



Cestujte s námi
po celém světě!



VYBÍREJTE z 350 cestovek,
slevy až 60 %, skvělý servis

VOLEJTE
604 703 194 **www.vivu.cz**

INZERCE V4-0107

LEDEN

Vychází 18. 1. 2021 / Zdarma

Najdete nás na
www.vase4.cz

**Nezávislý měsíčník
pro Prahu 4**

Výstavba parkovacího monstra na Budějovické. **Dá se zastavit?**



Chystaný čtrnáctipatrový kolos by vedle rodinných domků a polikliniky na Budějovické vypadal hodně předimenzovaně. Za téměř deset let, co se ho snaží postavit vlastníci polikliniky, si ho úřady přehazují jako horký brambor.

Jako na houpačce. Tak vypadá již skoro deset let dlouhý boj spolků z Prahy 4 a jejich obyvatel s plánovanou stavbou parkovacího domu, který má mít devět nadzemních a čtyři podzemní patra. Bojí se totiž enormního nárůstu znečištění ovzduší i nárůstu dopravy, což už teď je velký problém Prahy 4, jakož i zastínění rodinných domků

v bezprostředním okolí stavby. „Pokud se to postaví, bude to mít katastrofální vliv na kvalitu jejich bydlení i podnikání,“ řekla Vaší 4 Marie Jelínková, opoziční zastupitelka na radnici Čtyřky za klub Pirátů a Nezávislých. A také aktivistka v Pankráčské společnosti, která se právě soudí se stavebním odborem magistrátu, který znovu zařadil parkovací

dům do územního plánu, přestože byl už jednou vyrazen. Stavbu přitom doprovázejí problémy již od začátku.

Nejprve pozemek magistrátu, který měla městská část ve svěřené péči, prodala vlastníci polikliniky Budějovická, kde je v nájmu rovněž Úřad Prahy 4. Katastrální úřad ovšem prodej do katastru nezanese. Později rada i zastupitelé hlavního města vyslovili s prodejem přímo nesouhlas. Jenže rok nato ministerstvo pro místní rozvoj rozhodnutí magistrátu zneplatnilo, a minulý rok tak magistrát vrátil tuto megabudovu zpět do územního plánu. A teď už leží – a ještě asi nějakou dobu

pokračování na straně 3



str. 2
Aktuality:
Novinky z Prahy 4



str. 4
Osobnost Prahy 4:
Rozhovor s Markou Míkovou



str. 7
Servis:
Kam s odpadem na Čtyřce

První Pražánek

přišel na svět v Podolí

První dítě letošního roku v Praze se narodilo 1. ledna v 1.06 hodin v Ústavu pro péči o matku a dítě v Podolí. Chlapec vážil 3,7 kilogramu a měřil 53 centimetrů. O čtvrt hodiny později se v porodnici U Apolináře narodila holčička a jako třetí novorozenec metropole v novém roce přišla na svět v 1.40 hodin v nemocnici Motol také holčička. Praha tradičně odměňuje patnácti tisíci korunami všechny děti, které se na Nový rok narodí matkám s trvalým bydlištěm na

území hlavního města, letos ale odměny dětem poskytovat nebude. „Vede nás k tomu zejména očekávaný pokles příjmů městského rozpočtu v důsledku protiepidemických opatření a vládní snížení daní, které opět pocítí především obecní a krajské rozpočty,“ uvedl mluvčí pražského magistrátu Tadeáš Provazník. V plánu však je, s ohledem na aktuální epidemickou situaci, pořádání slavnostní ceremonie, na níž by děti dostaly pamětní minci a hodnotný věcný dar.

Vstup do knihovny

je znovu pouze on-line

Městská knihovna v Praze znovu zcela uzavřela v souvislosti se zhoršující se pandemickou situací a přechodem do 5. stupně PES všechny pobočky, včetně poboček v Praze 4. Knihovna aktuálně provozuje pobočky v režimu „Knihoken“ pro výdej splněných rezervací a vracení výpůjček. Zavřeno bude do odvolání a služby knihovny budou dostupné pouze on-line. Všechny výpůjčky jsou prodloužené do konce ledna 2021, stejně jako splněné rezervace. Poza-

staveno je také nabíhání sankčního poplatku za pozdní vrácení knih. Vracet knihy je možné do biblioboxů u poboček Lužiny, Opatov a Jezerka. E-knihy jsou dostupné na www.e-knihovna.cz, tituly současné světové beletrie nabízí služba BOOKPORT na internetových stránkách www.mlp.cz/bookport, která je dostupná pouze registrovaným čtenářům. Registrovat se do knihovny, i prodloužit platnost průkazu je možné jednoduše on-line na www.mlp.cz.

