

ŠEBEROV A HRNČÍŘE



pravodaj

4/2004

VYDÁVÁ ÚMČ PRAHA 4 - ŠEBEROV

Zastupitelstvo

Naše škola

Baráčníci

Příroda

Zdraví

Kultura

Info

Reklama

Rybník Brůdek



Internet s



INTERNET SERVICE PROVIDER

jedinečná nabídka

**Nechceme se starat jen o Váš počítač, chceme se starat i o Vás!
SLAVÍME 6. NAROZENINY, DÁRKY MÁME PRO VÁS!!!
CENY INTERNETU OD NÁS? DÁREK NEJEN PRO VÁŠ POČÍTAČ!!!**

pro domácnosti

služba	měsíční paušál	připojovací poplatek CaTV	připojovací poplatek WiFi
LITE 200/140 kbps	600,-	2 500,-	5 000,-
LITE 320/140 kbps	900,-	2 500,-	5 000,-
LITE 460/200 kbps	1 200,-	2 500,-	5 000,-
PREMIUM 320/140 kbps	1 100,-	2 500,-	5 000,-
PREMIUM 460/200 kbps	1 600,-	2 500,-	5 000,-
PREMIUM 600/200 kbps	2 100,-	2 500,-	5 000,-

služba LITE

připojení je realizováno prostřednictvím technologie NAT (překlady IP adres), je určeno hlavně pro využívání služby WWW a elektronické pošty na serveru mail.netel.cz (e-mail o velikosti 10 MB zdarma). Lze provozovat i libovolné síťové aplikace, které nevyžadují veřejnou IP adresu. Rychlosti nejsou sdílené, služba není limitována množstvím stažených dat.

služba PREMIUM

vlastní veřejná adresa včetně reverzního DNS záznamu, tato služba je určena pro maximální využití internetu, není zde žádné omezení na jednotlivé síťové protokoly. Kromě využívání služby WWW lze provozovat libovolné síťové aplikace, jako např. ICQ, IRC, NetMeeting, FTP, publikování WWW, vhodné na hraní her přes nebo po lokální síti NETEL atd. Možnost využívání elektronické pošty na serveru mail.netel.cz (e-mail o velikosti 20 MB zdarma). Služba není limitována množstvím stažených dat.

ostatní uživatelé - firmy, školy

služba	měsíční paušál	připojovací poplatek CaTV	připojovací poplatek WiFi
OFFICE 600/200 kbps	2 100,-	3 000,-	5 000,-
OFFICE 1024/512 kbps	4 100,-	3 000,-	5 000,-
OFFICE 2048/1024 kbps	7 500,-	3 000,-	5 000,-

služba OFFICE

připojení pro firmy, školy nebo jiné instituce. Kromě stejných parametrů jako u služby PREMIUM je zde možnost připojení více IP adres, registrace vlastní domény na serveru ns.netel.cz, neomezený počet e-mailových schránek a umístění vlastní WWW prezentace na našem WEB serveru (PHP4, MySQL).

! Uvedené rychlosti jsou samozřejmě garantované !

NETEL - Jaroslav PECH, Filipova 2015, Praha - Chodov,
tel.: 777 823 644, www.netel.cz, e-mail: info@pha.netel.cz

Zastupitelstvo

Informace o dopravním řešení kolem Hrnčič – tzv. Vestecká spojka

Zastupitelstvo městské části Praha – Šeberov stále sleduje navrhovaná řešení dopravy kolem Šeberova – Hrnčič. Na tento problém také neustále reagují naši občané, neboť jsou trvale atakováni městskou částí Křeslice a Občanským sdružením OPTIM-EKO o nebezpečí tzv. Vestecké spojky a křižovatky na D1 v 3,7 km.

Vzhledem k výše uvedenému Vás zastupitelstvo městské části Praha – Šeberov informuje o následujících skutečnostech:

1. Dálniční okruh – vedení trasy na jiho-východě **odsouhlasilo Hlavní město Praha v tzv. dlouhé variantě – JVD.**

Tento okruh buduje stát, nikoli hlavní město Praha a již zapracován v územních plánech všech dotčených obcí a je zanesen i v územním plánu vyššího územního celku Pražského středočeského regionu.

