinárně ošetření a pokud to jejich zdravotní stav dovoluje, tak i kastrování. Zájemcům nic netajíme, jednáme s nimi na rovinu a veškeré možné neduhy, které mohl dočaskář za dobu péče o pejska upozorovat, zájemci sdělujeme. Po telefonické domluvě následuje nezávazná návštěva zájemce u dočaskáře, kde má možnost pejska vidět naživo. Toto jednání vede k tomu, že zájemce daného pejska před adoptací opravdu pozná, vidí jeho klady a zápory a je reálně schopen posoudit, zda je daný pejsek pro něj vhodný. Totéž posuzujeme i my, jako spolek **formou předadopční kontroly**, která probíhá před adoptací v budoucím domově našeho svěřence. Nevybíráme majitele podle toho, kdo se první přihlásí, ale podle toho, jak je daný domov pro pejska vhodný.

Díky našim postupům se podařilo za dobu fungování spolku pomoci již přes 1500 zvířatům, převážně pejskům, ale máme ve svých řadách i pár kočiček a jednoho zakrslého králíčka.

Přemýšleli jste již někdy jak a kde si svého parťáka pořídíte?

Možností, jak si pořídit pejska, nebo i kočičku, je hned několik, můžete si pejska koupit na inzerát, dostat od sousedů, oslovit chovatelskou stanici nebo je zde možnost si pejska **adoptovat**. Adoptací nepomůžete jen jednomu zvířeti, ale hned několika. Proč? Důvod je jasný. Vyberete si pejska, kterému změníte život, uvolníte místo pro dalšího pejska, který čeká na záchranu a v neposlední řadě nepodpoříte jeden z nejvíce špinavých businessů v ČR a to obchod s namnoženými psy.

O koho spolek Pes nejměrnější přítel z.s. pečuje?

Kromě pejsků, kteří hledají, nebo budou hledat domov (těch bývá průměrně k 50) u nás najdete rovněž pejsky, které můžete **adoptovat virtuálně**. Jedná se o pejsky, kteří jsou v trvalé péči spolku, těmto pejskům jsme našli doživotní dočasnou péči, spolek nadále hradí

náklady související s daným pejskem, ať již veteriny, krmení, různé veterinární preparáty na podporu organismu, potřeby pro běžný život. Takových pejsků naleznete u nás momentálně 16.

Působíme a snažíme se pomáhat po celé ČR, specializujeme se na pejsky, i když momentálně můžete najít pod spolkem i pár kočiček, kteří potřebují pomoci. Obecně platí, že pokud máme vhodnou dočasku, tak můžeme pomoci. Kolikrát je nutné pejska přepravit do dočasného domova, takže zajišťujeme převoz buď po vlastní ose, nebo hledáme dobrovolníka, který by byl ochoten pejska do dočasné péče převézt, jelikož původní majitelé buď nejsou schopni nebo dokonce ani ochotni toto poslední pro svého parťáka udělat.

Bez dočaskářů nemůžeme fungovat, protože pak není možné pejska nikam přijmout. **Pro tyto případy budujeme ve Všetatech na Rakovnicku Azyl PNP**, kde budou pro pejsky vnitřní a venkovní prostory. Pak budeme schopni přijmout i pejska, pro kterého zatím není dočaska volná, ale on potřebuje pomoc okamžitě. Více o našem budoucím Azylu najdete na www.azylpnp.cz.

Jaké psy u nás najdete?

Malé, velké, mladé, staré. Dostávají se k nám pejsci, kteří z nějakého důvodu přichází o svůj domov, nebo ho nikdy

neměli, pejsci z množření, psi z nezvládnutého chovu, psi milovaní a i takoví, kteří nikdy nepoznali pohlázení, zájem a lásku člověka. Máme za sebou i několik kauz, kdy byl nutný hromadný příjem například 50 a více psů nebo i případy, kdy byli psi zabaveni úřady a čeká se roky na rozsudek, který nabyde právní moci, a tito chudáci budou úředně volní pro adopci.

Všichni tito psi mají něco společného, jsou v nesnázích a potřebují pomoc. Potřebují teplo, péči, kvalitní stravu, veterinární péči a zažít pocit, že někomu na nich záleží.

Toto vše však něco stojí.
Kde získáváme finance?





Jsme nezisková organizace, která na svou činnost nepobírá žádné dotace, **fungujeme jen díky finanční podpoře jednotlivých dárců.** Mimo jiné, se snažíme získat finance například pořádáním aukcí na Facebooku. Jedná se o aukci věcných darů nebo např. poukázek na služby, které nám opět darují jednotliví dárci nebo firmy, které se rozhodnou naši činnost takto podpořit.

Podpořit naše svěřence můžete také **nákupem v našem charitativním obchůdku,** který má rovněž svůj e-shop. Veškerý výtěžek z prodeje je využíván na úhradu veterinární péče a krmení našich svěřenců. Na stránce www.obchod.pesnejvernejsipritel.cz najdete drobnosti pro pejsky i pro páničky.

Náš spolek má povolení k **veřejné sbírce** v rámci České republiky.

Finance se opravdu snažíme shánět, kde se dá, jelikož měsíční náklady na

veterinární péči, krmení a různé potřeby pro naše svěřence přesahují v průměru částky 200.000 Kč měsíčně.

Ptáte se, jak byste mohli pomoci vy? Možností je hned několik.

Adopce - Dejte domov a vraťte někomu pejskovi víru v člověka.

Dočasná péče - Nemůžete si pejska přímo adoptovat, ale stále přemýšlíte nad tím, jak pomoci pejskům v nouzi? Obrovskou pomocí pro pejska, který byl týraný nebo odložený, či mu bylo jinak ublíženo, je právě dočasná péče. Dočasná péče znamená poskytnout zvířeti **domov na přechodnou dobu,** než najde novou rodinu. Vy pejskovi zabezpečíte dočasný domov a my pro pejska zabezpečíme ten zbytek – veterinární péči, krmivo a vybavení.

Zamyslete se, jestli byste nemohli udělat jeden psí život krásnější. Pokud ano, tak nás neváhejte kontaktovat

na telefonním čísle **608 203 741** nebo emailem na docasky.pnp@seznam.cz.