Co letos čeká Prahu 4?

Investice do koupaliště Lhotka, metra D nebo nového mostu

Ačkoliv se nedá moc přesně odhadnout, co nám koronavirová epidemie ještě přinese, radnice Čtyřky představila své plány na rok 2021. Nakolik jsou ale kvůli očekávaným ekonomickým krachům, zvýšené nezaměstnanosti a celkovému utahování opasků reálné, se teprve uvidí.

„Obávám se, že nás stále ještě čeká zápolení s koronavirovou nákazou, respektive jejími následky, především zajištění práce úřadu MČ Praha 4 a tedy služeb pro veřejnost, zabezpečení činnosti zřizovaných organizací – mateřských a základních škol a Ústavu sociální péče Prahy 4,“ prozradil Našemu REGIONU mluvčí Čtyřky Jiří Bigas.

„Určitě budeme pokračovat v revitalizaci biotopového koupaliště Lhotka. Na rok 2021

se plánuje několik nových hřišť a úprava kalového a vodního hospodářství, včetně nové retenční nádrže určené pro závlahy travnatých ploch, automatizace zpracování kalů a posílení zásobování koupaliště přírodní vodou,“ popsal Bigas. Také pokračují s přípravami na výstavbu Domu sociální péče Hudečkova a chystají rekonstrukci školní kuchyně a jídelny v ZŠ Školní nebo budovy v Bojanovické ulici, kde je služebna Policie ČR. Zateplení objektu ZŠ Na Planině už probíhá.

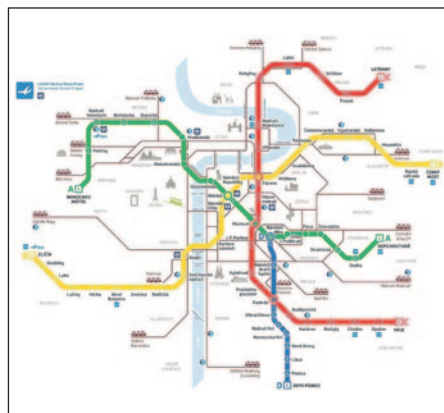
V Praze 4 se letos očekávají výrazné investice také ze strany města či státu. Největším projektem je příprava výstavby modré linky metra D, která by měla jen v letošním roce pohltnout 1,7 miliardy korun. Začít by se mělo na jaře mezi Pankrácem a Olbrachtovou uli-

Budte opatrní při procházce v lesích

Lesy hlavního města Prahy upozorňují, že od pondělí 11. ledna až do března se budou i v lesích na území Prahy 4 provádět obnovní zásahy. Ve vybraných lokalitách bude probíhat převážně odstraňování nepůvodních a stanovištně nevhodných, invazních dřevin, ke kterým patří především dub červený.

Hledá se nejlepší sportovec roku 2020

Městská část Praha 4 vyhlásila již tradiční Anketu o nejlepšího sportovce za rok 2020. Anketou by ráda podpořila své sportovce a ocenila jejich úspěchy dosažené za ztížených podmínek roku 2020. Kluby mohou zasílat své nominace do konce ledna na adresu Pražské tělovýchovné unie. Anketa bude probíhat dvoukolově. V prvním kole mohou sportovní kluby a tělovýchovné jednoty ze čtyřky nominovat své sportovce do jednotlivých kategorií, kterých je letos vyhlášeno šest. Odborná komise následně vybere čtyři nejlepší kandidáty v každé kategorii, kteří postoupí do druhého kola.



ci. V první fázi metro propojí Pankrác a Nové Dvory, později bude pokračovat až do Depa Písnice. V širším časovém horizontu povede trasa D z Pankráce na náměstí Míru, a odtud snad na náměstí Republiky, nebo podle druhé varianty na Žižkov a dále do Vysočan. Nadále se bude rekonstruovat Barrandovský most a začne se s přípravou stavby Dvorského mostu, který propojí Zlíchov na Praze 5 a Dvorce na Praze 4. S jeho dokončením se počítá v roce 2024.



Výstavba parkovacího monstra na Budějovické. Dá se zastavit?

dokončení ze strany 1

bude – u soudu, kde rozhodnutí magistrátu žalobou napadla Pankrácká společnost.