2. Zmiňovaná Vestecká spojka prochází jednak územím HMP a jednak územím tzv. vyššího územního celku Pražského regionu (Středočeský kraj). Část ležící na území HMP je dle územního plánu HMP zatříděna jako sběrná komunikace B2 s možností obslužné komunikace C17, což dle ČSN 736110 znamená v praxi komunikaci šíře max. 22,5 m s rychlostí 70 km/h s **úrovňovými** křižovatkami.

3. V ÚP Pražského regionu bude MČ usilovat i nadále o její zatřídění jako komunikace II. třídy, která má téměř stejné technické parametry jako výše zmiňovaná komunikace B2 (dle ÚPn HMP) a o doplnění dvou kruhových **úrovňových** křižovatek (t. j. na komunikaci od Průhonic a Rozkoše a od Vestce).

Domníváme se, že pro naši městskou část jsou tyto kruhové křižovatky **zásadní**, neboť by podstatně snížily neúnosné dopravní zátěže stávajícími průjezdy Šeberovem a Hrnčičemi.

Zastupitelstvo MČ Praha – Šeberov se opakovaně zabývalo tímto problémem, navázalo na předchozí jednání již od roku 2002 a **v současné době proběhlo několik zásadních jednání** jak s představiteli Krajského úřadu Středočeského kraje, odborem regionálního rozvoje, tak s Útvarem rozvoje hl. m. Prahy a na poslední pracovní schůzce, která se uskutečnila na Úřadě městské části Praha – Šeberov bylo rozhodnuto, že **filosofie MČ Praha – Šeberov ohledně kruhových křižovatek je oprávněná a nyní musí Zastupitelstvo Šeberova učinit administrativní kroky k její realizaci. Zároveň bylo potvrzeno, že tzv. Vestecká spojka je komunikací II. třídy a otázka jejího vybudování není v žádném případě v zájmu státu, ale pouze obcí resp. Středočeského kraje.**

Zastupitelstvo MČ Praha – Šeberov přijalo ihned na svém pracovním zasedání dne 1. 9. 2004 usnesení, kterým ukládá starostovi MČ Praha – Šeberov zajistit dohodnutý postup.

O dalších krocích a vývoji v této kauze Vás budeme průběžně informovat. Případné další dotazy či informace Vám rádi poskytneme na ÚMČ Praha – Šeberov.

V Praze dne 2. 9. 2004

Zastupitelstvo MČ Praha – Šeberov

Z porad a zasedání zastupitelstva

Řádné zasedání 14. 6. 2004

- ZMČ uložilo starostovi pokračovat v jednáních ohledně Vestecké spojky (viz samostatná situační zpráva)
- souhlasí s navýšením rozpočtu MČ o 90 tis. Kč od Radiomobilu na hřiště v Hrnčírích
- souhlasí s podáním změny ÚP HMP pro p. Kotena
- bere na vědomí oprávněný požadavek na výkup pozemku parc. č. 1431/2 – komunikace, který pro nedostatek fin. prostředků nemůže zrealizovat
- souhlasí s podáním změny ÚP HMP předloženou p. Bartoníčkem
- souhlasí s poskytnutím příspěvku 1.000,- na Fond ohrožených dětí
- doporučuje pí Gregorové podat změnu ÚP HMP na VN – nerušící výroby

Mimořádné zasedání 28. 6. 2004

- ZMČ bere na vědomí úpravu rozpočtu jeho navýšením o účelovou dotaci pro:
ul. Loucká – 850.000,- Kč – inv.
ZŠ – elektro – 200.000,- Kč – inv.
okna MŠ – 640.000,- Kč – inv.
okna ZŠ – 305.000,- Kč – inv.
PD strav. ZŠ – 300.000,- Kč – inv.
- souhlasí s použitím příspěvku od Sicomu 80.519,- Kč na dětské hřiště v Hrnčírích
- souhlasí s uvolněním 89.350,- Kč na odstranění havárie kanalizace – MŠ Šeberov
- nesouhlasí se žádostí MČ Praha – Křeslice na změnu ÚPn HMP – vyloučení křižovatky na 3,7 km D1

Porada 9/2004 ZMČ

- ZMČ rozhodlo vl. prostředky udržovat veškeré plochy na hřbitově
- doporučilo požádat MP Praha 11 o kontrolu dopr. režimu na Opatovské křižovatce
- doporučilo požádat znovu o zřízení zpomal. prahů a úpravu stávajících