Finanční a materiální pomoc - Ne každý si může dovolit mít pejska doma, ale rád by pomáhal. Naši pejsci potřebují veterinární péči, čipy, krmivo, obojky, hračky a mnoho dalších věcí, které s provozem spolku souvisejí. Svůj příspěvek můžete posílat jednorázově nebo pravidelně na náš **transparentní účet číslo 222666000 / 2010**. Dále nás můžete podpořit prostřednictvím dárcovské DMS ve tvaru DMS PNP 30, DMS PNP 60, DMS PNP 90, DMS PNP 190 na telefonní číslo 87 777. Cena DMS je 30 Kč, 60 Kč, 90 Kč nebo 190 Kč (naš spolek z každé zaslané DMS obdrží 29 Kč, 59 Kč, 89 Kč nebo 189 Kč.) A všechny příspěvky si můžete odečíst z daní.

V případě, že byste nám chtěli pomoci materiálně (krmivo, antiparazitika, obojky, vodítka, hračky, **kontaktujte nás na e-mailu: pesnejvernejsipritel@seznam.cz nebo na čísle: 775 203 832** a adresu pro doručení Vám rádi sdělíme.

Dále hledáme **nová místa, kam bychom mohli umísťovat kasičky v rámci veřejné sbírky**. Pokud tedy máte vhodné, veřejně přístupné místo např. v obchodě, recepci či kadeřnictví, prosím neváhejte nás kdykoliv kontaktovat. S velkou radostí Vám kasičku s veškerými podklady zašleme.

Dobrovolnická činnost - Dobrovolníkem se může stát každý z vás. Stačí mít chuť pomáhat a pustit se do toho. Práci pro spolek vykonávají jenom dobrovolníci ve svém volném čase bez nároku na odměnu. Rozhodnutí stát se dobrovolníkem je rozhodnutí změnit svůj životní styl. Práce pro spolek je skutečně velice náročná jak na čas, tak na zodpovědnost na jednotlivé lidi kladenou. Proto se dobře rozmyslete, jakým způsobem můžete pomáhat, aby Vás to neomezovalo a abyste byli schopni dodržet vše, co slíbíte.

Možná nemůžete změnit celý svět, ale celý svět několika pejskům – určitě.

Pokud se chcete dozvědět více informací o dobrovolnictví ve spolku Pes nejvěrnější přítel z.s., neváhejte nás kontaktovat, podrobnosti se rovněž dočtete na našich webových stránkách: www.pesnejvernejsipritel.cz

Děkujeme všem, kteří se rozhodnou jakkoliv pomáhat, jelikož pejsků, kteří potřebují pomoc, je stále více než těch, kteří jsou ochotni pomáhat.

Závěrem nám dovoluňte jeden krásný citát z knihy Malý princ autora Antoine de Saint Exupery:

„Stáváš se navždy zodpovědným za to, cos k sobě připoutal,“ pochopila to liška a pochopil to letec, chápeme to rovněž my, a proto děláme to, co děláme.

Vědci z BIOCEV v boji proti tiché epidemii

Celosvětově dochází k nárůstu výskytu neurodegenerativních chorob. Podle odborníků z Národního ústavu pro neurologický výzkum (NEURIN) postihne mozkové onemocnění každého třetího člověka. Do roku 2035 se počet lidí s demencí zdvojnásobí. Zdravotní a ekonomický dopad na společnost bude enormní. Hovoří se o tiché epidemii.



Laboratoř medicínální chemie v centru BIOCEV

K řešení problému vznikl v roce 2023 Národní institut pro neurologický výzkum (NEURIN). Výzkumná platforma propojující excelentní neurologické týmy z předních vědeckých institucí v ČR, včetně vesteckého centra BIOCEV v regionu STAR.

Cílem NEURIN je podpořit výzkum neurologických onemocnění a propojovat poznatky výzkumných týmů z různých disciplín tak, aby mohly vzniknout nové pokroky v léčbě a diagnos-

tice zákeřných mozkových chorob. A tím i zlepšovat kvalitu života pacientů, například s Parkinsonovou chorobou nebo demencí.

Kouzelný mlýnek

Vědci z BIOCEV v čele s docentem Milanem Jakubkem vyvinuli a v roce 2023 patentovali unikátní inhalační formu léčiva s účinnou látkou bazedoxifen.



doc. Ing. Milan Jakubek, Ph.D.

Tato látka, která blokuje interleukin-6, bílkovinu zapojenou do imunitní reakce a zánětu, byla v období pandemie zkoumána k léčbě těžkých průběhů COVID-19. Vykazuje ale také vlastnosti, které by mohly být užitečné při léčbě neurodegenerativních onemocnění, jako jsou Alzheimerova a Parkinsonova choroba.

Milana Jakubka jsme se zeptali, jak se jeho výzkumná skupina zapojuje do projektu NEURIN?

V rámci NEURIN studujeme nové možnosti úprav léčiv, které by mohly efektivněji cílit na centrální nervový systém. Tyto modifikace si můžete představit tak, že se snažíme najít vhodné kombinace různých bioaktivních látek a jejich spojením do specifických struktur vytvořit takové systémy, které mají novou přidanou hodnotu či jsou schopny lépe a efektivněji působit tam, kde potřebujeme.

K těmto úpravám využíváme moderní nanotechnologické přístupy, včetně zajímavé technologie tzv. nanomletí, které si můžete představit jako mletí látek pomocí specifických mlecích kuliček.



V roce 2022 jste vy a vaši kolegové zaznamenali velký úspěch v oblasti výzkumu nových léčebných přípravků proti COVID-19, již tehdy bylo jasné, že vámi patentovaný lék s účinnou látkou bazedoxifen by mohl být účinný i proti některým neurologickým onemocněním?

V současné době stále probíhají klinické testy zaměřené na respirační onemocnění. V našich laboratořích však s kolegy pokračujeme v hledání dalšího potenciálu v oblasti právě neurologických onemocnění. Výsledky jsou velmi zajímavé a věřím, že do budoucna i přínosné.

Jak se od této doby věda posunula?

V současné době se nám podařilo získat nové technologie a díky nim rozšířit možnosti preklinického testování.