Podle koaličního místostarosty Zdeňka Kovářika se na celé kauze, dokud soudní řízení nedoběhlo, nic nemění. „Deficit parkovacích míst v prostoru Budějovické je reálný, i když ta výška je opravdu přestřelená,“ řekl Kovářík. Myslí si ale, že v současné době s tím Praha 4 nemůže nic dělat.

„To je lež!“ říká Jelínková, podle níž je Kovářík souputník starosty Pavla Caldra, který prodej pozemku podepsal. „Stačilo by, aby samospráva odňala soukromému investorovi souhlas s výstavbou na pozemku ve svěřené správě Prahy 4, a tím by nebylo ani vydáno stavební povolení.“ Pokud se začne stavět, půjde podle ní o brutální zásah do kvality životního prostředí i o vyvážení městského majetku do soukromých rukou.

Deset let rozhodování

■ **2011:** Posuzování vlivů na životní prostředí EIA, které musí absolvovat každá zamýšlená stavba parkovacích domů s kapacitou nad 500 míst. Projekt prošel. Pokud by se měření provádělo dnes, bylo by už nadlimitní, i když zde parkovací dům ještě nestojí.

■ **2012:** Je vydáno územní rozhodnutí, v němž městská část umísťuje stavbu do územního plánu.

■ **2014:** Měsíc před volbami Pavel Caldr (ODS) starosta Prahy 4, která má pozemek, kde má parkovací dům stát, ve svěřené správě, podepisuje prodejní smlouvu o pozemku ve prospěch budoucího investora.

■ **2016:** Rada a následně zastupitelé magistrátu nedávají zpětně souhlas s prodejem pozemku, který je ve vlastnictví hlavního města Prahy. Upřednostňují jeho využití městskou částí nebo magistrátem. V témže roce Městský soud v Praze Územní rozhodnutí zrušil.

■ **2017:** Ministerstvo pro místní rozvoj zneplatnilo rozhodnutí magistrátu, kterým zamítlo umístění parkovacího domu a vše se vrací na stavební odbor magistrátu.

■ **2011:** Stavební odbor magistrátu potvrdil územní rozhodnutí i s parkovacím domem. Na to Pankrácká společnost podala žalobu za podpory vlastníků okolních rodinných domů.

INZERCE V4-0101

PRODÁNO 90 % BYTŮ

Rodinné byty chytře...

Nová „Nuselská“ je rezidenční komplex se soukromým vnitroblokem, který byl na sklonku roku 2020 dokončen na území bývalého areálu Nuselských mlékáren.

K okamžitému nastěhování.

www.nova-nuselska.cz

trigema



Spolek Loutky v nemocnici již 15 let snaží dětem v nemocnicích a léčebnách vykouzlit úsměv na tváři divadelními představeními, scénkami a písničkami. Zakladatelka Loutek Marka Míková, bývalá Růženka z pohádky Jak se budí princezny a také rocková baskytaristka, to považuje za malý zázrak.

Marka Míková:

Když se dítě směje, uzdravuje se rychleji

PŘIPRAVILA JITKA KACÁNOVÁ, FOTO ARCHIV MARKY MIKOVÉ

● Co vás na vaší práci nejvíce baví?

Nejkrásnější na tom všem je, když vidíte, jak umění nebo hra s loutkou pomáhá. Přijdete na oddělení a hrajete nějakou improvizaci, snažíte se vcítit do malého pacienta naproti a najednou vidíte, jak zapomene na svoje momentální trápení, špatnou náladu nebo bolesti a jak se směje. Ta loutka ho rozesměje, protože většinou je menší, je legrační, dítě si začne hrát, a tím nastartuje proces uzdravování. To je takový maličký zázrak, kterého je člověk přítomen, a to si odnáší domů jako velikánskou radost.

● A co je na tom naopak nejobtížnější?

Někdy najít odvahu vejít někam, kde je vidět, že tam bojují s těžkou nemocí, že jsou

hodně smutní. Překonat ostych z toho, že děláme něco trochu nepatřičného – že přicházíme do míst, kde mají být hlavně doktoři. A my tam najednou vtrhneme s loutkami a hudebními nástroji. To znamená překonat tuhle první bariéru. Ale já se na to moc těším. Nevnímám to jako těžkou práci. Spíš radostnou.

● Jaká představení máte?

Snažíme se to rozlišit podle věku dětí, a také podle druhu onemocnění, protože třeba na psychiatrii hrajeme něco úplně jiného než třeba na pediatrii, kde děti jsou jenom krátko. Velkou roli také hraje doba onemocnění. Když je tam to dítě dlouho, věci, které hrajeme, už zná, a musíme přinést další,



nové, nebo ho povzbudit, aby hrálo s námi. A samozřejmě podle věku začínáme pohádkami nebo říkankami, a končíme představeními, jako je například Bílá velryba nebo Mauglí či Prodaná nevěsta.