Porada 10/2004 ZMČ

- rozhodlo podpořit snahu MČ Praha – Újezd o prodloužení neplaceného úseku D1
- pověřilo tajemníka úpravou provozních podmínek Baru v Hrnčírích
- rozhodlo realizovat opravu chodníku Šeberov – Hrnčře v r. 2005
- rozhodlo uvolnit částku 100 tis. Kč na přístřešky zast. MHD
- rozhodlo zamítnout návrh změny Vyhl. 23/2003 na označování psů

Porada 11/2004 ZMČ:

- rozhodlo odložit podání určovací žaloby na vlastnictví poz. č. 276 do získání dalších informací
- vzalo na vědomí záporné stanovisko OD – P 11 k instalaci zpomal. prahů
- nesouhlasí s pronájmem Bar. rychty.
- souhlasí s instalací oplocení kontejnerů v ulici V Ladech, resp. jejich přemístění
- doporučilo prošetřit systémově umístění kontejnerů
- prověřit opravu ul. Lesného poškozené stav. technikou
- souhlasí s pronájmem předzahrádky KD s ukončením provozu 21.00 hod.

UPOZORNĚNÍ VOD-KA a.s.

Podtlaková kanalizace

Tato kanalizace slouží ke shromažďování splaškových vod do centrálního místa (podtlakové kanalizace) z obce.

Tato kanalizace slouží pouze pro splašky. Dešťové vody, tuky, nebezpečné odpady (oleje, barvy, apod.) a jiné zdroje (splašky od domácích zvířat apod.) je nutné odvádět popř. likvidovat jiným způsobem. Je přísně zakázáno pouštět tyto vody do gravitačních svodů, které jsou zaústěné do podtlakové šachty s ventilem nebo je do šachty přečerpávat. Dále je zakázáno do podtlakové šachty vhazovat jakékoliv předměty (klacky, kameny, lahve, atd.).

V případě, že bude zjištěno porušení těchto zásad (jsou v souladu s kanalizačním řádem), bude s příslušným neukáz-

něným člověkem zahájeno správné řízení (v součinnosti s Okresním úřadem).

Naším zájmem je, aby vybudovaná kanalizace sloužila všem obyvatelům obce a aby se nestal místem, kam je možno beztestně cokoliv odhodit. Je samozřejmostí, že po dohodě s provozovatelem (a za jeho přítomnosti) je možno v některých případech do podtlakové šachty řízeným způsobem „něco“ přečerpávat (např. septik, vodu ze studny...)

Provozovatel:

VOD-KA a.s.

Horní Dubina 276/10

412 01 Litoměřice

Kontakt (v pracovní době)

tel.: 602 443 947

Pohotovost (po pracovní době):

tel.: 602 443 947



VETERINÁRNÍ ORDINACE

MVDr. Pospíchal Zdeněk

U Mlýnského rybníka 209

Praha 4 - Šeberov

Ordinační hodiny: pondělí - pátek 9.00 - 18.00

Tel.: 244 910 776



**Ahoj po prázdninách!!!
Letí k Vám zprávičky ze školy.**

I když rtuť teploměru ukazuje přes den letní teploty, chladná rána nám povolna oznamují příchod podzimu.

Vše má svůj začátek a konec, například pěkná kniha, film, fotbalové utkání, tak i léto a s létem i prázdniny.

O prázdninách jsme poznali krásy naší republiky nebo exotické země, zažili dobrodružství a spoustu legrace na letních táborech, prožili jsme romantickou dovolenou v idyllické přírodě, někdo dal přednost dovolené, při které se mu zvedala hladina adrenalinu. Zkrátka, každý prožil prázdniny a dovolenou podle svého.

Zatímco si děti užívaly prázdnin, budova školy se připravovala na to, aby je přivítala v novějším kabátě.

Školou se neozývalo dětské švitoření, po schodech a po chodbách nepobíhaly a nestrkaly se děti. Škola patřila řemeslníkům. Třídy jsou osvětleny kvalitnějšími svítilny, ve třídách čekají na děti již zprovozněné počítače. Dřevěná okna byla vyměněná za plastová. Nová okna získaly i obě mateřské školy. Všechny tyto změny znamenaly pro obě paní ředitelky Hrubou a Zdeňkovou, jejich trvalou přítomnost ve škole a školkách po celou

dobu rekonstrukce. Jejich zasloužená dovolená se zkrátila na minimum.

Malíři vymalovali a úklidová služba celou školu nablýskala a naleštila. Konečnou podobu získaly třídy a chodby díky paní učitelkám a nového pana školníka Klimenta.