Věnuje se vaše laboratoř nějakému projektu v této oblasti?

Díky zázemí a podpoře projektu NEURIN jsme se mohli zapojit do evropského konsorcia, v rámci kterého nyní vyvíjíme novou generaci léčiv pro neuro-onkologické aplikace.

Děkujeme a přejeme mnoho vědeckých úspěchů!

NEURIN se nezaměřuje pouze na výzkum, ale také na vzdělávání a sociální podporu nemocných. Projekt pořádá pravidelné přednášky a workshopy pro veřejnost, kde odborníci vysvětlují, jak neurologická onemocnění fungují a jak jim lze předcházet.

Brněnská triatlonistka vybojovala přes půl milionu na výzkum Alzheimerovy a Parkinsonovy choroby



Iva Horčicová na mistrovství světa v triatlonu



Iva Horčicová podepisuje šek na podporu výzkumu Alzheimerovy a Parkinsonovy choroby

V pondělí 27. ledna 2025 převzali vědci z NEURIN ve Fakultní nemocnici Sv. Anny v Brně šek v hodnotě 581 000 Kč. Významnou částku se podařilo získat díky veřejné sbírce brněnské závodnice v triatlonu Ivě Horčicové a daru od Nadace Karel Komárek Family Foundation.

„Můj dědeček trpěl Alzheimerovou chorobou. Moje babička v současnosti bojuje s Parkinsonovou nemocí. Sledovat jejich boj je jednou z nejtěžších zkušeností mého života,“ říká Iva Horčicová, neúnavná propagátorka aktivního životního stylu.

Svou vášeň pro sport se rozhodla spojit s dobročinností – přihlásila se na

mistrovství světa v triatlonu a vybrala 280 000 Kč.

Její čin zaujal také Nadaci Karla Komárka, která podobné projekty dlouhodobě podporuje. Na výzkum neurodegenerativních chorob přispěla nadace 300 000 Kč.

Mobilní aplikace jako nástroj pro včasnou diagnostiku

Jedna z vědeckých skupin NEURIN, ke kterým poputuje výdělek ze sbírky brněnské triatlonistky, je tým docenta Jana Rusze z Elektrotechnické fakulty

na Českém vysokém učení technickém (FEL ČVUT).

Experti se snaží včasnou diagnostiku onemocnění, jako je například Parkinsonova nemoc, podpořit vývojem mobilní aplikace, která by byla schopná z hovoru rozpoznat změny v hlase typické pro tuto chorobu.

Přestože je Parkinsonova nemoc druhým nejčastějším neurodegenerativním onemocněním v České republice, je většinou diagnostikována až několik let po jejím začátku.

Software, který vyvíjejí vědci z FEL ČVUT a NEURIN, by tak mohl významně napomoci odhalit prvotní příznaky onemocnění, které jsou rozpoznatelné z mluveného projevu. Typickou změnou v řeči je například tišší nebo monotónnější projev, nebo větší prodlevy mezi větami, které je aplikace schopná spolehlivě odhalit.

„Včasná diagnostika onemocnění je u Parkinsonovy nemoci naprosto zásadní. Z našeho dosavadního výzkumu vyplynulo, že ke správnému vyhodnocení stačí, aby člověk volal přibližně 18 minut, což odpovídá například devíti krátkým hovorům s přáteli nebo rodinou,“ vysvětluje Jan Rusz.

Vize českého vědeckého týmu je taková, že za několik let by mohla existovat aplikace do mobilního telefonu, která by dlouhodobě v reálném čase vyhodnocovala telefonáty uživatele a mohla tak včas informovat o případných změnách.

„Darované finance využijeme na další rozvoj aplikace. Především v různých typech mobilních zařízení a také analýzu řeči v dalších jazycích. Díky iniciativě Ily Horčicové dokážeme urychlit vývoj softwaru až o půl roku,“ doplňuje Jan Rusz.

Text a foto: BIOCEV / NEURIN

Špičkové vědecké týmy z ČR zahájily výzkum podporovaný Národním plánem obnovy

Po pandemii COVID19 vyčlenila Evropská unie fond na oživení a zvýšení odolnosti členských států. Finanční prostředky směřovaly do vzdělávání, energetiky, sociální péče, ale také vědy a výzkumu. Mimo jiné i velkých výzkumných projektů v oblasti zdravotnictví. Například výzkum protinádorových léčiv, prevenci a léčbu infekčních onemocnění a také oblast neurovědy, resp. na problematiku neurodegenerativních a dalších typů neurologických onemocnění.

Milujeme sport, naučíme ho milovat i Vaše dítě.



Alena Bukowski, dcera Nela 10 let, ve FŠ od roku 2021.

S přístupem trenérů i organizací ve FŠ jsem za dobu 4 let maximálně spokojena. Vždy bezchybná organizace, zdravé prostředí i osobní a empatický přístup k dětem. Jsem velmi ráda, že trenér Hubínek připravil Nelinku pro tak velký klub jako je AC Sparta Praha i zařídil přes agenta, co měl na starosti i Patrika Schicka i její přestup. Velké poděkování!

Renata Vostrá, syn Adam 9 let, ve FŠ od roku 2022

Áda se zúčastňoval individuálních soustředění již od svých 6 let, díky perfektní organizaci a osobnímu přístupu trenéra Hubínka jsem neměla nikdy o něj strach a to přesto, že s trenérem absolvoval náročné výlety po Jizerských horách v létě na horském kole a v zimě na běžkách. Díky této přípravě je z něj teď výborný sportovec, fotbal miluje a také se v něm prosazuje, střílí góly a dělá mi jenom radost!

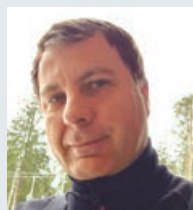


Anna Rylichová, syn Honzik, 6 let, ve FŠ od roku 2024.

FŠ Zdiměřice jsme si našli na webu a nelitujeme. Líbí se nám, že zde nedělají jenom fotbal, ale rozvíjejí děti komplexně i v jiných sportech. Teď byl Honzík v zimě na soustředění v Jizerských horách poprvé a nejenom, že se naučil jezdit na běžkách, ale vrátil se tak nadšený, že se hned ptal, kdy bude další soustředění. Moc se mi také líbilo, že trenéři posílali každý večer videa a fotky z denního programu, takže jsme doma s manželem prožívali soustředění s Honzíkem.