● Jak se liší představení pro děti na psychiatrii a třeba na té pediatrii? Jak na vás reagují mentálně nemocné děti?

Ony jsou rády, že přichází někdo zvenku. Že nejsme terapeuti, nebudeme je zkoumat, že jsme přišli jenom zahrát a přinést jinou náladu, než na kterou jsou zvyklé v obyčejném režimu. A většinou jsou vděčné, že s nimi zacházíme jako s normálními lidmi, že je nešoupeme do nějaké „tabuizované“ kategorie, ale že je bereme jako normální publikum.

Častokrát se stává, že se děti zapojí a chtějí změnit děj. Vždycky mi vytane vzpomínka, jak jsme jednou hráli Zlatou rybku – to je pohádka, kdy rybářka zavíná, že nakonec nemají nic, protože pořád chtěla víc a víc. Ale ty holky tenkrát byly rozhodnuté, že takhle to prostě není. Že on má taky svojí vinu, protože jí měl říct, že nesmí být taková. A trvaly na tom tak urputně, že jsme to prostě změnit museli. Nakonec jsme dospěli k tomu, že oba mají svůj díl viny, což je vlastně velice moudré a krásné. Nebo máme příběh o Emilovi, kterému všichni od dětství říkali, jak je ošklivý a hloupý, divný, trapný. A děti vědí, že tohle se jim někdy děje taky. Měl takové nálepky, co si nosil v batohu, a když na konci přiletí papoušek a roztrhává všechny nálepky na kusy, to je taková katarze, že to vždycky hrajeme hrozně rádi. Jednou ale děti chtěly Emilovi napsat do batůžku dobré věci. A tak psaly: „Jsi krásný, jsi dobrý, chytrý...“ Takovýchle silně věci se občas stávají.

● Můžete představit svůj tým?

Nás je teď pětadvacet, jsou mezi námi herci, loutkoherci, muzikanti, máme jednu





V nemocnicích hrají vždy dva členové souboru.

psychoterapeutku. Vždy se chodí po dvojici, jeden muzikant a jeden herec nebo loutkoherce. Všichni jsme přátelé, snažíme se o úzký kontakt mezi sebou, abychom byli skoro jako rodina, která si může sdělovat zážitky z návštěv.

● **Váš spolek sídlí v Praze 4. Jaký máte k této městské části vztah? Co tu máte nejraději?**

Máme zde úžasnou zkušebnu a zároveň prostor, kde můžeme ukládat loutky. Zvláště teď v době epidemie jsme tento prostor velmi ocenili. Vznikala tu letošní inscenace Dům vzpomínek a natočili jsme několik předsta-

vení, aby nás děti mohly sledovat alespoň virtuálně. Jinak je skvělé, že prostor je v dosahu metra a zároveň blízko Krčského lesa.

● **Jak vypadají vaše vystoupení? Co to obnáší?**

Vybraná dvojice se domluví, co budou hrát, podle toho, kam jdou. Sejdou se před nemocnicí a oblečou se do speciálních obleků v současné době si vezmou samozřejmě respirátor. Na oddělení se jde buď do herny, kde se může odehrát větší představení, ovšem teď za covidu to nejde, takže se navštěvují děti individuálně po pokojích. Přizpůsobujeme se věku dítěte a jeho zdravotnímu stavu a hrajeme

spíše kratší scénky. A samozřejmě mezi všemi pokoji se dezinfikují ruce, všechny hudební nástroje i chrastidla.

● **Jak se na vaší práci projevují omezení kvůli koronaviru?**

Každá nemocnice má svého hygienika, který rozhodne, jestli tam můžeme. Nám zůstala teď už jenom Praha – motolská nemocnice, vinohradská, Bulovka a Karlovo náměstí, nově také bohnická psychiatrie – a Brno. Ostatní krajské nemocnice nás teď nepouštějí. Je to hodně omezené, ale jsme vděční, že můžeme alespoň někam.

