



BŘEZINĚVESKÝ



ZPRAVODAJ

ČTVRTLETNÍK MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA-BŘEZINĚVES



BřeziněFest 2026

str. 6

Rada hlavního města Prahy schválila výběr
zhotovitele stavby ZŠ a SŠ Březiněves

str. 3

Oslavy 200 let sportu a hasičů

str. 17 – 18

2-7

INFORMUJEME

8-11

ZE ŽIVOTA MĚSTSKÉ ČÁSTI

12-13

KOMUNITNÍ CENTRUM BĚČKO

14

HASIČI

15-21

TJ BŘEZINEVĚS, SPOLKY

22-23

KNIHOVNA

Březiněveský zpravodaj

Periodický tisk

územního samosprávného celku

Číslo 3, ročník XVI.

Vydáno dne 30. září 2026

Vychází 4x ročně • Místo vydání Praha

Registrace: MK ČR E 20460

Vydává: MČ Praha-Březiněves

U Parku 140, 182 00 Praha 8-Březiněves,
IČ 00240109

Šéfredaktor: Zdeněk Korint

Fotografie: Pokud není uvedeno jinak,
použité fotografie pořídila redakce.Redakční rada: Petr Petrášek, Bc. Tomáš
Bezpalec, Jiří Skrčený, Zdenka Maděrová

Foto na titulní straně: Jakub Joachim

E-mail redakce: zpravodaj@brezineves.cz



Vážení spoluobčané,
léto pomalu končí a před
námi je začátek podzimu.
Doufám, že pro vás letošní
léto nebylo jen obdobím
tropických teplot, ale také
časem odpočinku, dovo-
lených, setkávání s rodinou

a přáteli a příjemných chvil. A pokud jste zůstali
v Březiněvsi, věřím, že jste si mohli užít i místa,
která máme přímo u nás – třeba při procház-
ce, sportu nebo odpočinku v našem rekreačním
areálu.

Podzim ale v Březiněvsi rozhodně nneznamená
návrat k běžnému stereotypu. Už v září pro-
běhla jedna z největších společenských a spor-
tovních událostí letošního roku. V sobotu 19.
září 2026 jsme společně oslavili významné
výročí našeho Sboru dobrovolných hasi-
čů a Tělovýchovné jednoty Březiněves. Obě

organizace pro vás připravily od rána bohatý
program, ve kterém si své našli děti, dospělí i se-
nioři. A protože k Březiněvsi patří nejen sport,
ale také společné setkávání a dobrá nálada, od-
poledne program vyvrcholil hudebním festiva-
lem **BřeziněFest v parku**.

Bude to příležitost připomenout si historii našich
organizací, poděkovat všem, kteří se v jejich čin-
nosti v minulosti i dnes angažují, a především se
společně potkat. Srdečně vás proto zvu a věřím, že
si tento den společně užijeme.

Velkou radost mám také z toho, že se
po dlouhých letech příprav a práce dostá-
vame k zásadnímu okamžiku pro budouc-
nost Březiněvsi. **Zastupitelstvo hlavního
města Prahy schválilo zhotovitele, který prove-
de výstavbu nové základní a střední školy, kte-
rá představuje největší investici v historii naší
městské části. Za touto větou jsou roky jednání,
příprav, projektování, hledání finančních prostřed-**

ků i spolupráce s hlavním městem Prahou. Dnes
už ale nejsme pouze u plánů a projektů. Máme
vysoutěženého zhotovitele a podle současného
harmonogramu by samotná výstavba měla začít
na přelomu letošního a příštího roku.

Je to významný krok nejen pro současné obyvat-
le, ale především pro další generace dětí, které bu-
dou v Březiněvsi vyrůstat. Jsem rád, že se dlouho
připravovaný projekt konečně posouvá z papíru
do skutečné realizace.

A čeká nás také podzim spojený s komunálními
volbami. Rozhodnutí zúčastnit se bude samozřej-
mě na každém z vás. Budu ale rád, pokud k vol-
bám přijdete a využijete své právo rozhodnout
o tom, jakým směrem se bude naše městská část
a také Praha dál ubírat.

Přeji vám krásný začátek podzimu, dětem úspěš-
ný start nového školního roku a nám všem co nej-
více příležitostí k příjemnému setkávání.

Jiří Haramul

Každé volební období něco začíná a něco pokračuje

Komunální politika není jen o volebním dni. Je pře-
devším o každodenní práci, rozhodování, plánování
a postupném uskutečňování věcí, které mají vliv na ži-
vot nás všech.

Březiněves je součástí Prahy, a přesto není jen další
pražskou čtvrtí. Má svou vlastní historii, charakter, tra-
dice, komunitu i představu o tom, jak by se v ní mělo
žít. A právě o dalším pokračování směřování Březiněvsi
budeme letos na podzim společně rozhodovat.

Ve dnech **9. a 10. října 2026** se uskuteční volby do za-
stupitelstev obcí, v případě Prahy také do zastupitelstev
jednotlivých městských částí. Budeme rozhodovat
o tom, kdo nás bude v následujícím volebním období
zastupovat a kdo ponese odpovědnost za další rozvoj
Březiněvsi.

Jak se bude v Březiněvsi volit?

V letošních komunálních volbách máme v Březiněvsi

pouze jednu kandidátní listinu. Na ní je devět kandi-
dátů, tedy přesně tolik, kolik má naše zastupitelstvo
členů.

Pokud chcete podpořit celou kandidátní listinu, ozna-
číte křížkem políčko před jejím názvem. Můžete také
označit konkrétní kandidáty, kterým chcete dát svůj
hlas.

Podrobné pokyny ke způsobu hlasování budou samo-
zřejmě uvedeny přímo na hlasovacím listku.

V Březiněvsi se ve stejném termínu uskuteční také prv-
ní kolo voleb do Senátu Parlamentu České republi-
ky. Pokud v daném senátním obvodu nebude senátor
zvolen v prvním kole, uskuteční se druhé kolo **16. a 17.
října 2026**.

Nechceme ustupovat z nastoupené cesty, chceme pokračovat

Na konci tohoto volebního období chceme, celé zastu-

pitelstvo, poděkovat všem občanům Březiněvsi za je-
jich důvěru a za příležitost pokračovat v práci pro
naši městskou část.

Vážíme si toho, že jsme mohli být součástí jejího roz-
voje, řešit každodenní problémy, připravovat nové pro-
jekty a zároveň pokračovat v těch, které byly započaty
již dříve.

Naším cílem není pouze dokončovat to, co už bylo
zahájeno. Máme zároveň připravené nové projekty
a nové nápady, které budou Březiněves dál rozvíjet.

Přijďte k volbám

Proto vás zveme k volbám **9. a 10. října 2026**. Přijďte
využít své volební právo, máme před sebou ještě
mnoho práce, protože Březiněves není jen místo, kde
bydlíme.

Březiněves je místo, které společně tvoříme.

Jiří Skrčený

Rada hlavního města Prahy schválila výběr zhotovitele stavby ZŠ a SŠ Březiněves

Výstavba školského areálu míří do realizace

Rada hlavního města Prahy na svém zasedání 31. srpna 2026 schválila zhotovitele veřejné zakázky na výstavbu nové školy v Březiněvsi. Projekt zahrnuje moderní základní školu i ekonomicko-právní lyceum. Zakázku získalo sdružení Škola Březiněves – Metrostav CZ + GEOSAN GROUP s nabídkovou cenou 1,589 miliardy Kč bez DPH.

Nový školský areál vyrostne na pozemku nad fotbalovým hřištěm. Součástí projektu je výstavba základní školy pro 540 žáků a ekonomicko-právní lycea pro 240 studentů, včetně nové příjezdové komunikace, parkoviště, inženýrských sítí a dopravních úprav v okolí. Základní škola a lyceum budou sdílet společně některé prostory v budově základní školy, jako jsou odborné učebny, jídelna, tělocvična a sportovní hala s tribunou pro 180 diváků, dále atletický stadion, venkovní hřiště pro další sporty včetně šaten a amfiteátr. Využívání sportovišť pro veřejnost bude řízeno vedením základní školy.

Smlouva se zhotovitelem má být uzavřena do 30. září 2026. Po zahájení prací je plánována doba realizace 41 měsíců. Stavba tak bude dokončena nejpozději do 31. března 2030, aby mohla škola přivítat první žáky a studenty na začátku školního roku 1. září 2030.

Projekt výstavby je financován z rozpočtu hlavního města Prahy na roky 2026–2029, z kapitálových výdajů Investičního odboru Magistrátu hl. m. Prahy. Jde o investiční prostředky určené výhradně na stavbu budov, infrastruktury a technického zázemí. Kdo bude zajišťovat vnitřní vybavení a z jakých prostředků, bude ještě předmětem vyjednávání vedení MČ s magistrátem hlavního města.

Rada zároveň vybrala správce stavby – externí odborný tým, který bude po celou dobu výstavby dohlížet na kvalitu, termíny i rozpočet a zastupovat město jako investora.

Provoz školy po dokončení stavby

Po dokončení stavby převezme městská část Praha-Březiněves roli zřizovatele základní školy. To znamená, že bude zodpovědná

za její každodenní provoz – tedy za personální obsazení, vybavení, údržbu, provozní rozpočet i dlouhodobé plánování. Na tuto roli se městská část již nyní připravuje, protože provoz školy představuje zcela odlišný typ výdajů než samotná výstavba. Zatímco stavbu financuje hlavní město Praha jako investici, provoz školy bude hrazen z rozpočtu městské části a z běžných dotačních mechanismů určených pro školství.

Ekonomicko-právní lyceum bude mít jiného zřizovatele – hlavní město Prahu. Provoz lycea tak bude financován z rozpočtu hlavního města, nikoli městské části.

Městská část bude během stavby úzce spolupracovat s investorem i zhotovitelem. Obyvatelé budou průběžně informováni o postupu prací i o případných dopravních omezeních.

O dalším vývoji projektu budeme informovat v dalších vydáních zpravodaje a na sociálních sítích MČ.