Jirka Vojtíšek, trenér FŠ Zdiměřice, syn Kryštof 11 let, ve FŠ od roku 2022.

Vím, že můj syn Kryštof není žádný Messi a v čistě fotbalovém klubu jako je TJ Viktoria Vestec nebo SK Slavia Jesenice by se asi neprosadil, tak jsem rád, že ho ve FŠ Zdiměřice sport baví a že může dokonce pravidelně nastupovat ve fotbalových zápasech. Filosofii tohoto klubu je totiž dělat sport hlavně pro radost všech dětí, rozvíjet je fyzicky i mentálně, a to se mi líbí, a proto tu oba jsme.



ZÁBAVA PRO VŠECHNY, ŠANCE PRO TALENTY!

Fotbalová škola ZDIMĚŘICE

www.optimumsport.cz



S podporou obce Jesenice

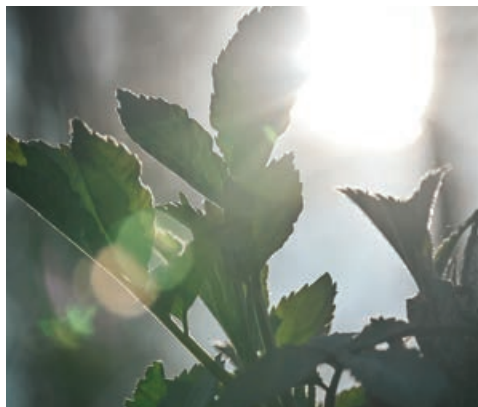


Nejen o dešťové vodě

Zdravím všechny čtenáře Vesteckých listů. Dnes bych se chtěl vrátit k tématu dešťové vody a řešení uliční zeleně v budoucnosti.

Jak pozoruji reálné změny počasí, dochází dle mého názoru k naprostému propadu tvaru a podoby zimy, na kterou jsme byli zvyklí - tedy moje generace, která vyrůstala v totalitním režimu komunistického Československa. Naše standardní zima v té době začínala zhruba v listopadu a končila v březnu či dubnu. Napadalo spoustu sněhu, který s jarním táním napojil zem na dlouhé období dopředu a tuhý mráz vyčistil přírodu od škodlivých patogenů a zahubil slabé a nemocné organismy. Byl to důležitý přírodní proces koloběhu života.

V současnosti již tento princip prakticky vymizel, sněhu je málo a pouze krátkodobě, mrazy jsou také minimální a krátkodobé a tato změna se děje v ohromně rychlém tempu. Důsledky této rychlé změny a extrémně prudké kolísání teplot se postupně ukazují a my stále zjišťujeme rozsah a dosah



škod. **Tou nejvíce viditelnou škodou je vysychání krajiny a nárůst přeživších škůdců a houbových chorob, jako jsou například dřevokazné houby.**

Dešťovou vodu může někdo vnímat jako problém, jiný jako příležitost. Ve městech často končí bez užitku v kanalizaci, zatímco v přírodě se přirozeně vsakovala do půdy a doplňovala zásoby podzemní vody. Dnes, s ros-

Tip zahradníka

V tomto zimním čase se začíná období, kdy je ideální chránit mladé i starší stromy před škůdci, kteří se na jaře probudí, a to například nátěrem kmene, či lepovými páskami.

Současně je v plném proudu stříhání ovocných keřů a stromů, doporučuji začínajícím zahradníkům navštívit nějaký seminář, odborníka anebo vzít nejprve do ruky dobrou knihu, aby řez udělali správně.



toucím množstvím zpevněných ploch, máme opačný problém, voda se nemá kam vsáknout, tvoří se kaluže, dochází k erozi a přetížení kanalizačních sítí. Přitom existují způsoby, jak ji efektivně využít. Jedním z nich jsou právě **šterkové záhony s trvalkami – nenápadné, ale přitom geniální řešení, které spojuje praktickou funkci s estetikou.** Zadržují vodu tam, kde je potřeba, ochlazují prostředí, nevyžadují téměř žádnou údržbu a ještě vytvářejí ideální podmínky pro rozmanité druhy rostlin a drobných živočichů. Náročná údržba je pouze v prvních zhruba dvou letech. Jak už si většina z vás jistě všimla, tak pokud se porosty záhonů založí správně, jsou s každým dalším rokem od vysazení odolnější a v zaplněné ploše není prostor pro plevel.

V některých případech ale **nestačí jen vytvořit nový záhon, je třeba nejprve uvolnit prostor, a to i za cenu odstranění nemocných či nevhodně vysazených stromů.** Ve městech často narážíme na

situace, kdy stromy zasazené do malých výsadbových míst strádají, jejich kořeny nemají dostatek prostoru, prorůstají do chodníků nebo narušují kanalizační síť. Když se přidá nemoc nebo mechanické poškození, často už není otázkou, zda strom odstranit, ale kdy.

Místo takových dřevin může vzniknout trvalkový šterkový záhon, který nejenže přirozeně hospodaří s vodou, ale zároveň poskytuje celoroční estetiku a podporuje biodiverzitu. Naše prostředí se mění a nám nezbyvá, než se tomu přizpůsobit. Pro přírodu a organismy, jako jsou dlouholeté stromy, je to velmi těžká zkouška, a proto je velmi důležité přírodě pomáhat a někdy i tím, že uvolníme prostor něčemu novému, co může v těchto změnách prosperovat.

Přeji vám všem, aby vás těšil příchod jara, vždyť probuzení přírody je časem radosti.

Josef Slepíčka

Prostor pro: Lenku Klestilovou, ředitelku a zakladatelku společnosti Kvalitní podzim života

Pochází z Hostivaře, od roku 1993 žila ve Vestci, starala se o babičku, ve Vestci pečovala o paní Müllerovou a o své první klienty. Na doporučení starosty Tibora Švece a za vydatné podpory obce založila v roce 2013 terénní pečovatelskou službu, která se zabývá péčí o osoby v domácím prostředí.