● **Co si myslíte, že vás čeká v nemocnicích letos?**

Věřím, že se to bude uvolňovat. To naše hraní opravdu pomáhá a doktoři i sestřičky vědí, že když je dítě dobře naladěné a když se těší nebo směje, tak se rychleji uzdravuje. Sestry jsou vždy šťastné, že nás vidí. A děcka tuplem. Ty říkají: „Jé, jé, zase jsou tady ty veselí lidi! To bude určitě zas všechno brzy dobrý!“

Marka Míková

■ Rodačka z Českých Budějovic, Vystudovala dramaturgii a režii na loutkářské fakultě DAMU, pracovala v Divadle Minor jako dramaturgyně, scénáristka a režisérka a moderovala v rádiu Limonádový Joe.

■ Hrál na klavír a na baskytaru v hudební skupině Dybbuk, později přejmenované na Zuby Nehty.

■ Je autorkou několika knih pro děti, za některé byla v letech 2008 (Knihafoss), 2010 (JO537), 2013 (Mrakodrapy) a 2015 (Škvíry) nominována na literární cenu Magnesia Litera.

■ Má čtyři děti.

INZERCE V4-0102

PE3NY
INTERNET TELEVIZE TELEFON

**INTERNET BEZ ZÁVAZKŮ OD 200 Kč
RYCHLOSTI NA OPTICKÉ SÍTI DO 1/1 GB/S**



**VYSTŘIHNĚTE SI
INTERNET + 55 TV
PROGRAMŮ NA 6 MĚSÍCŮ ZDARMA**

**VÍCE O AKCI 6 MĚSÍCŮ INTERNETU ZDARMA NALEZNETE NA WWW.PE3NY.NET/KUPON
PRO UPLATNĚNÍ PŘEDEJTE TENTO KUPON PŘI INSTALACI TECHNIKOVÍ**



Zemřel cyklista Slavoj Černý



Ve věku 83 let zemřel 31. prosince 2020 dlouholetý obyvatel Prahy 4 a člen Spolku českých olympioniků Prahy 4, cyklista Slavoj Černý. Československo úspěšně reprezentoval na přelomu 50. a 60. let minulého století. Ve stíhacím závodě na čtyři kilometry v roce 1957 v Moskvě získal stříbrnou medaili, o rok později se ve stejné disciplíně stal mistrem republiky. Na olympijských hrách v Římě v roce 1960 skončil na pátém místě. Byl dlouholetým držitelem československého rekordu ve stíhacím závodě na čtyři kilometry.

Infolinky pro poplatníky daně z nemovitých věcí

Finanční úřad pro hlavní město Prahu vyzývá poplatníky daně z nemovitých věcí, aby s ohledem na složitou epidemiologickou situaci a nutnost zamezit šíření viru covid-19 v záležitostech týkajících se přiznání k dani z nemovitých věcí na zdaňovací období roku 2021 v době nouzového stavu omezili osobní kontakt se správcem daně, nenavštěvovali správce daně na úřadech a využívali zejména elektronické formy komunikace. Finanční správa zřídila pro poplatníky daně z nemovitých věcí infolinky pro případné obecné dotazy i pro konkrétní prob-

lémy s vyplněním daňového přiznání. Dotazy vyřizují územní pracoviště především podle místa pobytu poplatníka. Územní pracoviště pro Prahu 4 na adrese Budějovická 409/1 má k dispozici infolinky 234 689 145 a 234 689 146, na kterých poplatníkům nabízí informace i pomoc s vyplněním daňového přiznání k dani z nemovitých věcí. Pracovníci správce daně z nemovitých věcí budou na uvedených číslech k dispozici každý pracovní den, v pondělí a středu od 8.00 do 16.30 hodin, v úterý a čtvrtek od 8.00 do 14.30 hodin a v pátek od 8.00 do 13.30 hodin.

Želetavskou ulici omezí natáčení reklamy

Vsobotu 23. ledna bude z důvodu natáčení reklamy uzavřena ulice Želetavská v úseku od ulice U pomníku k vjezdu do podzemních garáží objektu č. 1525/1 (budova Philadelphia). Objížďka bude vedena ulicí Vyskočilovou.

Praha 4 spustila aplikaci pro kvalitnější život svých obyvatel

Městská část Praha 4 se připojila k městům a obcím, které již úspěšně provozují platformu PinCity. Tato platforma umožňuje obyvatelům městské části prostřednictvím jednoduchého grafického rozhraní lokalizovat a navrhnout si svůj vlastní projekt, který mohou ostatní lidé komentovat a hodnotit, a dát tak radnici najevo, co a kde by mohla zrealizovat, nabídnou či zajistit.