Lenka Králíková Jašková



Změna vjezdu do Centra zdravotních a sociálních služeb Březiněves: modernizace, která zpřehlední provoz i parkování

Centrum zdravotních a sociálních služeb Březiněves prochází významnou úpravou dopravního režimu. V rámci zvýšení komfortu návštěvníků a zajištění efektivního využívání parkovacích kapacit dochází ke změně vjezdu do areálu, který bude nově veden z ulice K Březince.

Tato změna je doprovázena instalací nových závor a zavedením moderního parkovacího systému, jenž přináší jasná pravidla a spravedlivé podmínky pro všechny uživatele.

Nový parkovací systém: větší pořádek, více dostupných míst

Parkovací systém umožní:

- **krátkodobé bezplatné parkování,**
- **bezplatné parkování klientům lékařů a zdravotnickým pracovníkům centra,**
- **regulaci parkování osob, které do centra nemíří,** a které dosud často využívaly parkoviště k jiným účelům.

Dosavadní praxe ukázala, že parkoviště je dlouhodobě zatěžováno vozidly, jejichž řidiči do centra vůbec nesměřují. To vedlo k omezení kapacity pro pacienty a návštěvníky, kteří potřebují zdravotní či sociální služby. Nový systém tomuto nežádoucímu jevu zabrání – uživatelé, kteří nejedou do centra, budou mít parkování zpoplatněno.

Proč je změna důležitá

Cílem úpravy je zajistit, aby parkovací místa sloužila těm, pro které jsou určena – klientům centra a jeho zdravotnickému personálu. Zavedení regulace přinese větší dostupnost parkovacích míst, přehlednější provoz a celkově klidnější začátek návštěvy zdravotnického zařízení.

Co to znamená pro obyvatele Březiněves

Nový režim přináší jasná pravidla, moderní systém, a především větší komfort pro ty, kteří služby centra skutečně využívají. Změna vjezdu i parkovacího systému je krokem k efektivnějšímu fungování zařízení a k lepší organizaci dopravy v jeho okolí.

David Albert

Jak se vám žije v Březiněvsi – názory obyvatel

V Březiněvsi je aktuálně hlášeno přibližně 2300 obyvatel. Zajímalo nás, jak se v naší městské části žije mladým lidem a mladým rodinám, co jim tu případně chybí, na co by se měla městská část zaměřit a s čím jsou naopak spokojeni. Odpovědi ukazují, že Březiněves je pro mnoho z nich klidným, bezpečným a příjemným místem pro život.

Martin, 21 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Žije se mi tu dobře, vyhovuje mi klidnější prostředí než na sídlišti.

Co vám tu chybí? Kavárna.

S čím jste spokojeni? Levný vstup do bazénu a na fotbalové hřiště. Oceňuji také potraviny u hlavní silnice.

Daniela, 25 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Moc dobře, je tu krásný klid.

Co oceňujete? Čisto, pořádek, bezpečí a útulnost. Dá se tu sportovat, běhat, jezdit na kole nebo vyrazit v klidu do lesa.

Jak dlouho tu žijete? V Březiněvsi žiju už 15 let.

Laura, 24 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Jsem tu moc spokojená. Líbí se mi, jak se obec udržuje — není tu nepořádek.

Co vám tu chybí? Kavárna, kam bych si mohla zajít na kávu a něco sladkého, nebo si vzít kávu s sebou na procházku.

S čím jste spokojeni? Nově vysazené stromy kvůli dálnici, které pomáhají tlumit hluk. Líbí se mi, že se Březiněves příliš nemění — mám ráda, jaká je. Do budoucna tu chci žít i s přítelem.

Eliška, 18 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Jsem s pobytem v Březiněvsi moc spokojená. Je tu klid a příjemná komunita.

Co oceňujete? Líbí se mi rozmanitost akcí, které městská část pořádá — každý si může najít to své. Skvělé je i to, že se obec zajímá



o blaho obyvatel. Vedle kulturní a sportovní nabídky tu vznikla i zdravotnická péče, což velmi vítám.

Chybí vám tu něco? Momentálně mi v Březiněvsi nic nechybí.

Alexandr, 12 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? V Březiněvsi se mi žije výborně. Mám tady kamarády a je tady hezky.

Co oceňujete? Líbí se mi všechno a nechci nic měnit.

Co byste uvítal? Aby byla dostupná „umělka“.

Adriana, 18 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Dobře se mi tady žije, je to skvělé!

Co oceňujete? Myslím si, že je tady všechno dokonalé.

Co byste uvítala? Akci „Čistá Březiněves“, aby to tak zůstalo.

David, 18 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? Nejvíce se mi líbí, že přestože žiju v Praze, je tu velmi klidné prostředí a zároveň skvělé MHD.

Co vám tu chybí? Trochu mi chybí kavárna nebo nějaké místo na relax.

Co oceňujete? Jako obrovský benefit beru naše koupaliště.

Na co by se měla městská část zaměřit? Myslím si, že by se městská část měla více zaměřit na místní posilovnu a nějak ji zrenovovat.
Celková spokojenost? Jinak jsem naprosto spokojen.

Zuzana a Petr, 42 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? V Březce žijeme už téměř 10 let. Je to pro nás skvělé místo pro život.

Co oceňujete? Dostupnost centra, možnost jezdit do práce na kole, blízkost lesa. Rádi vyrazíme na cyklovýlety jako rodina — uvítali bychom více bezpečných cyklotras. Oceňujeme fotbalové hřiště, koupaliště s fantastickou vodou i místní fitko (hlavně ranní tréninky!). Velkou poklonu skládáme místní školce, kam naše děti chodily rády, a také profesionálnímu týmu pediatrie.

Co vám tu chybí? Kromě školy, na kterou netrpělivě čekáme, nám chybí místo, které by bylo „výletním cílem“ — větší park s kavárnou, kam bychom vyrazili o víkend. To by Březce opravdu slušelo.

Nela, 50 let

Jak se vám žije v Březiněvsi? V Březiněvsi se nám žije hezky. Poznali jsme tu spoustu milých lidí.

Co oceňujete? Líbí se mi, že žijeme ve městě, ale přesto je zde zachován „venkovský styl“ života — masopustní průvod, vyvádění děvčat, pálení čarodějnic. Jsem spokojená s místní MŠ, líbí se mi programy pro maminky s dětmi v Komunitním centru. Jsem vděčná za fitness centrum, kam mohu chodit cvičit bez dojíždění.

Co vám vadí? Ranní dopravní zácpa Na Hlavní a častá zpoždění příměstských autobusů.

Lenka Králíková Jašková

**REALITNÍ SLUŽBY
PRO OBČANY
BŘEZINĚVSI
A OKOLÍ**

Jak pracuji, reference, prodané nemovitosti atd. v QR kódu nebo na www.tomaskminek.cz

TOMÁŠ KMÍNEK
občan Prahy - Březiněvsi
realitní makléř

+420 602 972 498 tkminek@mmreality.cz

Podpora pečujících může začít dřív, než ji budete opravdu potřebovat



Centrum zdravotních
a sociálních služeb
Březiněves

Začátkem roku jsme představili projekt Pečující komunita: Podpora a sdílení a psali také o tom, proč je důležité zachytit potřebu pomoci včas. Tentokrát bychom se chtěli více obrátit přímo na ty, kteří o někoho blízkého pečují – nebo tuší, že je taková situace v budoucnu může čekat.

Péče o blízkého člověka totiž často přichází postupně. Nejříve pomůžete s nákupem, doprovodem k lékaři nebo domácností. Časem přibývají další povinnosti, otázky a někdy i obavy, zda všechno děláte správně. A právě v této chvíli je dobré vědět, že na péči nemusíte být sami.

V rámci projektu Pečující komunita: Podpora a sdílení pomáháme nejen lidem, kteří již každodenní péči o svého blízkého zajišťují, ale také rodinám, které se na takovou situaci teprve připravují. Nemusíte čekat, až bude péče náročná nebo až vám začnou docházet síly. Přijďte se k nám včas poradit. Můžeme společně probrat, jaké možnosti pomoci existují, na co je dobré myslet do budoucna, jak péči prakticky nastavit nebo jaké služby a pomůcky je možné využít. Někdy stačí jedna konzultace a informace, jindy je vhodná dlouhodobější podpora. Dosavadní zkušenosti z projektu nám potvrzují, že velmi dobře funguje individuální podpora přímo u konkrétního klienta a jeho rodiny. Můžeme

poradit s bezpečnou manipulací, každodenní péčí, vhodnými kompenzačními pomůckami, organizací pomoci nebo komunikací mezi jednotlivými členy rodiny. Součástí projektu je také odborné sociální poradenství, terapeutická a psychologická podpora pečujících. Právě individuální forma podpory se v dosavadní realizaci ukazuje jako velmi přínosná, protože umožňuje reagovat na skutečné potřeby konkrétní rodiny.

A když už pečujete, nezapomínejte také na sebe
Dlouhodobá péče může být fyzicky i psychicky velmi náročná. Pečující často soustředí veškerou pozornost na svého blízkého a vlastní potřeby odsouvají. Také proto se v projektu věnujeme psychohygieně, posilování psychické odolnosti a zvládání dlouhodobé pečovatelské zátěže. Někdy je potřeba praktická rada, jindy možnost probrat svou situaci s odborníkem nebo společně hledat způsob, jak péči nastavit, aby byla dlouhodobě zvládnutelná.

Každá rodina je jiná a potřebuje něco trochu jiného. Proto nenabízíme jeden univerzální návod. Podporu se snažíme nastavit podle konkrétní situace člověka, který péči potřebuje, i toho, kdo o něj pečuje.

Zkušenosti získané při individuální práci s rodi-

nami chceme využít také v další části projektu. Připravujeme prakticky zaměřené vzdělávání pro pečující, jehož obsah bude vycházet z nejčastějších témat a situací, se kterými se rodiny při každodenní péči skutečně setkávají.

Chcete se poradit?