Od 1. 1. 2015 je společnost zapsaná v obchodním rejstříku pod názvem Kvalitní podzim života, z. ú. Tato nestátní nezisková organizace dnes působí nejen ve Vestci, ale i v dalších obcích okresu Praha-západ, Praha-východ a na jižním okraji Prahy. Díky více než čtyřiceti lidem, v čele s Lenkou Klestilovou, mohou senioři či nemocní zvládat život v domácím prostředí.

Paní Müllerová byla vlastně moje první klientka, i když jsem to tehdy brala spíš jako sousedskou výpomoc. V roce 2012 jsem si dodělávala dálkově maturitu a nestíhala se stoprocentně vě-

novat práci ve výrobně loutek, která navíc zažívala krizi a nedostatek zájmu. Tak jsem přemýšlela o jiném uplatnění. Náhodou se se mi dostal do ruky leták s nabídkou na pečovatelku, a protože jsem měla už nějaké zkušenosti, tak jsem začala dělat pečovatelku přes agenturu. Myšlenku pomáhat na profesionální úrovni jsem měla už dříve, jen jsem nevěděla, jak začít. Tenkrát se na mě obrátil starosta Tibor Švec s tím, jestli bych nemohla tuto službu „sama na sebe“ poskytovat ve Vestci. Tak jsem si řekla, že to zkusím. To byl rok 2013, kdy jsem se tu už starala o paní Müllerovou. Na začátku jsem samozřej-



mě netušila, kolik je za tím byrokracie, byla jsem trochu jako Alenka v říši divů. Na Krajském úřadu byla naštěstí moc hodná paní Kultová, která mi nabídla pomoc. Všechno jsme spolu vyřídily a já jsem se dostala do „Sítě poskytovatelů sociálních služeb registrovaných ve Středočeském kraji“. Obracelo se na mě stále více lidí, takže jsem to zanedlouho sama nestíhala a v roce 2014 jsem potřebovala další lidi, kteří mi pomáhali na DPP. To už jsme **vedle časově náročné péče o klienty přibrali i rozvoz obědů**. A jak se o nás rozšiřovalo povědomí, tak se začali ozývat další lidé z Jesenice a okolních obcí. Museli jsme přibrat další lidi a situaci řešit i kvůli tomu, že jsme se stali plátcí DPH. Tak jsme od roku 2015 společně s tehdejší pečovatelkou Ivanou Pohlovou založily neziskovou společnost Kvalitní podzim

života. Ivana je nejen mým zástupcem a pravou rukou, ale zároveň koordinátorkou služeb, která zajišťuje hladký chod našich aktivit. Začátky nebyly vůbec lehké, ale **měla jsem velkou podporu obce Vestec a kolem sebe fajn partu lidí**, kteří do toho se mnou šli. Postupně jsme rozšiřovali teritorium naší působnosti a také naše služby. Vedle terénní péče a rozvozu obědů, to byla například půjčovna zdravotních pomůcek anebo senior transport, včetně převozu osob na vozíku.

Péče v domácím prostředí, aneb doma je doma

V současné době rozvážíme asi 200 obědů denně a máme v přímé péči kolem 100 lidí, ke kterým zajíždíme domů, což představuje přes tisíc hodin měsíčně. Chci vyjádřit obdiv hlavně našim pečovatelkám, jak to zvládají. Vždyť nejde o žádnou jednoduchou činnost, či úklid domácnosti, jak by si mnozí mohli představovat. To vůbec ne. V našem podání je pečovatelská služba velice moderní. **Soustředíme se především na péči o osobu klienta**, pečovatelky pomáhají například s hygienou, oblékáním, podáním jídla, nákupy, ale i s přesunem a doprovodem na úřad nebo k lékaři. Součástí je i základní sociální poradenství a pomoc s administrativními záležitostmi, například s vyřízením příspěvku na péči. Máme sociální pracovníci a dvě koordinátorky, které zajíždí za klien-



ty. Všechno vysvětlí a doporučí, co by mohl daný člověk využívat. Těší nás, že mnohým klientům významně prodloužíme dobu, kdy mohou zůstat doma v přirozeném prostředí, že se nemusí obávat samoty a bezmoci. Jsme připraveni jim kdykoliv pomoci zvládat různé činnosti a zvyšovat tak jejich soběstačnost. Víím, že si mnozí senioři nechtějí přiznat, že pomoc potřebují, nechtějí být na nikom závislí, a tak si zpravidla sami o pomoc nepožádají. Někdy nás kontaktuje někdo z rodiny nebo třeba sousedé. Často začínáme rozvozem obědů a pak přidáváme i pečovatelskou službu. **Díky kombinaci poskytování sociálních služeb a rozvozu obědů jsme s našimi klienty v neustálém kontaktu a vííme, jak se mají, co potřebují a jestli nemají nějaké problémy.** Vnímáme, jestli je daný člověk doma, jestli si oběd převzal. Již několikrát se stalo, že jsme zjistili, že klient nereaguje, že třeba někde spadl a my jsme mu doslova zachránili život. Zpravidla pak pochopí, že pomoc potřebuje a pečovatelskou službu si u nás objedná.

Spolupráce s obcí je základ

Říká se, že kvalita společnosti se pozná podle toho, jak se umí postarat o starší a nemocné. Myslím, že to přesně platí o obcích. **Lidé ve Vestci mají velkou výhodu, že obec jako první s námi navázala spolupráci a našla způsob, jak svým občanům pomoci, a pečovatelskou službu i obědy pro seniory dotuje z obecního rozpočtu.** Dobře chápe, že je pro občany mnohem lepší zůstat doma, než hledat pobyt třeba v domově důchodců. Vestec může být příkladem pro ostatní obce, jak by to mohlo fungovat, ostatně vždyť naše společnost díky Vestci vznikla. Na základě zkušeností odtud jsme navázali spolupráci s dalšími obcemi a je to v současné době naší podmínkou pro působení v dané lokalitě. Snažím se motivovat starosty obcí, aby podporovali svoje obyvatele podobně jako Vestec. Úhrady za poskytování služeb se řídí úhradovou vyhláškou, ceny registrovaných služeb by tedy neměly být odlišné. Díky podpoře od obcí však můžeme