„Zároven radnice může prezentovat obyvatelům prostřednictvím tak zvaných pinů, česky připínáček, výsledky své činnosti, co kde pro své obyvatele, žáky, sportovce a děti zrealizovala, čím se právě zabývá nebo co by chtěla zrealizovat ve střednědobém výhledu,“ uvedl radní pro životní prostředí a místní Agendu 21 Tomáš Hrdinka.

Na přehledné mapě Prahy 4 jsou tedy pomyslně zapíchnuty připínáčky přesně do míst, kde k realizaci veřejné zakázky či pro-

jektu buď již došlo, pro jaká místa vznikly nebo vznikají studie (koncepce rozvoje) či do jakých míst radnice plánuje zacílit své investice a komunitní činnost v nejbližší až střednědobé budoucnosti. Uživatel webu může filtrovat projekty ve zmíněném časovém horizontu či podle tematického zaměření jako je například zeleň, kultura, infrastruktura, sociální péče apod.

Pro návrhy veřejnosti je v rámci webu určena stejnojmenná záložka, kde po přihlášení mohou zadat a do mapy zapíchnout svůj projektový návrh, v jednoduchém formuláři je prostřednictvím několika parametrů představit a následně jej veřejně publikovat. Ostatní uživatelé webu pak mohou návrh komentovat a dávat mu své preference. Tím rovněž dávají radnici na vědomí, co by jinak městská část složitě zjišťovala v rámci participačních plánování s veřejností pod hlavičkou místní Agendy 21.



Mezi návrhy je i nové dětské hřiště na Novodvorské.

Na novém webu, který najdou zájemci na adrese praha4.pincity.cz, se již objevily první návrhy a komentáře. Mezi nimi například podnět pro radnici, aby zlepšila situaci s parkováním v lokalitě sídliště Krč a okolí, prověřila možnosti rozšíření parku u kostela svatého Pankráče, vybavila park před Akademií řemesel piknikovými stoly a další.

Vaše 4. Nezávislý měsíčník o dění v Praze 4, vydává A 11, s. r. o., Ortenovo náměstí 36, Praha 7, 170 00, IČ 27120805, Registrace MK ČR E 21850, Ročník VIII, vychází měsíčně, Datum vydání lednového čísla 18. 1. 2021

Příjem inzerce: Petr Königsmark, petr.konigsmark@a11.cz, tel.: 773 085 645,

Redaktorka: Jitka Kačánová, jitka.kacanova@a11.cz

Uzávěrka podkladů a inzerce příštího čísla 8. 2. 2021, časopis vychází 15. 2. 2021



Velkoobjemové kontejnery

Velkoobjemové kontejnery v Praze 4 jsou přistaveny od 16.00 do 20.00 hodin.

Co nelze odložit do VOK

Do VOK nelze odkládat živnostenský odpad, jiný odpad než objemný jako je např. směsný komunální odpad, který lze vhodit do běžné sběrné nádoby, nebezpečný odpad (např. autobaterie, zářivky, barvy, rozpouštědla, mo-

torové oleje a obaly od nich), bioodpad, stavební odpad, dále pak pneumatiky, elektrospotřebiče, televizory a pc monitory, počítače, lednice, mrazáky a sporáky.

Co lze odložit do VOK

Do VOK je možné odložit starý nábytek, koberce, linolea, zrcadla, umývadla, vany a WC mísy, staré sportovní náčiní, autosklo a kovové předměty.

18. ledna 2021

- Žilinská
- Kotorská (u jeslí)
- Boleslavova x Božetěchova
- Zapadlá x Zelený pruh
- Psohlavců x Věkova

19. ledna 2021

- Na Květnici (u stanoviště třídného odpadu)
- Na Líše x Na Novině
- Jihlavská (proti garážím)
- K Výzkumným ústavům
- Horáčkova x Bartáková

20. ledna 2021

- Baarova x Telčská
- Lukešova x Bohrova
- Bítovská
- Klánova x U Vodotoku
- Podolská x K Výsoké cestě
- Na Zlatnici x Na Podkovce

21. ledna 2021

- Plamínkové (u garáží)
- Kamenitá
- Branická x K Ryšance
- Jilovská (u Alberta)

25. ledna 2021

- Na Veselí x V Obč. domově
- Jiskrova x Na Mlejnu
- Sinkulova x Na Klikovce
- V Hodkovičkách x Jitřní
- Pod Jalovým dvorem

26. ledna 2021

- Pod Vršovickou vodárnou III.
- Podolská x U Vápenné skály
- Ružinovská x Kukučínova
- Nad Havlem x U Krč. nádraží
- Sládkovičova

27. ledna 2021

- Fillova x Rabasova
- Mirotická x Čimelická
- Jihozápadní V. x Jižní IX.
- Na Chodovci (proti škole)
- Jižní XVI.