Pečujete o někoho blízkého? Začínáte řešit péči v rodině? Nebo si jen chcete zjistit, jaké možnosti byste měli, kdyby taková situace nastala?

Ozvěte se nám. Nemusíte přesně vědět, jakou pomoc potřebujete ani na koho se obrátit. Můžeme začít obyčejným rozhovorem.

Každou středu od 16.00 do 20.00 hodin je možné využít konzultační čas v kanceláři Pečovatelské služby Březiněves. Pro individuální setkání doporučujeme předchozí telefonickou domluvu.

Kateřina Radilová, DiS., tel. 778 007 566,

katerina.radilova@cssbрезiněves.cz

Přijďte se zeptat dřív, než se péče stane příliš náročnou. Někdy stačí informace, rada nebo společně promyšlený další krok. *Dagmar Špírková*

Projekt Pečující komunita: Podpora a sdílení je spolufinancován Evropskou unií.



Spolufinancováno
Evropskou unií



Ministerstvo
práce a sociálních věcí

Bohoslužby Církve československé husitské Řáblická 80/75, Praha 8 - Řáblice

**Vždy 2. a 4. neděli v měsíci
v 9 hodin**



V běhu každodennosti ztišení, hudba a duchovní slovo

Jste srdečně zváni.

Příběhy z Bible pro děti

Naše kulturní dědictví čerpá z křesťanství, biblické příběhy jsou vtisknuty do literatury, výtvarného a filmového umění.

Chcete, aby je vaše děti znaly?

Babylonská věž,
Kainovo znamení,
Noemova archa,
Sodoma a Gomora,
kdo byl Jób
nebo Lazar,
nevěřící
Tomáš...



Setkání od října 1x měsíčně na husitské faře v Řáblicích.

vyprávění, kreslení, zpívání, hry, obrázkové knížky

Den a čas si společně upřesníme. Pro děti od 5 do 10 let.

Sbor Církve čs. husitské, Řáblická 80/75, Praha 8 - Řáblice

☎ 608 434 442 | ✉ renata.wesleyova@csshpaha.cz



Církve
československé
husitské

BřeziněFest 2026: 8 ročník hudebního festivalu zakončil Oslavy 200 let sportu a hasičů

Celodenní program naplnil sportovní areály i veřejné plochy.

Sportovní areály a veřejné plochy v Březiněvsi se v sobotu 19. září proměnily v živé centrum dění celé městské části. Počasí nám po celý den přálo, atmosféra byla pohodová a do areálu dorazilo více než 1000 návštěvníků. Dopoledne patřilo sportovním aktivitám na fotbalovém hřišti a tenisových kurtech, po poledni se přidali místní hasiči se svým tradičním programem pro děti i dospělé.

Hlavní část festivalu probíhala v parku sv. Jana Nepomuckého, kde se odehrál odpolední a večerní program. Celou akci provázal svým moderováním Ondřej Vaňura z Českého rozhlasu, který dodal programu profesionální, přátelský a svižný rámeček.

Osmý ročník festivalu nesl podtitul „200 let sportu a hasičů v Březiněvsi“ a připomněl dvě významná výročí – 105 let od založení TJ Březiněves a 95 let od vzniku Sboru dobrovolných hasičů Březiněves. Symbolické vstupné

200 korun odkazovalo právě na součet let obou spolků. Děti do 15 let a senioři měli vstup tradičně zdarma.

Odpoledne v rytmu tance

Hlavní odpolední program patřil oddílu Tanec TJ Březiněves, který letos slaví 10 let od svého vzniku a sdružuje 50 členek. Na pódiu se představily dva ze tří závodních týmů – nejmladší kategorie 4–7 let se sestavou „Ponytail“ pod vedením Veroniky Benešové a kategorie 8–10 let se sestavou „Never Forget You“ pod vedením Emmy Nezvedové. Diváci ocenili zejména nasazení nejmenších tanečnic, kterých se kvůli nemocem sešlo méně než obvykle.

Oddíl si v letošní sezóně soutěže Žij pohybem odvezl tři ligové poháry – zlatý a dva stříbrné. Emma Nezvedová navíc získala ocenění za design kostýmů.

Po vystoupení následovalo poděkování zástupcům jubilujících organizací a krátký rozhovor se starostou MČ Praha-Březiněves Ing. Jiřím Haramulem. Na pódiu se před-

stavili předseda TJ Jan Vocol, starosta SDH Jaroslav Penc, trenérky oddílu Tanec Veronika Benešová a Emma Nezvedová i předseda fotbalového oddílu Tomáš Bezpalec.

Hudba až do pozdních hodin

Hudební část festivalu začala už odpoledne. Na pódiu se vystřídali Wóda & Dekorace, Děda Mládek Illegal Band, po programu městské části pak Tereza Balonová. Večer festival zakončila kapela Lenny, pro kterou mělo vystoupení symbolický rozměr – na BřeziněFestu stála poprvé v roce 2021 při oslavách 190 let obou spolků.

Doprovodný program pro děti i dospělé

Návštěvníci si mohli vyzkoušet surfing, bungee running, fotokoutek nebo tvořivý a malovací koutek Komunitního centra Běčko. Své umění předvedl také sportovní klub SK Žraloci pro nejmenší děti. Gymnastický oddíl Rebels Team Prague představil další vystoupení svých svěřenkyň – obě organizace nabízejí kroužky pro děti přímo v našem komunitním centru.





O občerstvení se postaraly Trattoria Famiglia, kobylická Kavárna 6,33, rodinný Rodr restaurant se stoletou historií a rybí polévkou, Zdibský pivovar se třemi druhy pív z vlastní varny a jihomoravské Vinařství Hajduch z Čejkovic.

Akce se konala pod záštitou starosty Ing. Jiřího Haramula a za podpory partnerů CPI Property Group, Greenland Březiněves, Auto Helus a Green Center.

Poděkování

Děkujeme organizátorům celého dne, všem brigádníkům a pomocníkům, jednotlivým spolkům i jejich týmům za přípravu programu za spolky. Díky jejich práci se podařilo vytvořit akci, která opět potvrdila, že Březiněves žije, roste a má co nabídnout.

Lenka Králíková Jašková



Martin a Nicolas Heřmanští – volejbalová rodina z Březiněvsi

Březiněves není jen místem, kde vedle sebe žijeme. Je místem, kde se setkáváme. Je domovem lidí, kteří mají u svých jmen zajímavé životní příběhy a významné sportovní úspěchy. Jedním z nich je bývalý ligový volejbalista Martin Heřmanský, který se svou rodinou žije už 17 let právě u nás. Syn Nicolas jde v tátových sportovních stopách a možná bychom se neměli bát napsat, že už tyto stopy sám přerostl a překročil. Už dnes patří mezi velmi talentované mladé volejbalisty, kteří reprezentují Českou republiku na těch největších akcích. A to vše stále ve velmi mladém věku.

Nicolas Heřmanský byl členem českého reprezentačního týmu, který získal **zlaté medaile na mistrovství Evropy volejbalistů v kategorii U22**. Byl členem reprezentačního mužstva, které se v loňském roce účastnilo **mistrovství světa v kategorii U21 a přivezlo domů historické 4. místo**. Jak se žije mladému vrcholovému sportovci v Březiněvsi? Kolik času zabere trénink, co všechno stojí za podobným úspěchem a co mu Březiněves nabízí? A co jeho táta, také bývalý reprezentant, má ještě čas na sport? Dovolte nám, abychom jim za Vás položili pár otázek.

Martine, začneme u vás. Jak jste se vlastně dostal k volejbalu a jak dlouhá byla vaše vlastní sportovní kariéra? Můžete vyjmenovat Vaše největší sportovní úspěchy?

Martin Heřmanský: *K volejbalu jsem se dostal už jako 12letý kluk, přivedl mě k němu táta, který ho také dlouho hrál. Nakonec jsem u něj zůstal skoro 40 let. Mám několik medailí z mistrovství republiky v mládežnických kategoriích, zahrál jsem si extraligu, působil v několika prvoligových klubech a jako junior jsem také několikrát reprezentoval Českou republi-*

ku. Dnes ale asi za největší úspěch považuji to, že se volejbal přenesl i na naše děti a že je baví minimálně stejně, jako kdysi bavil mě.

Volejbal se stal součástí života celé vaší rodiny. Bylo pro vás přirozené, že se k němu dostal i Nicolas?

Martin: *Asi ano, ale nebylo to hned. Nicolas se sportem začínal ve fotbalové přípravce tady v Březiněvsi, potom přešel k beach volejbalu a od něj postupně k šestkovému volejbalu. Dnes už je samozřejmě úplně někde jinde, než jsem kdy byl já, a je vidět, že má chuť na sobě pracovat a zjistit, kam až se může dostat. My se mu v tom jako rodiče snažíme hlavně pomoci a vytvořit mu co nejlepší podmínky.*

Nicolasi, vy už máte za sebou mnoho úspěchů. Tím největším je zlatá medaile z mistrovství Evropy U22. Jaký to je pocit být součástí týmu, který pro Českou republiku získal titul mistrů Evropy?

Nicolas: *Pocit je to neuvěřitelný, protože je to pro Česko vlastně historicky první medaile pro kategorii do 22 let a hned takhle zlatá. Už samo o sobě reprezentovat Českou republiku v mém věku 17 let na takových šampionátech je pro mě obrovská čest. Loni to byla také obrovská jízda na mistrovství světa v Číně do 21 let, kde jsme skončili na čtvrtém místě a během šampionátu porazili řadu světových velmocí jako Brazílie, Bulharsko, Japonsko, Kuba nebo Polsko.*

Co pro vás bylo na celém mistrovství nejtěžší a na co naopak budete vzpomínat nejraději?