1. září přivítala naše 100-letá škola 85 dětí, z toho 24 prvňáčků. Děti si všech „novinek“ všimly: okna, světla, krásné dekorace na chodbách a v 1. patře čtenářský koutek s pěknými pohovkami. „Jé, tady je to hezké!“ Ozývalo se ze všech stran.

Prvňáčky jsme přivítali naší již tradiční diskotékou. Děti si mohly zatančit a zasooutěžít.

18. září nás čeká vyvrcholení oslav 100. výročí otevření naší školy. To pro učitelky a děti znamená velkou přípravu. Doufáme, že vše dopadne dobře a že všem, kteří se oslavy zúčastní, zůstanou pěkné vzpomínky v paměti.

**Krásný a příjemný podzim
Vám všem přeje**

Marla Krulá!

Sborník žákovských prací ke 100. založení školy

Kdo straší v Šeberově...

(přepis originálních prací, redakce neopravuje chyby)

O Dýňáskovi

Kristina Benešová

Byl jednou jeden Fanda a ten Fanda tak zlobil, jako že něco udělal dětem, třeba je bouchnul a pak se zjevil Dýňásek a ten strašil děti jako něco.

Strašil i Fandu i třeba Míšu a prostě strašil všechny děti. Ani nevíte, jak se zjevil. Děti zlobily a už se zjevil.

Proto začali děti být hodné a poslušné. I Fanda a Míša se polepšili a tak se Dýňásek přestal zjevovat.

Jak strašák Bubák strašil

Filip Žilák

Byl jeden kluk, jmenoval se Martin, Ten kluk byl zlý. Často strašil holčičky a pral se s nimi. A protože byl strašák Bubák hodné strašidlo a trápilo ho, co Martin holkám provádí, rozhodl se ho napravit. Když Martin napsal úkol, nadělal mu v něm chyby. A když si Martin uklidil svůj pokoj. Rozházel mu v něm hračky. Rodiče se moc zlobili. Martin musel všechno uklidit a opravit. Pak si uvědomil, že když on dělá naschvály a ubližuje ostatním, strašák Bubák bude dělat naschvály jemu. Začal tedy holkám pomáhat, kamarádit se s nimi a snažil se dělat radost svým rodičům. A oni radost opravdu měli. Za to, že se Martin tak polepšil mu koupili nové kolo. I bubák mu přestal dělat naschvály.

Záhada na zámku

Tereza Jakešová

Byl jednou jeden zámek. A na tom zámku strašilo strašidlo Bucifal. A ten Bucifálek neměl rád světlo. Jednou, když se otevřely dveře, sluníčko se rozzářilo. Bucifálek se hned schoval zpátky do zámku, protože strašidla nemají rádi světlo. Jednou když Adam šel do školy, uviděl zámek. Moc byl zvědavý, co se v zámku ukrývá. Než mu přijel autobus, do zámku se podíval. Bylo tam ticho, ale přece jenom něco vrzalo. Měl trochu strach, ale přesto pokračoval dále v prohlídce zámku. Najednou zaskřípaly dveře a objevilo se strašidýlko Bucifálek. Adam se vylekal, ale přistoupil k Bucifalovi a začal se s ním povídat. Zjistil, že je docela milý a slíbil mu, že druhý den ho zase navštíví. Potom spěchal zpátky na stanici autobusu, aby nepřišel pozdě do školy.

Škrpálník zlomyslný

Jakub Kolínský

U nás ve škole straší škrpálník. Je to pěkně zlomyslné strašidlo. Rozhazuje totiž dětem boty, zamotává tkaničky, vytahuje je z bot a dělá na nich uzlíky. Potom se chechtá, když vidí, jak děti hledají své boty nebo zápasí s tkaničkami. Nikdo z nás ho ještě neviděl, protože řádí v botárně vždy jen při vyučování. Víme ale, že to byl obyčejný kluk jako my, ale protože měl pořad zablácené boty a roznášel špínu po škole, rozzlobený školník ho kdysi zaklel. Bude tady strašit tak dlouho, doku ho některá žákyně naší školy nenaučí čistit boty a zavazovat tkaničky.