28. ledna 2021

- Choceradská x Senohrabská
- Severovýchodní IV. x Severní IV.
- Viktorinova
- Ohradní x Na Křivíně
- Podolská x Pravá

Odběrová místa na testy COVID-19 v Praze 4

Objednání přes web <https://covid.praha.eu/>

Fakultní Thomayerova nemocnice
Praha 4, Vídeňská 800 (G1)

Citilab s.r.o.
Poliklinika Michnova
Praha 4, Michnova 4

PRONATAL s.r.o.
Poliklinika Zelený pruh
Praha 4, Roškotova 2

SPADIA LAB – Žluté Lázně
Praha 4, Podolské nábř. 3/1184

Medicínské centrum Praha s.r.o.
Praha 4, Mezi Vodami 205/29

FortMedica ORL Modřany
(pouze antigenní test)
Praha 4, Soukalova 3

AeskuLab – Čs. Exilu
Praha 4, Čs.exilu 2175/36

FortMedica ORL Budějovická
(pouze antigenní test)
Praha 4, Antala Staška 80

Cena testu PCR pro samoplátce je:

- 1765 Kč (výsledek testu do 48 hodin)
- 2700 Kč (výsledek do 24 hodin)
- 3000 Kč (expres – výsledek ještě ten den)

Aktuální kontakty na Úřad Prahy 4

Recepce: 800 194 237

Tato základní informační linka bez možnosti přepojování je v provozu v pracovních dnech od 6.00 do 20.00 hodin.

Webové stránky: www.praha4.cz

E-mail: posta@praha4.cz

E-mailová adresa je určena pro příjem datových zpráv opatřených elektronickým podpisem a zpracovaných elektronickou podatelnou.

S ohledem na setrvávání republiky v pátém stupni Protiepidemického systému ČR (PES) a současně platná nařízení vlády ohledně nouzového stavu je od pondělí 4. ledna 2021 je Úřad MČ Praha 4 ve všech svých pracovištích pro veřejnost otevřen v pondělí od 8.00 do 13.00 a ve středu do 13.00 do 18.00 hodin.

V naléhavých případech je možné dohodnout se na jednání s konkrétním pracovníkem na konkrétním odboru, případně na otevření podatelny i v jiném čase než v uvedené otevírací době, ale je třeba se na tom domluvit předem telefonicky nebo e-mailem.

Chcete inzerovat ve Vaše 4?



Volejte Petra
773 085 645

Více na
www.vase4.cz

INZERCE V4-0106

Žaluzie, rolety, sítě stahovací garnýže sušáky na prádlo

Oprava oken, žaluzií

www.interierservisgroup.cz

Tel. 603 715 285

INZERCE V4-0105



Řádková inzerce ve Vaše 4 ZDARMA

**PŘES NÁS
PRODÁTE COKOLIV!**

Objednávky na radkova.inzerce@a11.cz

INZERCE V4-0103

PŘÍRODNÍ
CESTOU

PRŮJEM
IDIOPATICKÉ STŘEVNÍ ZÁNĚTY
CROHNOVA CHOROBA
NADÝMÁNÍ

HEMOROIDY
ULCERÓZNÍ KOLITIDA
DRÁŽDIVÝ TRAČNÍK
ZÁCPA



Míváte problémy se zažíváním, pálením žáhy, jícnem, žaludkem, nadýmáním, stolicí, zácpou, průjmy, hemoroidy, záněty, propustností střev atp.? Máte slabší imunitu či málo životní energie?

Jděte přírodní cestou a vyzkoušejte Vitestin® - unikátní doplněk stravy. Darujte sobě a blízkým zdraví, které začíná a končí ve střevech.

Málokdo tuší, že
naším největším
imunitním orgánem
jsou střeva.
Na nich záleží, jestli
tělo vstřebá
všechny důležité
živiny a odolá útoku
různých patogenů.
Jinými slovy,
správně fungující
střeva jsou
nezbytnou
podmínkou
celkového zdraví.

PÉČE O VAŠE STŘEVA

A CELÝ ZAŽÍVACÍ TRAKT

RECEPTY a test zažívání na našich stránkách

V laboratořích **Jihočeského vědeckotechnického parku** pro vás již od roku 2017 vyrábíme Vitestin®, který je svým rozsahem a působením zcela výjimečný. Přírodním způsobem harmonizuje střeva a sliznice celého zažívacího ústrojí a významně je podporuje v jejich normální přirozené funkci. Vitestin® pomohl mnohým z vás i tam, kde nepomohli jiní a kde jste již vyzkoušeli úplně vše...