Nicolas: *Ty dvě věci spolu vlastně docela souvisí, protože nejraději vzpomínám právě na ty nejtěžší momenty, které jsme společně dokázali zvládnout. Náročná byla už samotná příprava, která trvala asi pět týdnů. Většinu času jsme byli s týmem a domů jsme se vraceli vždycky jen na jednu nebo dvě noci.*

Na šampionátu pak přišla první velká zkouška hned proti Francii. Odehráli jsme skoro tříhodinový zápas, který skončil až před půlnocí, a bohužel jsme ho těsně prohráli. Hned další den nás čekala Itálie a věděli jsme, že pokud prohrájeme, turnaj pro nás prakticky končí. Bylo proto hodně těžké dát se fyzicky i psychicky dohromady a znovu podat maximální výkon.

Asi nejtěžší moment ale přišel v semifinále proti Izraeli. Prohrávali jsme 0:2 a druhý set skončil neuvěřitelných 42:40. Přesto jsme se nevzdali, zápas otočili a vyhráli 3:2. To byl asi moment, kdy jsme si všichni začali opravdu věřit, že můžeme celý šampionát vyhrát. A nakonec se nám to podařilo. Takže nejraději budu určitě vzpomínat na ten obrat v semifinále a samozřejmě na emoce po vítězném finále. Na ty se asi nedá zapomenout

Volejbal na této úrovni určitě znamená spoustu tréninku. Jak vypadá váš běžný týden? Kolikrát týdně trénujete a kolik času vám sport zabere?

Nicolas: *Já aktuálně působím v nejlepších pražském, troufnu si říct i v nejlepším českém týmu VK Lvi Praha, kde se trénuje opravdu intenzivně, konkrétně máme téměř každý den ráno hodinku a půl v posilovně, poté jdeme na dvě hodiny trénovat do haly a odpoledne si ty 2 hodiny tréninku v hale dáme znova. O víkendu hrajeme zápasy. Mimo to mám přípravu s národním týmem. O prázdninách mám už 6 let po sobě zhruba jenom jeden týden na dovolenou s rodinou. Chodím na sportovní gymnázium Přípotoční, kde mi schvalují individuální program, protože jinak bych byl kvůli absencím vyloučen.*

Pomáhá vám při tréninku a zápasech to, že máte doma tátu, bývalého vrcholového volejbalistu?

Nicolas: *Pro mě jsou táta a celá rodina asi tou největší motivací a oporou. Táta se mnou žije volejbalem od malička. Chodil na moje tréninky a na zápasech je skoro vždycky. A když výjimečně nemůže přijet, sleduje mě ales-*





poň v televizi. Hlavně v těžkých momentech mi strašně pomáhá, když ho vidím v hledišti a vím, že tam je. Navíc má sám s volejbalem spoustu zkušeností, takže mi vždycky dokáže poradit. Ať už jde o techniku, nějakou konkrétní herní situaci, nebo o to, jak se srovnat s tím, když se mi zrovna nedaří.

Velkou roli má samozřejmě i mamka. Ta mi sice úplně neporadí s volejbalovou technikou, ale zase se stará o všechno kolem – zdraví, správnou výživu nebo doplňky. Navíc dříve vedla pilates, takže mi odmalička pomáhala třeba se správným držením těla. A musím říct, že jsem na ni hrozně pyšný, protože se sama pustila do volejbalu, pravidelně trénuje a snaží se zlepšovat, aby si s námi mohla zahrát.

Každý asi říká, že má nejlepší rodiče na světě, ale já si opravdu uvědomuju, že takovou podporu, jakou máme se ségrou, nemá každý. Rodiče by pro nás udělali úplně všechno a jsem jim za to strašně vděčný.

A mám vlastně ještě jeden volejbalový sen, který není spojený s žádným velkým šampionátem. Jednou bych si chtěl zahrát nějaký smíšený turnaj, kde bychom byli v jednom týmu já, ségra, mamka, táta, strejda a děda.

A zpět k Martinovi. Jaké to je pro vás jako otce sledovat syna, který jde ve vašich sportovních stopách?

Martin: Je to samozřejmě krásné. Díky tomu, že jsem sám volejbal dlouho hrál, jsem mohl oběma dětem od malička předávat něco navíc k tomu, co dostávaly na trénincích. A netýká se to jen Nicolase, naše dcera Lilien je totiž také výborná volejbalistka. Máme doma na zahradě volejbalové hřiště a strávili jsme na něm společně stovky hodin. Pořád dokola jsme „drilovali“ techniku a další věci. To nasazení jim zůstalo i v pozdějším věku a já jsem hlavně hrdý na to, kolik tomu oba dávají. Za výsledky, které jsou vidět, je obrovské množství tréninků, cestování, víkendů v halách a také spousta věcí, které jejich vrstevníci mohou dělat a oni ne. Tou největší odměnou za všechno to společné úsilí je pro mě chvíle, kdy stojím na tribuně

nebo se dívám na zápas v televizi, před utkáním začne hrát česká hymna a na palubovce stojí moje děti.

Nicolasi, snad můžeme čtenářům prozradit, že v září Vám bude 18 let. Patříte k mladé a nastupující generaci. A už několik let žijete s rodiči a sestrou v Březiněvsi. Proto bych se Vás chtěl zeptat, jak se vám tady žije a co máte na Březiněvsi nejraději?

Nicolas: V Březiněvsi žiju od svých dvou let a je to opravdu místo, kde mám k dispozici úplně všechno. Na zahradě máme volejbalové hřiště, mimo sezonu chodím do výborně vybaveného fitka, v létě na koupaliště, kde máme k dispozici beachvolejbalový kurt a často navečer s tátou chodíme do Trattorky. Teď už mám jen v plánu si opět založit rybářskou povolenku a ve volném čase, i když ho je minimum, si zajít zarybařit. Na Březiněvsi je velmi těžké vybrat něco konkrétního, co mám nejraději. Březiněves je výborně vedená a miluju tady od malička úplně vše.

Martine, z pozice zástupce střední generace. Má podle vás Březiněves dostatek možností pro sport a aktivní trávení volného času? A co byste tady třeba ještě uvítal?

Martin: Myslím, že Březiněves je na tom v tomto směru opravdu dobře. Skvěle tady například funguje fotbalový oddíl, kde ostatně obě naše děti se sportem začínaly. Takže s ním máme osobní zkušenost a myslím, že vedení klubu, trenéři a všichni, kdo se tam dětem věnují, si zaslouží velké uznání. Máme tady také pěkný sportovní areál, koupaliště s beachvolejbalovým kurtem a řadu různých spolků. Myslím, že je důležité i to, že se díky sportu a těmto aktivitám lidé v Březiněvsi potkávají a znají. A pokud bych mohl mít na zastupitelstvo jedno sportovní přání, byly by to padelové kurty. :-). Padel je dnes jeden z nejrychleji rostoucích sportů, může ho hrát skoro každý a myslím, že by se do Březiněvsi skvěle hodil. Jsem přesvědčený, že by si tady svoje hráče velmi rychle našel.

A nakonec – otázka pro oba. Co vás čeká dál? Na co se nyní připravujete a jaký je váš nejbližší sportovní cíl? Víme, že i Vaše sestra je velmi talentovanou mladou hráčkou. Můžete ještě něco říci čtenářům o tom, jak se daří právě jí a co na to vše Vaše maminka? Předpokládáme, že je na Vás oba hrdá.

Nicolas: Já se aktuálně připravuji na první kolo kvalifikace na mistrovství Evropy do 20 let, které se koná od 23–27.9 v Rakousku, takže téměř celé září bohužel nebudu doma. Sestře se také velmi daří ve volejbale a stejně jako já tráví většinu času na soustředěních s Olympem a studiem prvního ročníku gymplu Přípotoční. Naši nás doma moc nevidí.

Martin: U mě už jsou sportovní cíle podstatně skromnější než u Nicolase. :-). Pořád se ale snažím sportovat. Jsem hrdým členem fotbalového týmu Gentlemanů v Březiněvsi a v mém věku je hlavním sportovním cílem nezranit sebe nebo ostatní. :-). Mnohem zajímavější je teď sledovat děti. Nicolas má před sebou velký krok – přechází do mužského vrcholového volejbalu, bude hrát českou extraligu za Lvy Praha a zároveň pokračuje v juniorských reprezentacích. A jak už jsem říkal, Nicolas není náš jediný volejbalista. Lilien hraje za kadetky Olympu Praha, je několikanásobnou mistryní republiky, má i několik individuálních republikových ocenění a v patnácti letech je v širším reprezentačním výběru U17. Takže i u ní jsme moc zvědaví, kam se bude dál posouvat. No a vlastně máme doma ještě jednu volejbalistku – moji ženu Moniku. :-). Ta dřív volejbal prakticky vůbec nesledovala, snad ani v televizi. Jenže když máte doma tři lidi, kteří pořád řeší volejbal, asi vám nakonec nic jiného nezbude. Postupně ho začala nejen sledovat, ale dnes sama aktivně hraje beachvolejbal a úplně tím žije. Takže naše rodinné dovolené podle toho také vypadají. Při výběru místa je beachvolejbalové hřiště skoro stejně důležité jako hotel, moře a počasí. :-). A samozřejmě je na obě děti hrdá, stejně jako já.

Děkuji za rozhovor Zdeněk Korint

Léto v Březiněvsi

Letní prázdniny v Březiněvsi nabídly pestrý program pro děti, dospělé i seniory. Rekreační areál byl po celé léto v plném provozu a navštívilo ho více než 11 700 návštěvníků. Komunitní centrum Béčko připravilo příměstské tábory, letní hru i výlety pro seniory. Fitpuls uspořádal pobytový i příměstský tábor, místní spolky nabídky tenisové příměstské tábory TJ a fotbalové kempy, a knihovna připravila letní program pro děti. Prázdniny tak přinesly širokou nabídku aktivit pro všechny, kteří trávili léto doma v Březiněvsi.

Letní aktivity v KC Béčko

Letošní prázdniny byly v Březiněvsi opět plné pestrého programu pro děti, rodiny i naše seniory. Komunitní centrum Béčko připravilo během léta hned několik aktivit, při kterých nechyběla zábava, dobrodružství, poznávání ani společně strávený čas.