Baráčníci

Je nám 130 let

Byl to malý hostinec na okraji Kolína lidově nazývaný „Baráček“, kde se scházela stolní společnost zajímavých lidí, mezi které rád dojížděl i známý divadelní herec a komik královského divadla v Praze, Jindřich Mošna. Založili spolek a začali si říkat „Baráčníci“. Znamená to tedy, že baráčníci nejsou žádnou společností lidí, kteří by museli vlastnit jakýkoliv dům či barák, ale sdružením lidí, kteří mají vztah k myšlence, zrozené v Baráčku. Bylo to: zachovávání staročeských zvyků a obyčejů, vlastenecké cítění, dobročinnost. Baráčnická myšlenka získala brzy své příznivce i za hranicemi Kolína. Blahodárná vlastenecká činnost se rozšířila nejen po Praze, ale i do okolí. V roce 1895 už pracovalo 32 obcí. Toto hnutí bylo tak silné, že se rozšířilo téměř do celých Čech. Na přelomu století přicházejí zprávy o založení baráčnických obcí ve Vídni i ve Spojených státech amerických. Od samého začátku to byl spolek nepolitický, složený ze všech tříd obyvatelstva, který pomáhal nejen svým členům, ale mnoha dary širokému okolí, hlavně „Ústřední matici školské“. Za největší počiny v činnosti baráčníků lze považovat výstavbu menšinové školy v Pláni Věžováté, jednu z nejkrásnějších menšinových škol, dále přestavba Všebaráčnické rychty na Malé Straně, dnešní sídlo Veleobce, peněžitý dar republiky ve výši 300 000,- korun na obnovu Staroměstské radnice a téměř 3 miliony korun pro národní účely v letech 1948-49. Baráčníci pomáhají i v současné době. Jen na povodně

v roce 2002 bylo vybráno a rozděleno postižených přes 330 000 korun. Peníze na tyto dary získávali členové dle svých možností pořádáním zábav, plesů, ale i sbírek. Jsou nejstarším národopisným spolkem na území českého státu, který nikdy nezměnil svůj název, obsahovou náplň práce či stanovy vedoucí k jedinému cíli – **by rád vždy Čech tu v Čechách žil, by blahobyt tu u nás byl – ty Čechy mé, vlast předrahá, jsou Baráčníků otčina. Nuž spojme se, v železný kruh, při dobrých srdcích stojí Bůh.** Jak zní slova naší baráčnické hymny.

Jiřina Pospíšilová, rychtářka
Červenec 2004



Vlast, Dobrot, sdruž. obec *Pele Guth*
Baráčnická
Hrnčičický

Obec Baráčníků Hrnčiče
Vás srdečně zve na oslavu
70. výročí
svého založení
které se koná v sobotu 16. října 2004
v Kulturním domě Hrnčiče

Program:
13-14 Vítní hosti
14,00 Řazení hostů
14,30 Přívod k pomníku padlých
15,30 Slavnostní zasedání
16,30 Taneční zábava

Srdečně zve
Konatelstvo OB Hrnčiče

K tanci a poslechu řady
děchová hudba Mníchovanská

národní autobus č. 326 ve 13.00
ze stanice autobusové OPRAZDŮ

Světový festival ptactva 2004 – pořádá BirdLife International (jehož partnerem v ČR je Česká společnost ornitologická) – více informací viz. www.cso.cz

Praha – Hostivař

Sraz v sobotu 2.10. v 9:00 na zastávce Selská – autobusová linka 177 (přestup možný z metra C – Opatov 8:37 nebo metra A – Skalka: 8:40). Pozorování ptáků v okolí Hostivařské nádrže a Milíčovských rybní-

ků. Ukázky odchyty a kroužkování ptáků.

Organizuje:

Michal Vinkler (tel. 581 215 012,

mobil: 606 50 43 49,

e-mail: vinkler1@natur.cuni.cz)

a Petr Suvorov.

Víte, že na našem území žije volavka popelavá...?

Jednoho dne jsem se rozhodla najít u rybníků volavku, věděla jsem, že tu žije, jen jsem nevěděla, na kterém z rybníků hnízdí. A protože rybník Brůdek je nyní díky občanskému sdružení Šupina nejkrásnější a je nově rekonstruován, vydala jsem se ráno za svítání právě tam. A volavka kroužila nad polem a přidaly se k ní další, až nakonec jsem napočítala hejno sedmi. Kroužily nad hrncířskými loukami, občas přistaly na stromech, tak ladné ve svém letu...

ZŠ

Volavka stříbřitá

Hlád' vodní šedá v dálku rozlitá,

volavka nad ní krouží stříbřitá.

Na hrázi stojím oči rukou stíně.

Dívám se tiše po krajině.