klientům v dané obci nabídnout slevu, a to v souladu s podmínkami smlouvy. Jsme tak jednou z nejlevnějších pečovatelských služeb v okolí a v případě spolupráce s obcí je cena pro danou lokalitu garantována. Terénní pečovatelská služba je důležitá a pro lidi prospěšná. **Mnohým klientům významně prodloužíme dobu, kdy mohou zůstat doma ve svém prostředí,** někdy až do konce života, což si většina z nich bytostně přeje. Do domova s pečovatelskou službou chce málokdo a umírat v LDN nechce nikdo. Pokud to situace jenom trochu umožňuje, je lepší, když senior zůstane doma – je to lepší pro toho člověka, pro rodinu a dokonce i levnější pro stát. Vždycky je to pro seniory příjemnější, když totiž ztratí své prostředí, povinnosti, známé, začnou upadat hlavně mentálně, začnou se

ztrácet v prostoru i v čase a často to sami vzdávají. Kdežto doma jsou mnohem motivovanější fungovat, musejí se přece jen o něco postarat, a je třeba jim pomoci jenom tam, kde to sami nezvládnou, ale ostatní, to si pořád můžou dělat sami.

Malé projekty s velkým významem

Celou dobu, kdy se pečovatelské službě věnuji, se musím pořád vzdělávat a posouvat, abych mohla podporovat a rozvíjet lidi, kvalitu a rozsah naší péče. Také jsme ve spolupráci a za podpory dalších společností zahájili několik menších, ale významných projektů. Například **půjčovnu kompenzačních pomůcek jsme rozjeli díky spolupráci s Nadací Olgy Havlové** a mohli jsme financovat i několik aut na leasing. Loni





se nám podařilo poprvé díky **Místní akční skupině (MAS) Dolnobřežansko** získat čtyři auta z dotace IROP. To je pro nás velká pomoc, protože potřebujeme téměř třicet aut a dříve se náš vozový park skládal více méně z ojetin. Teď konečně máme dvě třetiny aut nových, což je nejen pro pohodlí, ale hlavně pro bezpečnost, zásadní. Máme **nový projekt „Doma je doma“, který realizujeme ve spolupráci s nadací EP Corporate Group**, díky kterému vedle pečovatelské služby pomáháme rodinám, jak se efektivně starat o seniory a nemocné, například s Alzheimerovou chorobou. Naše sociální pracovnice a koordinátorky zaškolují rodinu, jak třeba manipulovat s nemocným člověkem, jak mu pomáhat, aby mohl být alespoň v něčem samostatný, a dávají doporučení tak, aby rodině ulehčili situaci a život v domácím prostředí. A ještě chci zmínit projekt, ze kterého mám zvlášť velkou radost. Před rokem jsme **zahájili spolupráci s Potravinovou bankou Central** a začali rozvážet potraviny potřebným. Tak jsme rozšířili naši pomoc nejenom pro seniory, ale také například pro rodiče samoživitele, kteří se dostali do svízelné situace. Potravi-

ny máme od prodejen Albert Vestec, Jesenice a Čestlice, kde to co neprodají, darují potravinové bance (loni tak například Albert daroval potravinovým bankám celkem 3 800 tun jídla). Potraviny zajišťujeme přes naše pečovatelky, protože ty nejlépe své klienty i lidi ze svého okolí znají a umí nejlépe vyhodnotit, kdo pomoc potřebuje. Pečovatelky v obchodech potraviny vyzvedávají večer, zpravidla kolem dvacáté hodiny a ještě ten den je musí připravit a rozvézt potřebným. Každý den jsou to jiné potraviny, někdy je jich víc, někdy méně, příjemce potravin si tak nemůže rozhodnou, co by chtěl. Záleží vždy na tom, co v daný den naše pečovatelka dostane. Dokonce jsme rozváželi i na Štědrý den. To se nás sešlo víc pečovatelek a každá rozvážela ve svém okruhu působnosti. **Spolupráce s Albertem a potravinovou bankou je výborná a těší nás, že i touto formou můžeme pomáhat.**

Také budeme pro naše klienty letos už **potřetí pořádát oblíbenou akci, kterou jsme nazvali „Terapie přírodou“**. Ten den asi 25 klientů dovezeme do mé další neziskové společnosti, a to ke koním - seniorům, o které se staráme v Jezdeckém klubu Amor, a kde společně strávíme příjemný den. Spojujeme vlastně **starost o starší koně s terapeutickými aktivitami pro seniory**, což přináší oboustranné obohacení.

S úctou a pochopením

Když jsem se starala o babičku, a pak o své první klienty, přála jsem si, aby

se hlavně dobře cítili. Proto jsem ke každému přistupovala trochu jinak, **s respektem k jeho individuální situaci a potřebám**. I dnes stavíme hlavně na tom, že je nutné **zachovávat úctu ke každému člověku a uznávat lidskou důstojnost** až do konce života, a proto dojíždíme za těmi, kteří nás potřebují. **Dnes už to není jen o mě, ale o celém týmu**. Jsem hrdá na to, že mám kolem sebe skvělé lidi, na které se mohu spolehnout a na které se mohou spolehnout naši klienti, kteří mohou nejlépe zhodnotit práci našich pečovatelek. Ano, dělají velice záslužnou, těžkou a vyčerpávající práci a většina klientů si jich velice váží a bere je jako svou rodinu. To je pak pro každou pečovatelku nejvyšší ocenění a přívál energie do další práce. Ovšem není tomu tak

vždycky a mně hodně vadí, když se na pečovatelku hledí jako na „levnou pracovní sílu“, a přála bych si, aby se změnilo vnímání práce pečovatelek, protože jsou stále víc potřeba a pokud se nezmění pohled na tuto profesi, nebude ji mít kdo dělat. **Stejně tak, jako my přistupujeme ke každému klientovi s pochopením a úctou, tak by měla společnost nahlížet na profesi pečovatelek.**

Já si hodně často vzpomenu na svou babičku Růženu Klestilovou, která měla prosociální citění a ke kterému mě také celý život vedla. Jí vděčím za to, že jsem tam, kde jsem. Pomáhám lidem, kteří to potřebují, baví mě to a dává mi to smysl. Proto ten její odkaz, který mi zanechala, aktivně předávám dál.