Pro děti jsme uspořádali dva příměstské tábory. První z nich vznikl ve spolupráci se Zdravě s PaPájou a malí kuchaři se letos vydali až do vesmíru. Celotáborová hra Záchrana galaxie chutí je zavedla na nejrůznější planety, kde společně plnili úkoly a získávali vše potřebné k záchraně galaxie. Během týdne si děti samy připravovaly obědy i svačiny, poznávaly nové potraviny a učily se, že zdravé jídlo může být zároveň chutné.

Druhý tábor se nesl v duchu tématu Vánoce naruby aneb Skřítek v barevném průšvihů. Společně se skřítkem Barvičkou jsme během týdne procházeli všemi ročními obdobími a plnili nejrůznější výzvy. Děti si například vyzkoušely jízdu na saních, zasely osení, vyráběly velikonoční zápichy, závodily s plachet-

nicemi, pouštěly draky a tvořily z přírodnin. Za splnění úkolů pak postupně získávaly zpět všechny ztracené barvy a na konci týdne se jim podařilo naplnit celou paletu. Vánoce tak mohly znovu získat své kouzlo a my jsme si na závěr našeho tábora užili vánoční den plný tradic, koled, zdobení perníčků a hledání vánoční nadílky.

Součástí prázdninového programu byly také Letní hry, které dětem zpříjemnily celé léto. Připravili jsme hned dvě tematické stezky – Zajímavá příroda a Den Země. Děti při nich odpovídaly na otázky, plnily nejrůznější úkoly a zároveň se dozvídaly zajímavosti o přírodě a světě kolem nás. Za úspěšné zvládnutí na ně čekala také zasloužená odměna.

Na své si přišli také naši senioři, pro které jsme připravili dva letní výlety. V červenci jsme společně vyrazili na Vyšehrad, kde nás čekal den plný historie, krásných výhledů a příjemné atmosféry. Navštívili jsme vyšehradské kasematy s podzemním sálem Gorlice, prohlédli si výstavu *Vzestupy a pády Vyšehradu* a prošli se areálem. Výlet jsme zakončili společným obědem a nechyběl ani čas na povídání a sdílení zážitků.

V srpnu jsme se potom vydali do Národního zemědělského muzea v Praze. Prohlédli jsme si historické zemědělské stroje, pomůcky a další exponáty, které mnohým našim seniorům připomněly jejich dětství, mládí i pracovní život. Výlet tak nebyl jen o poznávání, ale také o vzpomínkách, vyprávění a milých historkách, které během prohlídky několikrát vykouzlily úsměv na tváři.

Děkujeme všem dětem, rodičům i seniorům, kteří se našich letních aktivit zúčastnili, a už teď se těšíme na další společná setkání.

Barbora Maděrová, foto: KC Béčko



Druhý ročník fotbalového kempu šampionů v Březiněvsi opět sklídl úspěch

Poslední červencový týden proběhl v naší městské části druhý ročník Fotbalového kempu šampionů určeného dětem ve věku 7–12 let. Kemp, který proběhl ve spolupráci s TJ Březiněves, nabídl dětem týden plný fotbalu, pohybu, zábavy a nových zážitků.

Program byl každý den postaven nejen na fotbalových trénincích, ale také na řadě dalších aktivit. Děti měly možnost pracovat na své technice, rychlosti, kondici i týmové spolupráci a zároveň si prostřednictvím různých pohybových aktivit rozvíjely své sportovní schopnosti.

O zpestření programu se postarali také zajímaví hosté. Fotbalový freestylista předvedl dětem atraktivní triky s míčem a ukázal jim, co všechno lze s fotbalovým míčem dokázat. Velkým zážitkem bylo rovněž setkání s ligovým hráčem SK Slavia Praha, který se s dětmi podělil o své zkušenosti z profesionálního fotbalu i ze zahraničí.

Vyvrcholením kempu byl závěrečný turnaj „Mistrovství světa“. Na hřišti nechybělo nasazení, týmový duch ani zdravá soutěživost a děti bojovaly o každý míč až do posledního hvizdu. Po skončení turnaje následovalo slavnostní vyhlášení, během kterého byly oceně-

ny nejlepší výkony. Odměnu si však odnesli všichni účastníci – kromě drobných cen také cennou zpětnou vazbu, a především motivaci do dalšího sportování.

Stejně jako v předchozím roce se kemp setkal s velmi pozitivními reakcemi dětí i jejich rodičů. Právě jejich spokojenost je pro nás největší motivací pokračovat a už nyní se těšíme na přípravu dalšího ročníku.

Velké poděkování patří všem, kteří se na organizaci kempu podíleli, pomohli s jeho realizací nebo jej jakýmkoliv způsobem podpořili.

Aneta a Stanislav Belkovi



Léto ve FitPULS patřilo dětem

*Na Šumavě, v tělocvičně
i na tenisovém kurtu*

Léto je v rodinném fitnesscentru FitPULS už řadu let také časem, kdy se sportovní centrum zaplní dětským smíchem, pohybem a novými zážitky.

Příměstské i pobytové tábory pořádáme už více než dvanáct let a ani letošní prázdniny nebyly výjimkou. Každý z táborů je trochu jiný, společné ale mají jedno – nesnážíme se být velkým anonymním táborem.

Dáváme přednost menším skupinám, osobnímu přístupu a tomu, aby si děti odvezly nejen zážitky, ale také nová přátelství.

Šumava, borůvky a spousta objevování

Pobytové tábor jsme i letos nasměrovali do našeho oblíbeného prostředí Šumavy. Zázemím se nám opět stal Penzion Klostermann v Nových Hutích, kde se děti mohou těšit nejen na výborné jídlo, ale také na velkou zahradu s herními prvky a dostatkem prostoru pro společné hry a odpočinek. A program? Ten rozhodně nebyl o sezení na místě s mobilem v ruce. Děti sbíraly borůvky, podnikaly výlety

do okolí a poznávaly šumavskou přírodu i zajímavosti. Navštívily například návštěvnické centrum Dřevák na Modravě, kde si mohly namalovat jeden z dřevěných výrobků, vystoupaly na rozhlednu na Zadově a podívaly se také k Chalupské slati s největším rašelinistním jezírkiem. A protože některé tradice se nemění, nechyběla ani zastávka v oblíbené cukrárně na Zadově.

Sport i kreativita

Druhý letošní tábor měl úplně jinou atmosféru. Příměstský tábor byl zaměřený sportovně-tenisové a o program se každý den staraly





lektorky Nikča s Kájou. Děti čekaly sportovní aktivity, tenis, hry, soutěže i spousta společné zábavy. Když zrovna nebyly na kurtu nebo při jiné sportovní aktivitě, dostal prostor také jejich kreativní svět. Vyráběly, malovaly a tvořily vlastní umělecká díla. Podle reakcí dětí bylo ale nejlepším důkazem povedeného programu něco úplně jednoduchého, odpoledne se jim často ani nechtělo domů.



O obědy se postaral tým restaurace Trattoria Famiglia, takže nechyběla ani pořádná energie na všechny sportovní výzvy.

Tábor, kde se děti znají jménem

A právě v tom je podle nás kouzlo táborů ve FitPULS. Nechceme pořádat masovou akci pro desítky dětí, kde se každý jen mihne kolem. Chceme, aby děti měly prostor poznat se, vytvořit si kamarádství a užít si společný čas v bezpečném a přátelském prostředí. Příměstský tábor navíc může být skvělou přípravkou pro děti, které se klasického pobytového tábora zatím trochu obávají. Menší skupina, známé prostředí a postupné osamostatňování mohou být přesně tím prvním krokem.

A co příští léto?

Pokud už teď přemýšlíte, jak příští rok dětem zpestřit prázdniny, můžete si březiněveské FitPULS poznamenat do kalendáře. Ať už bude jejich volbou sportovní příměstský tábor nebo dobrodružství na Šumavě, cílem

zůstává stejný přístup: méně masovosti, více pohybu, zážitků, přátelství a osobní pozornosti. Protože nejlepší vzpomínky na prázdniny často nevznikají z velkých atrakcí, ale z obyčejných společných chvil, na které se ještě dlouho vzpomíná.

autor a foto: Fitpuls



„I žížala je důležitější než plán...“



Možná nás potkáváte. Malé postavičky ve dvojicích, které dokážou zabrat překvapivě velkou část chodníku. Zastavujeme se u bagru, louže, psa, popelářského auta i něčeho naprosto neviditelného, co je ovšem právě teď mimořádně důležité. Občas vám osmnáct hlasů najednou řekne „dobrý den“ a o pár vteřin později už jsme zase o kus dál.

Ano, to jsme my. Děti z březiněveské školky, co teď právě vyrážíme do dalšího školního roku.

A před i za tou veselou výpravou, kterou čas od času potkáte v našich ulicích, jde několik dospělých, o kterých bych dnes chtěla říct trochu víc. Jsou to naše paní učitelky. Do nového školního roku vstupují s hlavou plnou nápadů, připraveným programem a zároveň s vědomím, že děti jim do něj stejně velmi rychle vnesou své vlastní plány. A to je dobře. Dobrá učitelka totiž nemusí mít všechno nalinkované. Musí umět pozorovat, naslouchat, poznat, kdy dítě povzbudit, kdy mu pomoci a kdy naopak ustoupit o krok dozadu a nechat ho, aby něco zvládlo samo. A to ony bez zbytku umí!

Za tím, co možná zvenčí vypadá jako obyčejné hraní, malování, zpívání a procházky, je přitom docela poctivé řemeslo. Naše paní učitelky se dál poctivě vzdělávají, sledují nové trendy a přístupy, sdílejí zkušenosti a přemýšlejí o své práci. Ne proto, že musejí mít další certifikát do šanonu, ale proto, že chtějí svou práci dělat dobře. A také proto, že ji mají opravdu rádi. Trochu se tím chlubíme, vím. Ale snad nám to odpustíte.