Účinnost a působení Vitestinu® jsou dány cílenou kombinací jednotlivých druhů **českých bylin**, jejich přesným poměrem a unikátním výrobním postupem.

Aloe Vera doplňuje strukturu a je obecně prospěšná na zažívání. **Ženšen** podporuje účinek, přispívá k vitalitě a regeneraci organismu.

Doporučená denní dávka je 1/2 (žaludek, jícen) či 1 (střeva) sklenice denně. Tento poměrně větší objem zajišťuje, aby se Vitestin® dostal pokud možno na všechna problematická místa v zažívacím traktu.

Vitestin® neobsahuje žádný cukr, lepek, ani barviva či konzervanty.

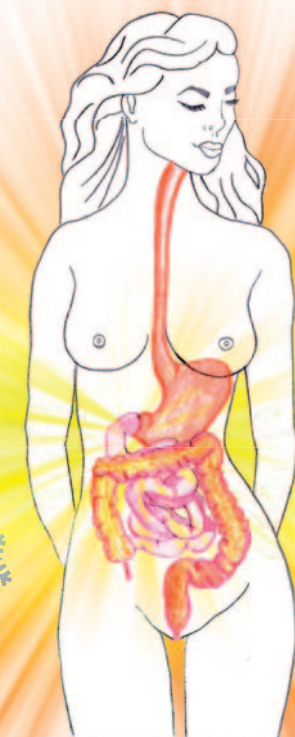
Počet dní užívání je individuální a pohybuje se v rozsahu 3 a více dní v závislosti od vašeho problému.

Více informací, **dávkování, seznam vybraných prodejen** ve vašem okolí, **e-shop** a **recenze** najdete na našem webu nebo **zavolejte, rádi vám poradíme.**

„Největší problémy nastaly až po využívání antibiotik na borelie. Začala jsem mít průjmy, připojily se problémy s koleny, klouby, nervové problémy, padání vlasů, únava. Nemohla jsem nic sníst. Asi po půl roce užívání Vitestinu již mohu jíst skoro všechny potraviny. Nyní se mi také zlepšila pleť, bolesti v kolenou i v zádech ustupují.“

Alena K., okr. Benešov

„Já už dlouho trpím průjmy a moje žena má naopak stále zácpu.“



160 Kč

VYRÁBÍME S LÁSKOU A PÉČÍ
V ČESKÉ REPUBLICE

bezlepkový výrobek

NATURA IMUNECO, s.r.o. Lipová
1789/9, 370 05 České Budějovice

Zkoušela na to asi opravdu všechno. Vitestin jsme užili 14 dní v kuse. A hned od 2. či 3. kusu to zafungovalo. Já i žena chodíme normálně na toaletu. V současnosti ho užíváme 2x týdně a efekt přetrvává.“

I. B., Č. Budějovice

„Vitestin je moje záchranná brzda při ataku ulcerózní kolitidy.“ František Böhm, Č. Budějovice

„Skoro 3 roky to byl horor s dráždivým tračníkem. Neustálé průjmy, i 15 x za den, neprospané noci, zácpy. Vypila jsem 5 sklenic a při šesté se stal zázrak. Střeva začala úplně normálně pracovat!“

Martina, Ostrava

„Diagnoza zněla: segmentární kolitida, divertikly a drobné polypy tračníku. Koupil jsem tedy pár skleniček a očekával zázrak. Ten se sice nedostavil, jen malé zlepšení. Koupil jsem si další a stav se začal mírně zlepšovat asi po využívání 15ti skleniček. Nyní užívám Vitestin obden a problémy ustoupily!“ Karel Kottek, Praha

„Od roku 2016 jsem měla veliké poruchy zažívání. Neměla jsem na nic sílu. Diety a černé uhlí na zastavení problémů nepomáhaly. První zlepšení nastalo po 14 dnech užívání Vitestinu. Po 28 dnech problémy ustaly zcela.“

doc. Ing. Růžena Krninská, Csc.

OCHUTNEJTE TAKÉ NAŠE – VAŠE
RECEPTY PRO LEH(P)ČÍ POCIT
KE STAŽENÍ ZDARMA



Se zdravými střevy pocítíte
návrat a příliv životní energie.

www.vitestin.cz

Tel. : 389 500 001

777 455 588

Doplněk stravy nejsou náhradou pestré stravy.