Li Po



Volavka popelavá *Ardea cinerea*

Řád: *Brodiví Ciconiiformes*

Čeleď: *Volavkovití Ardeidae*

Tato volavka obývá velké území Evropy, Afriky a Asie. Najdeme ji nejčastěji v okolí vodních ploch, kde nachází dostatek potravy. Živí se hlavně malými rybami. Nepohrdne však ani žábou, drobnými savci a hmyzem. K lovu ryb mají všechny volavky upravené krční obratle. Krk mohou esovitě prohnout. Nehybně pak čekají v mělké vodě až se k nim přiblíží kořist. Tu pak prudkým výpadem krku harpunují ostrým zobákem. Volavka popelavá je statný pták s rozpětím křídel přes 1,5 m a hmotnosti až 2 kg. Poměrně běžně se vyskytuje i na našem území, kde také hnízdí. Většinou se vyskytuje v koloniích, které mohou mít až několik set ptáků. Dříve byla pronásledována jako významný škůdce. Dnes je ve většině evropských států chráněna a její stavy se opět k velké nelibosti rybářů zvyšují. Bylo však prokázáno, že nepůsobí takové škody jako třeba kormoráni. Ječástečně tažná, někdy prezimuje.

Foto - Stach

Chřipkové období...

Začíná podzim a s ním i období různých nachlazení, chřipeček a rýmiček. Co všechno můžeme pro sebe udělat, abychom ne onemocněli? Za prvé bychom si měli uvědomit, že každý rok přicházejí k nám nové podoby virů, a tím, že onemocníme nejen, že adaptujeme svůj imunitní systém na tyto nové bacily, ale i trénujeme celkově svůj imunitní systém. Takže taková jedna podzimní chřipka s teplotou není vůbec na škodu... Existuje však řada možností, jak zmírnit průběh nachlazení nebo podpořit svůj imunitní systém. Ale znáte to, neléčená rýma trvá týden, léčená sedm dní... Žijeme v Praze, zakouřené a zamořené, a tak má náš organismus co dělat, abychom si udrželi svoji dobrou hladinu zdraví. Každý z vás si může vybrat v následujícím přehledu:

- **Očkování** - očkování proti chřipce je doporučováno lidem, kteří trpí kombinací chronických nemocí jako například cukrovka a onemocnění srdce, nebo vážné onemocnění srdce a kterým je toto hrazeno i ze zdravotního pojištění. Je nutné si ovšem uvědomit, že očkování je pouze proti viru chřipky a nikoliv proti jiným virům, které se běžně v chladném období objevují.
- **Vitamíny** - nikdy nejíme tolik ovoce a zeleniny, abychom měli jako obyvatelé smogové Prahy dostatek vitamínu C. Doporučuji v zimním období 500 mg vitamínu C denně, nejlépe v podobě tablet s prodlouženým uvolňováním a pokud onemoc-

níte, nic se nestane, zdvojnásobíte-li dávku.

- **Imunomodulační léky** - tyto léky jsou důležité pro lidi, kteří trpí na opakovaná onemocnění dýchacích cest nebo vědí, že vždy mají nemoc s komplikacemi. Poradte se svým lékařem, který lék by byl pro vás ten nejhodnější. Jsou to léky, jako například *Biostim*, *Luivac* nebo *Bronchovaxom*, a většinou znáte oblíbený *Imudon*, který lze běžně užít při „pálení a škrábání“ v krku.
- **Bylinky** - doporučuji na posílení imunity výtažky z *třapatky nachové* (*Echinacea purpurea*) nebo *maralovy kořen* či *eleuterokok*. V lékárně vám vždy poradí.
- **Otužování a sauna**, k tomu není co dodat. Procházky venku za různého počasí také posílí imunitní systém, pravidelné cvičení či sport by mělo být samozřejmostí.

Pokud ovšem přes všechny tato doporučení onemocníte, měli byste mít na paměti, že zvýšená teplota = do 38 stupňů Celsia je normálním projevem zdravého imunitního systému a není třeba tuto teplotu snižovat. Pokud je vyšší, lze ji snížit léky: *Paralen*, *Acylpyrin*, *Ibuprofen*, ale pamatujte, nejlépe uděláte, když si dáte čaj s medem a citronem, lehnete do postele a několik dní si odpočinete! Přeji silné zdraví a pohodu v podzimních dnech.