Ani letos totiž nebudeme s dětmi zůstat jen za plotem školky. Čekají nás kurzy kol, bruslení a lyžování, škola v přírodě, výlety, sportovní a kulturní akce i spousta menších dobrodružství, která se naplánuvat vlastně ani nedají.

A tak nás v Březiněvsi budete potkávat dál.

Někdy spořádaně ve dvojicích. Někdy s batohem. Někdy na kole. A někdy nejspíš zase budeme všichni stát třeba nad žížalou uprostřed chodníku. Kdyby náhodou – obejděte nás, prosím. Ona ta žížala může být právě v tu chvíli opravdu důležitá.

A možná nás nemusíte jen obcházet. **Klidně přijďte blíž.** I letos se těšíme na setkávání s lidmi, kteří žijí kolem nás – a obzvlášť na ta mezigenerační. Na společné dílny se seniory, vánoční setkání i obyčejné chvíle, kdy se vedle sebe potkají ti, kteří už toho zažili opravdu hodně, s těmi, kteří jsou na světě teprve pár let. Protože školka nemusí patřit jen dětem, jejich rodičům a paní učitelkám. Může být malým

kouskem života celé obce.

Takže pokud budete mít někdy chuť a cestu kolem, přijďte blíž a nakoukněte. U nás jsou dveře – a hlavně mysl – vždy otevřené.

Poklidné podzimní dny všem, Martina



NÁBOR NA TANEČNÍ SEZÓNU 2026/2027

Závodní skupiny:
Zumba - BABY
ročníky 2020-2022

Fitdance - MINI
ročníky 2016-2019

Fitdance - DĚTI
ročníky 2013-2017

Street dance - JUNIORKY
ročníky 2011-2014

Nezávodní skupiny:
Lady latino - DOSPĚLÍ



Kontakt: Veronika Benešová,
tel: + 420 607 873 878,
email: tanecbrezineves@seznam.cz
FB: Tanec TJ Březiněves,
IG: tanec_tj_brezineves



KOMUNITNÍ CENTRUM BĚČKO



První zářijová sobota patřila v Březiněvsi již 4. ročníku GulášFestu. Komunitní centrum Běčko připravilo den plný dobrého jídla, zábavy, tvoření, poznávání i společného setkávání, který si užily všechny generace.

Do letošního gulášového klání se pustilo celkem pět soutěžních týmů – BořaBřízky, Koloborci, Kotlíkové juniorky, Apalucha Břízka a Kelišky. Každý tým připravil vlastní guláš, který měli návštěvníci možnost ochutnat a následně hlasovat pro svého favorita. Rozhodování rozhodně nebylo jednoduché, ale vítěz může být jen jeden. Titul Mistra guláše roku 2026 si nakonec odnesly Kelišky. Na druhém místě skončily Kotlíkové juniorky a bronzovou příčku obsadila Apalucha Břízka. Všem týmům děkujeme za účast, nasazení, a především za skvělou atmosféru, kterou během celého dne vytvořily.

Bohatý program čekal také na děti. V tvořivých dílničkách si mohly vyrobit papírové náramky, motýlky z dřevěných lžiček nebo pískové obrázky. Velkým lákadlem bylo také mobilní planetárium, ve kterém se během dne po patnácti minutách střídaly různé programy určené všem věkovým kategoriím – od nejmenších dětí až po dospělé.

Zajímavou součástí letošního GulášFestu byly také komentované prohlídky objektu

C. Návštěvníci se od Ing. Davida Alberta, Ph.D., dozvěděli více o tom, co v nově vznikajícím objektu najdou. Kromě informací o plánovaných službách, mezi které bude patřit například zubní lékař, pedikúra, fyzioterapie, oční lékař nebo optika, byl prostor také pro dotazy a povídání přímo na místě.

Večer pak k poslechu i tanci zahrála kapela KaRyNa, která se postarala o příjemnou atmosféru a zakončila tak celý den plný zábavy. O tom, že se letošní GulášFest opravdu vydařil, svědčila nejen velká návštěvnost, ale také množství pozitivních ohlasů od návštěvníků.

Velké poděkování patří všem soutěžním týmům, návštěvníkům i dobrovolníkům, kteří se na průběhu akce podíleli. Děkujeme také městské části Praha-Březiněves, hasičům Praha-Březiněves za pomoc během celého dne a našim partnerům, České masné a pivovaru Badflash za jejich podporu. Bez jejich pomoci by se GulášFest nemohl uskutečnit v takové podobě, jakou jsme si společně užili. Už nyní se těšíme na další ročník!

A CO NÁS ČEKÁ V NÁSLEDUJÍCÍCH MĚSÍCÍCH?

Těšit se můžete na relaxační workshop, dýňování, hudební pořad pro seniory, adventní tvoření a vánoční kuchařský workshop pro děti. Nezapomínáme ani na pravidelné aktivity. Děti se mohou navštěvovat tanečky v Březňováčku, moderní gymnastiku a fitness freestyle/acrobatic s Rebel's Team Prague, fitdance a street dance pod vedením lektorek z oddílu Tance TJ Březiněves, sportovky s SK Žraloci nebo jazykové kurzy angličtiny s Oscar's English Centre. Novinkou letošního roku je pak Letecký kroužek. Ani dospělí nepřijdou zkrátka – mohou si vybrat například z jógy se Shephali Nulíček, Pilates Clinic s Michaelou Mathou, tanečního kurzu Lady latino od TJ Březiněves nebo jazykových kurzů angličtiny. Věříme, že si z naší nabídky vybere opravdu každý. Kompletní program, termíny jednotlivých aktivit a informace k přihlášení najdete na www.kcbecko.cz a na našich facebookových stránkách KC Běčko Březiněves.

Barbora Maděrová
Foto: Petr Špírek



 **Běčko**
komunitní centrum
Březiněves

Program

KOMUNITNÍ CENTRUM BĚČKO

9. - 10. 10.	• VOLBY DO ZASTUPITELSTVA
12. 10.	• RELAXAČNÍ WORKSHOP
25. 10.	• DÝŇOVÁNÍ
2. 11.	• HUDEBNÍ POŘAD PRO SENIORY "HUDBA KARLA SVOBODY"
8. 11.	• VÍTÁNÍ OBČÁNKŮ
21. 11.	• VÁNOČNÍ DÍLNIČKA PRO DĚTI • WORKSHOP - ADVENTNÍ VĚNCE
6. 12.	• KERAMIKA SE STÁŇOU
12. 12.	• VÁNOČNÍ POSEZENÍ SENIORŮ
20. 12.	• KUCHARSKÝ WORKSHOP PRO DĚTI "VÁNOČNÍ PEČENÍ S PAPÁJOU"

ZAPIŠTE SI DO DIÁŘE

 **BŘEZINĚVES**
městská část, Praha

KC BĚČKO
VÁS SRDEČNĚ ZVE NA

Podzimní DÝŇOVÁNÍ

25. ŘÍJNA 2026

Areál ABCentra Březiněves

PROGRAM:

14:00
VYSTOUPENÍ BŘEZŇOVÁČKU

14:15 - 16:15
HALLOWEENSKÁ BUBU PARTY
S MILANEM MUDROCHEM

17:00
VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ SOUTĚŽE
O NEJLEPŠÍ DYNĚ VYTVOŘENÉ NA MÍSTĚ



Prodej dýní v omezeném množství, dýňových pochoutek a občerstvení.

NEZAPOMEŇTE SI OSTRÝ NŮŽ A LŽÍCI.

 www.kcbecko.cz 

 **Běčko**
komunitní centrum
Březiněves

KOMUNITNÍ CENTRUM BĚČKO
ZVE MÍSTNÍ SENIORY
NA HUDEBNÍ POŘAD ŠIMONA PEČENKY

HUDBA Karla SVOBODY



02. 11. 2026 17:00

SÁL KOMUNITNÍHO CENTRA BĚČKO

www.kcbecko.cz 

 **BŘEZINĚVES**
městská část, Praha

MČ PRAHA-BŘEZINĚVES
ZVE RODIČE NOVĚ NAROZENÝCH DĚTÍ NA

Vítání občánků

8. listopadu 2026

15:00



Kontakty pro přihlášení:
info@brezineves.cz
283 910 263

Přihlásit se můžete nejpozději
do 15. 10. 2026.

 KC Běčko
Na Hlavní 14/41





SDH Praha–Březiněves: léto, zásahy a oslavy 95 let

Letní měsíce bývají u hasičů tradičně klidnější. Neznamená to však, že by jednotka odpočívala – právě naopak. Toto období využívají naši hasiči k údržbě techniky, výstroje a vybavení. Jde o časově náročnou práci, která zabere desítky hodin, ale je nezbytná pro bezpečný a spolehlivý výkon služby.

Díky finanční podpoře Magistrátu hl. m. Prahy se daří pravidelně servisovat velkou techniku u autorizovaných prodejců – od vozidel přes dýchací techniku až po agregáty. Bez této podpory by nebylo možné udržet veškeré vybavení v provozuschopném stavu.

Zásahy ve třetím čtvrtletí

Ve třetím čtvrtletí zasahovala naše jednotka u několika významných událostí.

Požár skladů v Kamýčce ulici (Praha 6)

Jednotka byla povolána k rozsáhlému požáru dvou skladů v areálu mrazíren. Jeden objekt byl při příjezdu jednotek zcela zasažen, druhý částečně. Vyhlášen byl III. stupeň poplachu. Hasiči nasadili několik vodních proudů a kvůli extrémně vysokým teplotám docházelo k častému střídání zasahujících jednotek. Při zásahu došlo ke zranění několika hasičů – naštěstí šlo o lehké zranění.

Vážná dopravní nehoda dvou nákladních vozidel

Naše jednotka se podílela na záchranných i likvidačních pracích při vážné nehodě dvou kamionů.

Technické zásahy

V ostatních případech šlo převážně o technické výjezdy – čerpání vody ze zatopených prostor, likvidaci obtížného hmyzu a další běžné zásahy.