BURZA DĚTSKÉHO OBLEČENÍ

JARO/LÉTO

SPORTOVNÍ HALA VE VESTCI,
U HŘIŠTĚ 575, VESTEC

sobota 5. 4.

11:00 - 16:00

**Přihlaste se k prodeji -
prodávejte osobně za poplatek 150 Kč/místo
nebo prostřednictvím členů RC Baráček
(max. 70 ks/os, poplatek 5 Kč/ks, vyložíme a složíme s vaší pomocí)**

Nabídnout můžete dětské oblečení od miminek po školáky ve velikostech 50 - 170, boty, hračky, potřeby pro miminka ale i sportovní potřeby!

Více informací a přihlášky na rcbaracek@gmail.com do 3. 4. 2025
nebo do zaplnění kapacity prodejních míst.



Co chystají senioři v roce 2025



Ve středu 29. 1. 2025 se konala v Restauraci U Klimešů krátká informační schůzka SVS. Senioři se mimo jiné seznámili s programem na rok 2025.

Další informační schůzka se koná 17. 3. 2025, opět v Restauraci U Klimešů v 15 h.

Divadla

- 7. 3. 2025** Státní Opera Praha
"Komedianti - Sedlák Kavalír"
- 25. 4. 2025** Divadlo v Karlíně
"Rebelové"
- 12. 5. 2025** STUDIO Dva
"Můj báječný rozvod"
- 17. 4. 2025** ČT, účast na zkoušce
natáčení "Zázraky přírody"



Jednodenní výlety

- 7. 4. 2025** Starý Plzeňec
(exkurze Bohemia Sekt),
město Rokycany
- Červenec** Kunětická Hora
(Pardubice)
- Srpen** Jičín

Akce v Praze (MHD doprava)

FOR GARDEN – výstava, vše pro zahradu, ve dnech 3. 4. až 6. 4. 2025, PVA EXPO PRAHA, Praha 9 – Letňany

EGYPT - Výstava "Tutanchamon – jeho hrobka a poklady" v Praze 9 – Letňanech (do konce června 2025).

Za SVS Blanka Pašková



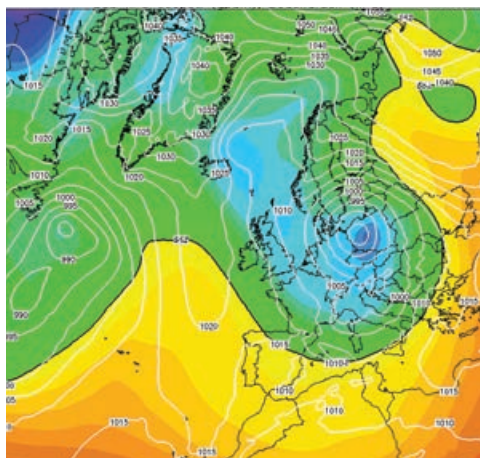
Kalamitní zima v roce 1970

Snad žádné roční období nepoutá na sebe tolik pozornosti jako zima. Sice horké léto se také umí postarat o nějaký ten teplotní rekord či extrémní sucho, ale zima má v tomto případě navrch. Může mít řadu přívlasků. Někdy zimu popisujeme jako mírnou nebo krátkou, jindy je naopak pro nás příliš dlouhá.

Dnes už je opravdu jen málo těch, kteří pamatují zimu arktickou, krutou a nemilosrdnou, která byla zaznamenána v roce 1929. Byla, myslím, oprávněně ohodnocena jako zima století. V krátkosti si připomeneme, jak to tenkrát probíhalo.

Prosinec roku 1928 byl relativně teplý. Nový rok se však přihlásil s poměrně bohatým přídelem sněhu. Pak začal na naše území proudit studený arktický vzduch od severovýchodu, který

se u nás usídlil na dobu delší než dva měsíce. Teploměr trvale ukazoval minusové hodnoty. Jako kdyby ty kladné ani neexistovaly. Průměrná únorová teplota byla toho roku $-11\text{ }^{\circ}\text{C}$. Rekordních hodnot teplota dosáhla 11. února 1929, tehdy bylo v pražském Klementinu naměřeno $-27,1\text{ }^{\circ}\text{C}$, v Litvínovicích na Českobudějovicku, v Jablunkově ve Slezsku $-42,2\text{ }^{\circ}\text{C}$ a ve Vestci $-36\text{ }^{\circ}\text{C}$. Tuhá zima sevřela téměř celou Evropu. Podle zápisů pozorovatelů významně přituhlo i v Itálii, kde v Benátkách zamrzly kanály. Sníh a tuhé mrazy sužovaly i Turecko. A protinožci na druhé straně zeměkoule se potili při teplotě $+40\text{ }^{\circ}\text{C}$.



Další studené zimy jsou uváděny i v letech 1955/1956, 1962/1963, 1969/1970, 1978/1979 (uhelné prázdniny, vzpomínáte?) Jiná zima byla, kdy se celé tehdejší Československo nacházelo pod tíhou obrovského množství sněhu. Tahle zima má již více pamětníků. Proběhla v zimě 1969/1970. Dostala přívlasek pozor-



hodná, studená, sněhová, ale určitě i kalamitní. Co o ní uvádějí statistiky?

Zima 1969/1970 byla výjimečná hlavně velkým přídelem sněhu. Průměrná výška sněhové pokrývky byla 96 cm, nejvyšší dosažená výška byla naměřena dne 6. března 1971 ve stanici Bedřichov, a to 235 cm. Na Prahu neuvěřitelných 57 cm hlásila Praha - Ruzyně. Počet dnů se souvislou sněhovou pokrývkou tehdy překročil stovku.