Zuzana Škodová



Církev bratrská Vás zve
do svého moderního kostela v Šeberově.

Neděle 10.00

Program pro dospělé i děti, mnoho dalších aktivit.

info na: www.cb.cz/praha4
e-mail: fajfr.marek@seznam.cz

Církev bratrská, V Ladech 10, Praha 4 - Šeberov

Bohoslužby každou neděli v 10. 00 se samostatným programem pro děti a dorost.



Klub „**Velryba**“ pro dorostence.
Každý pátek od 15.00



Klub „**Motýlek**“ pro maminky s dětmi.
Každé úterý od 10.00

Spousta dalších aktivit. Pro mládež, děti a dospělé. Kontaktujte nás!

Info:
Public relations 724 146 226 Marek Fajfr.

**Rockový koncert
skupin**

Adriel

ze Slovenska

Kidron

z Německa

d.o.g.

z Jižních Čech.

**22. 10. 2004
v 19.00 hodin**

Vstupné 50 Kč přímo na místě.
Kostel Církve bratrské.

INFORMACE – KONTAKTY



Úřad městské části Praha – Šeberov

K Hrnčářům 160, 149 00 Praha 4

Tel.: **244 911 713**

Zdravotní centrum

Praktická lékařka

MUDr. Zuzana Škodová

K Hrnčářům 263, Praha 4 – Šeberov

Tel.: **244 910 673**

Pondělí, středa, pátek 8 – 13

Úterý, čtvrtek 13 – 18

Lékárna:

Pondělí – pátek 8 – 18

Lékařská služba první pomoci

Pacovská 31/869, Praha 4

Pondělí – pátek 19 – 7

Pátek až pondělí nepřetržitě

Děti 241 733 916

Dospělí 241 733 917

Zubní 241 733 917

Veterinární ordinace

MVDr. Zdeněk Pospíchal

U mlýnského rybníka 209

Praha 4 – Šeberov

Tel.: **244 910 776**

Ordinace: Po – Pá 9.00 – 18.00

Potraviny Šeberov

Potraviny „Týnka“

Pondělí – pátek 7,30 – 13,30

Sobota 8 – 12

Neděle 9 – 12

Potraviny „Tichý – Hertlová“

Pondělí – pátek 7,30 – 18

Sobota 8,30 – 11 14 – 18

Neděle 13 – 18

Potraviny „V Ladech“

Nová Trafika

Městská policie

Tel.: **156**

Telefonní čísla našich strážníků:

Paní Petrová: 605 500 317

Policie ČR

Tel.: **158**

Policie Jižní Město II – ulice Hrázského,

Tel.: 271 914 880

Velkoobjemové kontejnery do konce roku 2004

V Ladech: 8.10., 12.11., 10.12., Osvětová: 22.10., 26.11., 17.12.

Finanční poradenství

Chcete si do budoucna vytvořit dostatečnou finanční rezervu?

- zajistit své blízké před existenčními těžkostmi?
- zabezpečit se pro případ trvalé invalidity?
 - snížit si daňový základ?

To vše je možné v naší finanční společnosti
s nejvyšším finančním ratingem
„AAA“.

Neváhejte a volejte.

Finanční poradce - Krausová Naďa

Telefon: 604 266 188

Hypotéka

Bez ručitele a potvrzení příjmů

Navýšení 3 - 3,5 % ročně

Telefon: 604 266 188

Alergologie a imunologie pro děti a dospělé

MUDr. Helena Vobořilová
Zdravotní centrum Šeberov
K Hrnčářům 263

Ordinace vždy v pondělí 14,30 - 18 od 6. 9. 2004

Telefon pro objednání: 272 916 975

Ceník inzerce

1/1
celá strana
128 x 185 mm

1/2 strany
128 x 90 mm

1/4
strany
60 x 90
mm

Příjem Inzerce ve formátech: CDR (texty v křivkách), AI (texty v křivkách), EPS, TIF, JPEG (300 dpi), PDF Acrobat (300 dpi) (jiné formáty po dohodě).

Pokud máte inzerci ve formátu DOC (Word) je dobré dodat, pokud je to možné, k souboru .doc ještě použité originální obrázky zvláště ve formátech uvedených nahoře, případně lesklé fotky nebo diapositivy k naskenování.