Výcvik a spolupráce s profesionály

Výcvik je nedílnou součástí práce dobrovolných hasičů. SDH Březiněves úzce spolupracuje s profesionálními kolegy ze stanice HS 12 Březiněves. V nejbližších týdnech jednotku čeká cvičení zaměřené na dopravní nehody a poskytování první pomoci – prověrka dovedností, které jsou pro zásahy klíčové.

Oslavy 95 let SDH & BřeziněFest 2026

Poslední dva měsíce se naši hasiči intenzivně věnovali přípravám 95. výročí založení SDH Praha–Březiněves a organizaci oblíbeného rodinného festivalu BřeziněFest. SDH je dlouhodobým spolupořadatelem této akce a zajišťuje její technickou část – od příprav areálu až po bezpečnostní dohled během programu.

Letošní ročník byl výjimečný. Společně s TJ Březiněves jsme si připomněli **200 let sportu a hasičů v Březiněvsi** (TJ 105 let, SDH 95 let). Oslavy tak měly nejen slavnostní, ale i komunitní rozměr – setkali se zde současní členové, bývalí hasiči, rodiny, děti i široká veřejnost. Součástí oslav byla bohatá programová nabídka:

Výstava hasičské techniky

Návštěvníci si mohli prohlédnout historické i moderní hasičské vozy. Velký zájem byl zejména mezi dětmi, které si mohly techniku osahat zblízka – sednout si do kabiny, vyzkoušet si, jaké to je být „za volantem“ hasičského auta, nebo si prohlédnout vybavení používané při zásazích.

Den otevřených dveří hasičské základny

Velkou pozornost přitáhl také **den otevřených dveří** na naší základně. Děti si zde mohly vyzkoušet **ochranné obleky, přilby** a další vybavení, které hasiči používají při zásazích.

Pietní akt u pomníku padlých

Součástí oslav byl také **pietní akt u pomníku padlých**, který má pro naši jednotku mimo-



řádny význam. Nejde jen o připomenutí obětí druhé světové války, ale také o uctění památky našeho **prvního starosty sboru Ladislava Fialy**, významné osobnosti březiněveského hasičství, a dalších padlých, kteří se zapsali do historie naší městské části. Tento moment dodal oslavám hlubší rozměr a připomněl, že tradice dobrovolných hasičů stojí na odkazu těch, kteří se zasloužili o vznik a rozvoj sboru.





Slavnostní nástup jednotky

Hasiči nastoupili v plné sestavě, představili techniku, nové členy i významné milníky uplynulého roku. Nástup byl nejen formální, ale i symbolický – připomněl dlouhou tradici dobrovolnictví v naší městské části. Součástí programu bylo také osobní blahopřání starostovi SDH Jaroslavu Pencovi k životnímu jubileu. Poděkování za jeho dlouholetou práci a vedení sboru se setkala s velkým potleskem.

Atmosféra oslav

Celý den se nesl ve znamení komunity, tradice a soudržnosti. Obyvatelé využili možnost setkat se s hasiči, prohlédnout si techniku, vzpomínat na historii sboru a zároveň si užít

rodinný program festivalu. Atmosféra byla slavnostní, ale zároveň velmi osobní – připomněla, že SDH Březiněves není jen jednotka, která vyjíždí k zásahům, ale také důležitá součást života Březiněvsí, která spojuje generace a vytváří bezpečné a živé místo pro všechny.

Krátká historie SDH Praha-Březiněves

Sbor dobrovolných hasičů v Březiněvsí byl založen 22. února 1931 a od počátku patřil do župy Karlínské. Prvním starostou se stal František Kolínský. Ještě téhož roku byla dokončena a předána nová zbrojnice a sbor obdržel svou první automobilní stříkačku.

V následujících letech se jednotka aktivně zapojovala do okrskových cvičení a rozvíje-

la svou činnost. Významnou osobností byl Ladislav Fiala, který zastával funkci jednatele župy i starosty okrsku. V roce 1944 byl zatčen gestapem a umčen v Terezíně. Po válce mu byla uspořádána smuteční tryzna za účasti více než dvou stovek hasičů.

Po období útlumu v 50. letech byla činnost sboru obnovena až v roce 1974. O dva roky později vznikl kroužek mladých hasičů a začala stavba nové zbrojnice, dokončené v roce 1978.

Od té doby se SDH Březiněves stabilně rozvíjí, modernizuje techniku a aktivně se podílí na životě obce — od zásahů přes výcvik až po pořádání kulturních a komunitních akcí.

Petr Petrášek, Lenka Králíková Jašková,

Foto: Jakub Joachim





Z klubu

Zahájení nové sezóny 2026/27 máme úspěšně za sebou a jsme rádi, že k mužským kategoriím, A a B týmu, přihlašujeme do soutěží Pražského fotbalového svazu mládežnické kategorie v tomto složení: starší a mladší dorost, oba žákovské týmy (mladší žáci mají i B tým) a obě přípravkové kategorie.

Obě přípravkové kategorie budou hrát na 2HP, což je skvělé pro zapojení skoro všech hráčů/ček ze soupisky. I naše nejmenší kategorie, školička, ročník 2020/21 rozeběhne tréninkový proces. Čeká nás nábor, 8. 9. 2026, pro všechny věkové kategorie od ročníku 2020 výše. Nábor bude opět ve spolupráci s SK Slavia Praha a mohou se přihlašovat kluci i holky. K fotbalu v Břízce patří kategorie gentlemani, kteří fungují v tréninkového režimu a úspěšně absolvovali letní soustředění plné sportu a „dělání“ party. Ač ne v zápasovém, ale v tréninkovém rytmu má zde svou pozici i tým žen, Juniorky +.

V areálu proběhly dva mládežnické kempy, a to vždy v týdenní cyklu. Celý srpen zde 2x v týdně trénoval tým U17 SK Slavia Praha. V průběhu letních měsíců jsme úspěšně dotáhli roční projekt na osvětlení a máme vydané stavební povolení. Dále jsme do konce srpna realizovali rekordních 56 přestupů! V tréninkovém procesu, kdy každá kategorie trénuje 3x týdně, jsme museli udělat řadu změn tak, abychom se „vlezli“ k nám na obě hřiště a zároveň jsme si hřiště jako loni na podzim touto zátěží nezničili. Spravedlivě každá kategorie trénuje

2x v Břízce a 1x na jiných pronajatých plochách, UMT v Břízce, UMT na ZŠ Burešova a na trávě ve Větrušicích. V letních měsících jsme se připravovali ve spolupráci s obcí na oslavy 105 let fotbalu u nás i ve spojení s dalším ročníkem Březiněvestu. Akce se koná 19. 9. 2026. B tým zahájil přípravu v polovině srpna, následně jede na soustředění a čeká jej příprava v podobě minimálně tří zápasů, než o prvním víkendu v září zahájí nově sezónu po postupu v 8. lize s ambicí prát se o nejvyšší příčky. A tým vstoupil do nové sezóny s novým realizačním týmem, kdy hlavním trenérem se stal Jan Trousil s asistenty, Radkem Fialou a Ondřejem Neprašem, kteří k tomu vykonávají funkci ve vedení klubu. Dalším asistentem, i k propojování mužských týmů, je René Drtina, hlavní kouč Benfiky. A tým má za sebou v době uzávěrky již čtyři kola s bilancí tří proher a jedno vítězství.

Oba mužské týmy zaznamenaly změny v kádrech. A tým opustil na přestup Marek Krejčí (Jesenice), Aleš Pfeifer (Líbeznice), Josef Gabčo (FC Vysoká) s tím, že na „hostování“ odešel Klimpelle (Kbely) a Novosad (Praha). V A týmu se nám přes avizované odchody podařilo udržet řadu hráčů a došlo i k posílení – Václav Pešta, návrat po zranění, a Matěj Jedlička, oba z FK Neratovice, a tři „zahraniční akvizice“, Nazaryi Bogatkin, Vlado Pastushenko a Shawn José Fernades. Do B týmu se vrátil z hostování Smutný, na další hostování jsme pustili Trávníčka a přišel Dominik Vařeka a Filip Boček. Tréninkový proces se rozjel už od poloviny srpna a každý den od 17 hodin můžete vidět obě plná hřiště od nejmenších, přes žáky, dorostence, muže i Gentlemany až po Juniorky +.

Vedení FK

Oslavy TJ 105 let: Dopoledne na hřišti patřilo fotbalu a Janu Kollerovi

Fotbalový oddíl představil všechny mládežnické kategorie i legendárního „Dina“

Sobotní dopoledne 19. září odstartovalo oslavy 105 let fotbalu v Březiněvsi přímo na hřišti TJ Březiněves. Fotbalový oddíl, který je součástí místní tělovýchovné jednoty založené v roce 1921, dnes sdružuje kolem 300 členů – více než 180 dětí a mládežníků a přibližně 120 dospělých hráčů, trenérů, Gentlemanů a Juniorek. Klub je partnerem SK Slavia Praha a už osmým rokem spolupracuje s nadací LuckyBe dětem: každý vstřelený gól v sezóně znamená příspěvek 5 Kč na podporu neonatologické kliniky na Bulovce.

Přípravky zahájily dopoledne prvním úspěchem

Dopolední program patřil mladší a starší přípravce. Starší přípravek dorazila na oslavy ve skvělé formě – jen týden předtím postoupila

z prvního předkola Planeo Cupu ročníku 2017, když ze pěti zápasů čtyřikrát zvítězila. Ambasadorem Planeo Cupu je sám Jan Koller, a jak u mikrofonu podotkl moderátor Ondřej Vaňura, mladí březiněvští fotbalisté jako by šli přesně v jeho stopách: síla, nasazení, góly. Navázali tak na loňský ročník 2016, který se v Planeo Cupu probojoval až do finále proti Spartě, Baníku či Sigmě Olomouc. Po slavnostním zahájení se na hřišti představili také mladší žáci a nejmenší děti ze školičky.