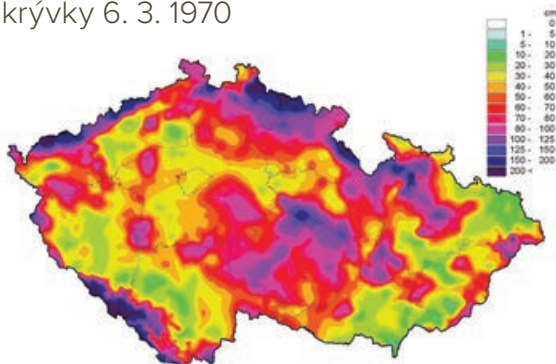
Vše začalo překvapivě už 26. listopadu 1969 vydatnou sněhovou nádlíčkou, která tak ochromila dopravu, že mnoho lidí vůbec nedorazilo do zaměstnání a děti do škol. A to byl teprve začátek. Situace se sice v dalších dnech a měsících stabilizovala, ale sníh už s povrchu nezmizel. Opravdovou zimní atmosféru dokreslovaly silné mrazy, výjimkou nebyla teplota kolem $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$, někde klesala i k $-30\text{ }^{\circ}\text{C}$. Skutečná kalamita však nastala až začátkem března.

Již od konce února začalo drobně, ale trvale sněžit. Aby toho nebylo dost, přidal se ke sněžení i silný vítr. Nástup března byl poznamenán dalším přísunem sněhu a opět silným větrem. Situace se vyhrotila ze čtvrtka na pátek 6. března 1970, kdy silný vítr zavál v noci všechny cesty a hlavní komunikace tak, že je nebylo vůbec vidět. Do zaměstnání se stěží dostalo jen několik jedinců. Připomeňme si, že po silnicích nejezdilo tolik aut jako dnes a cestující byli závislí na hromadné dopravě.

Takové množství sněhu tehdy samozřejmě působilo výrazné komplikace a omezení v dopravě silniční i železniční nebo v energetice. Výpadky elektřiny nebyly výjimkou.

Za horami sněhu se člověk přímo ztrácel. Nezbyvalo nic jiného než se pusťt s rozmarem počasí do boje. Každý,

Výška sněhové pokrývky 6. 3. 1970



kdo mohl, musel se chopit hrabla nebo lopaty. Cestáři prohrnovali, na některých místech museli pomáhat i vojáci. Hlavní, benešovská, silnice připomínala spíš hluboký bílý úvoz, který dovolil průjezd sotva autobusu, pokud vůbec vyjel. A pokud ano, tak se určitě neřídil jízdním řádem. Některé vedlejší komunikace vůbec neexistovaly.

Bílé divadlo, polární kulisy jsme mohli vnímat ještě v následujících dnech. Během víkendu se počasí ustálilo, ale když kalendář oznamoval první jarní den, bylo na polích ještě půl metru sněhu. Jaro mělo toho roku zpoždění. Zemědělci museli jarní práce na promáčených polích nadlouho odložit.

A co psali meteorologové? Vydatné sněžení přinesla do střední Evropy příhodná shoda okolností, kdy se naše území nacházelo v chladném severovýchodním proudění. A právě nad naším územím došlo k setkání chladného vzduchu s teplým a vlhkým vzduchem ze Středomoří. V místech střetu dvou vzduchových hmot docházelo k vytváření oblačnosti s bohatými sněhovými srážkami, které za nízkých teplot vytvářely sněhovou pokrývku i v nížinách.

V době, kdy píší tyto řádky, nám podle kalendáře bude vládnout ještě zima. Nevím, jakými vrtochy nás překvapí. Doufám, že pro ni nebudeme muset vymýšlet další přívlastek.

Blanka Pašková, Zdroj: Wikipedie

INZERCE

GO Realitní služby
all inclusive

Hledám nového majitele pro byt
3+kk, 95m² v sousední Jesenici.
Pište, volejte pro více informací.

MARKÉTA PÁVKOVÁ
T: 739 486 533 / marketa.pavkova@re-max.cz

Makléřka Markéta marketa_pavkova_remax



Novoroční rapsodie V pohybu...

**ČLENSTVÍ
ZA PŮLKU**

Zaregistrujte se na
klubparkholiday.cz

PLATÍ DO 31. 3. 2025

Zbavíme Vás **přebytečných kil**
a vrátíme Vám **skvělý pocit z Vašeho těla.**

Vyzkoušejte mimořádnou novoroční nabídku

**Měsíční členství za půlku se vstupní
diagnostikou a konzultací s trenérem zdarma!**

Členství za půlku zahrnuje:

- **Vstupní diagnostiku** složení Vašeho těla na přístroji InBody 770
- **Konzultaci s trenérem** s doporučením pohybových aktivit a úpravy stravovacích návyků
- **Vstupy do fitness zóny Energym** bez omezení
- Účast na **studiových lekcích, spinningu a aqua-aerobiku** bez omezení
- **Vstupy do relaxační zóny Clubwell bez omezení** (bazén, vířivka, sauny, parní lázeň)
- **Parking** v podzemních garážích
- Ručníkový servis



RENAULT SYMBIOZ E-TECH FULL HYBRID


145 koní



již od
5 893 Kč měsíčně dle aktuálního ceníku
samodobíjecí hybrid
objem zavazadlového prostoru až 624 l



reprezentativní příklad financování Renault: Easy pro model Renault Symbioz Evolution E-Tech full hybrid 145 : pořizovací cena vozu: 699 000 Kč vč. DPH, výše úvěru: 489 300 Kč, jednorázová splátka hrazená klientem: 209 700 Kč (30 % pořizovací ceny), pevná výpůjční úroková sazba: 5,22 % p.a., RPSN: 7,3 % p.a., 1–59. měsíční splátka úvěru: 4 753,2 Kč, 60. splátka úvěru: 314 550 Kč, 1–60. měsíční splátka havarijního pojištění a povinného ručení: 910 Kč, poplatek za poskytnutí úvěru: 0 Kč, celková částka k uhrazení: 649 565 Kč, délka úvěru: 60 měsíců, nájezd: 15 000 km/rok, celková měsíční splátka včetně pojištění 5 893 Kč, sazby pojištění jsou kalkulovány jako průměrné sazby, které se mohou lišit dle jednotlivého zákazníka, Mobilize Financial Services znamená financování poskytované společností RCJ Financial Services, s.r.o. tato nabídka je pouze indikativní, není návrhem na uzavření smlouvy a nelze z ní proto dovozovat povinnost společnosti uskutečnit jakékoli transakce.

Renault doporučuje  Castrol

PYRAMIDA Průhonice s.r.o.

U pyramidy 721, Průhonice, tel.: 267 751 006, www.pyramidapruhonice.cz