Černobílé inzeráty, pro inzerenty s trvalým bydlištěm v Šeberově a Hrnčířích:

Inzerát	1/1 A5	1/2 A5	1/4 A5
poprvé	500	250	130
opakovaně	400	200	100

Černobílé inzeráty, pro inzerenty s trvalým bydlištěm jinde:

Inzerát	1/1 A5	1/2 A5	1/4 A5
poprvé	800	400	200
opakovaně	600	300	150

Barevné inzeráty
(při opakování slevy po dohodě):

Inzerát	1/1 A5	1/2 A5
vnitřní str.	2 500	1 300
zadní str.	3 000	1 500

V ceně inzerátu je základní zpracování, tj. výběr vhodného písma, rámeček, umístění Vámi dodaného loga, umístění Vámi dodaného obrázku, předtisková příprava, tisk a roznos.

Pokud dodáte inzerát hotový z grafického studia, cena inzerce se nemění.

Pokud máte zájem o profesionální zpracování inzerce (grafické návrhy), kontaktujte prosím MUDr. Zuzanu Škodovou.

Jestliže byla Vaše grafika - logo (případně celý inzerát) již jednou ve zpravodaji použita a nechcete změnu, není nutno ji při příštím vydání posílat znovu (všechny soubory se archivují).

Infokanál

Očekáváme Vaše náměty, nápady a příspěvky! Mgr. Květa Vitvarová 602 253 160

Zpravodaj

Připravuje MUDr. Zuzana Škodová, e-mail: zuzana.skodova@ecn.cz

Příspěvky v jakékoliv podobě prosím na Úřad nebo do ordinace.

Zpravodaj vychází jako dvouměsíčník

Uzávěrky v roce 2004: 10.2., 10.4., 10.6., 10.8., 10.10., 10.12.



Koncert, na který srdečně zveme...

**Kristýna Valoušková
&
Musica Gaudeans**

10. října 2004 v 17 hodin

Program:

J. S. Bach, J. J. Quantz, A. Vivaldi ...

Kostel církve bratrské , V Ladech 10

Praha 4 – Šeberov

Vstupné 50 Kč, děti do 12 let zdarma

Služby pod jednou střechou

KROFTA UNISERVIS
K Safině 145
Praha 4 - Hrnčíře
www.uniservis.cz

Relax Club U KROFTŮ

*Bioturbosolárium
Permanentní make up
Infra kabina • Masáže
Contour up • Kosmetika*



*Café Bar
U KROFTŮ
Internet box*

Po-Ne 9-22 hod. ☎ 244 911 438

Sběrna oprav

Identifikace závady zdarma
NÍZKÉ CENY • KVALITA • ZÁRUKA

TISKÁRNY • POČÍTAČE • MONITORY • SCANNERY • FAXY
TELEFONY • ZÁZNAMNÍKY • MOBILY • KOPIJKY
PSACÍ STROJE • DIKTAFONY • SKARTOVAČE
KALKULAČKY • DATABANKY

TELEVIZE • VIDEA • SATELITY • CD A DVD PŘEHRAVAČE
HIFI VĚŽE • VIDEOKAMERY • FOTOAPARÁTY
ANTÉNNÍ SYSTÉMY – MONTÁŽE a ROZVODY

LEDNICE • MRAZÁKY • MIKROVLNKY • ROBOTY
ŽEHLIČKY • KULMY • FÉNY • VYSAVAČE

Po-Pá 8-18 hod.
☎ 244 910 055, 604 205 945

Papírnictví

v Hrnčířích

- ŠKOLNÍ POTŘEBY
- KANCELÁŘSKÉ POTŘEBY
- TISKOPISY, OBÁLKY, PAPIR
- KOPÍROVÁNÍ, LAMINACE
- KROUŽKOVÁ VAZBA
- FAXOVÁ SLUŽBA
- ZÁSBOVÁNÍ KANCELÁŘÍ NA KLÍČ,
DOPRAVA ZDARMA
- VÝROBA RAZÍTEK TRODAT
- VÝROBA VIZITEK
- NEJLEVNĚJŠÍ TONERY A NÁPLNĚ
RECYKLOVANÉ NÁPLNĚ SE ZÁRUKOU

Po-Pá 8-18 hod.
☎ 244 910 055, 604 205 945

NÍŽŠÍ ceny než v Makru!

Ruční mytí vozidel

- *eko-mytí karosérii*
- *eko-mytí motorů • čištění interiérů*
- *dofukování pneu • kontrola kapalin*
- *retuše škrábanců barevnými vosky*



Po-Ne 9-22 hod. ☎ 244 911 438