Slavnostní výkop s Janem Kollerem

Dopoledne pokračovalo vystoupením starších žáků a mladšího i staršího dorostu, které odstartoval slavnostní výkop s Janem Kollerem. Mladší dorost, obnovený po loňské pauze, letos nastupuje do 2. třídy skupiny D – tedy 6. ligy mladšího dorostu v Praze. Třiadvacetičlenný





kádr vede hlavní trenér Miroslav Kolísek spolu s Filipem Turšnerem a kondičním trenérem Tomášem Maděrou. Tým se připravuje společně se staršími žáky, se kterými loni hrál pohromadě, a společně absolvovali i letní soustředění.

Starší žáci postoupili po loňském druhém místě „administrativně“ do 1. A třídy skupiny B, tedy 4. ligy starších žáků v Praze. I jejich kádr má 23 hráčů pod vedením Filipa Turšnera a asistentů Tomáše Melichara a Miroslava Franka. Před sezónou řešili nedostatek brankářů – pomohla až náborová kampaň na sociálních sítích, díky které tým získal hned dva nové gólmány. Jedním z nich je Jakub Frank, ročníkově nejmladší brankář celé soutěže (ročník 2014 mezi ročníky 2012/13). Tým navíc jako jediný v soutěži doplňuje dívka – nově příchozí Hedvika Hampelová.

Doprovodný program a historie na dosah

Vedle samotných zápasů si návštěvníci mohli vyzkoušet lidský stolní fotbal, body zorbing, střelbu míčem na terč nebo se zvěčnit ve fotokoutku. Součástí akce byl i historický koutek, který připomněl vývoj fotbalu v Březiněvsi. O občerstvení se postaral místní Buřác na hřišti a kavárna K 6,33.

Poděkování partnerům a tombola

Dopolední program uzavřelo poděkování partnerům spojené s tombolou. Poděkování patřilo městské části Praha-Březiněves, restauraci Trattoria Famiglia, firmám Yoursport, Wemac a ČMIS, stavební firmě Kvapil, dobrovolným hasičům Praha-Březiněves, Pražskému fotbalovému svazu i SK Slavia Praha.

Gentlemanů proti trenérům

Závěr dopoledne patřil tradičnímu duelu Gentlemanů a Staré gardy proti trenérům, který po vyrovnaném boji vyhráli trenéři 2:1.



Trenérský sbor je v Březiněvsi na historicky nejvyšší počet – aktuálně má 42 trenérů, z toho přes třicet mládežnických, většinou v roli tátytrenéra. Nechybí ani čtyři trenérky a výpomoc z řad dorostenců. Gentlemani vznikli v roce 2017 jako parta bývalých fotbalistů i hráčů-začátečnicků. Dnes má tým kolem 30 členů, z toho 20 aktivních. V sezóně 2017/2018 vstoupili do soutěže ve 3. lize, o dva roky později si poprvé zahráli i ligu 1. Přestože v posledních letech soutěž nepřihlásili, tým dál žije – schází se každou středu na fotbale a dvakrát ročně vyrazí na soustředění.

Poděkování

Velké poděkování patří všem organizátorům, partnerům, hráčům, rodičům, prarodičům i trenérům. Díky jejich nasazení má Březiněves nejen silnou fotbalovou základnu, ale i atmosféru, která byla na hřišti po celý den cítit. *Lenka Králíková Jašková, foto: Jakub Joachim*



Dění v TJ Březiněves - TENIS

Poslední srpnový týden jsme letos tenisový dětský kemp neuspořádali. Zaskočily nás zdravotní problémy v řadách trenérů.

Podzimní sezóna v mládežnickém tenisu

V současnosti evidujeme zhruba 40 členů oddílu z řad dětí a mládeže. Nové členy v této kategorii přijímáme, avšak omezeně. O naši mládež se stará šestičlenný trenérský tým, pod vedením Standy Richtera. Využíváme jak oba umělé, tak i antukový kurt. Od listopadu počítáme opět s pronájmem haly na zimní sezónu. To budeme maximálně dotovat z grantů, které máme pro děti a mládež na letošní rok k dispozici. Pokračujeme s oblíbeným kondičním cvičením, které řídí Helena Bínová. Díky tomu se u účastníků úspěšně zvyšuje pohybová obratnost. Dobré je, že o toto cvičení je mezi dětmi velký zájem. Kondiční cvičení bude pokračovat i v zimní sezóně v tělocvičně naší TJ, případně v Běčku a Fitku.

Turnaje a soutěže podzim 2026

Od září pořádá Tenisový oddíl dva turnaje pro dospělé. Pokračujeme tak v dlouholeté tradici. V září proběhne další turnaj čtyřher a dle zájmu i turnaj dvouher Březiněves OPEN. Další turnaj čtyřher proběhne na podzim v hale ve Vysočanech.

Nezapomínáme ani na charitu pro zdravotně postižené sportovce. Letos bychom rádi pokračovali s tenisovými vozíčkáři. Pokud to situace dovolí, proběhne v rámci našich turnajů i jejich exhibice.

Technické a organizační novinky

Od 1. září se mění obsazení **funkce předsedy oddílu**. Honzu Vocela střídá **Patrik Dürl**. Výbor oddílu jinak zůstává ve stejném složení. Změnili jsme i komunikaci. Ukončili jsme podporu webových stránek, které nebyly dlouhodobě příliš využívány. Místo toho používáme operativnější a pružnější Facebook (**Březiněves tenis**). Pro všechny zájemce najdete na <https://www.facebook.com/share/18nE8D424p/> Odkaz je též na webu MČ Březiněves. Na starosti má Petr Bína. Pro běžný provoz kurtů nadále platí zásady: rezervace hry výhradně přes rezervační systém.



Zájemci o hru (nečlenové tenisového oddílu) mají hru umožněnu prostřednictvím recepce fitcentra. Pro případné pravidelné dopolední hraní (do 14 hod.) je možná i dohoda přes členy výboru TO. Potřebné informace jsou uvedeny na nástěnce, umístěné na oplocení u vchodu do areálu.

Jan Vocel, předseda TO a TJ Březiněves

Foto: Tenisový oddíl TJ Březiněves



Oddíl Tanec TJ Březiněves

Oddíl Tanec TJ Březiněves přijímá nové členy do závodních i nezávodních týmů! Připojte se ke komunitě, kde najdete vy, nebo vaše děti, lásku k tanci a pohybu obecně. Úspěch na závodech k tomu jako třešničku na dortu.

Během prázdnin oddíl pro své svěřence i nové zájemce uspořádal již tradiční červencové pobytové taneční soustředění v rekreačním středisku Stará Živohošť. Děti si vyzkoušely mimo různých stylů tance také jógu nebo gymnastiku. Týden byl plný táborových her, které prověřily různé schopnosti táborníků, a především jejich spolupráci v týmu. Nechyběly ani výlety do okolí a koupání.

V obdobném duchu se neslo i příměstské taneční soustředění konané v srpnu

v Komunitním centru Běčko v Březiněvsi. Na děti čekala spousta zábavy, výlet, noční stezka a především se tančilo a tančilo.

V rámci Oslav 200 let sportu a hasičů v Březiněvsi (19.9.) vystoupily závodní týmy s choreografiemi, se kterými vyhrávaly medaile v uplynulém školním roce. Zhlédnout bylo možné prostřední skupinu ve věku 8-13 let v sestavě ve stylu fitdance a nejmladší holčičky v rozmezí 5-7 let, které zatančily ve stylu zumba. Od konce září bude možnost stát se součástí závodních týmů pro školní rok 2026/2027, oddíl nabírá nové členy. Otevírá se skupina pro nejmladší děti Zumba BABY, dále skupina Fitdance MINI a Fitdance DĚTI. Pro nejstarší dívky je možnost přidat se k týmu Street dance



JUNIORKY. Nadále pokračují také nezávodní kurzy Lady latino pro dospělé.

Více informací viz letáček nebo sociální sítě oddílu.

Veronika Benešová



Rodiče a dospívající

Rodičovství je samo o sobě docela dobrodružná disciplína. A pak děti začnou dospívat.

Najednou můžeme mít pocit, že se pravidla změnila a my tak trochu ztrácíme představu, jak se v této nové disciplíně vlastně vypořádat s dalšími, a často ještě většími výzvami.

Někdy s rodiči pro odlehčení hledáme, k čemu by se období dospívání dalo přirovnat. Padla už přirovnání jako jízda na horské dráze, oblačno až zataženo nebo jízdenka do Jurského parku. A vlastně to docela sedí. Ale dá se na dospívání dětí nějak připravit? Dá se tím vším projít, aniž bychom se z toho zbláznili?

Dá, nebojte. Na této cestě nám může pomoci něco docela jednoduchého – na chvíli se zastavit a vzpomenout si, jaké to bylo, když jsme sami dospívali.

Připomenout si, jaké to je hledat své místo mezi ostatními, chtít někam patřit, být přijatý a zároveň se postupně osamostatňovat. Jaké to je chtít, aby nám druzí rozuměli, a současně mít pocit, že nám vlastně nerozumí vůbec nikdo.

A možná si vybavíte i něco dalšího. To překvapení, když se najednou začalo měnit vaše vlastní tělo. Měnily se jeho proporce, objevovaly se nové tělesné projevy a člověk najednou neměl úplně pod kontrolou, co se s ním děje. Tělo se mění rychle a nezastavitelně – a pro mnohé dospívající může být tahle proměna pořádným zaskočením.

Dospívání je totiž obdobím mimořádně intenzivního vývoje – těla, psychiky i mozku. Výrazně se proměňuje způsob prožívání, vztahy, pohled na sebe sama i na svět kolem nás. Mozek prochází rozsáhlou reorganizací a jednotlivé systémy přitom nedozrávají všechny stejným tempem. I to může pomoci vysvětlit, proč může být dospívající jeden den překvapivě vyzrálý a druhý den udělat něco, nad čím jen nevěřícně kroutíme hlavou.

Co se tedy během dospívání vlastně děje a jak tyto změny ovlivňují chování našich dětí? Pojďme se na to společně podívat.

Nové oči pro starý svět

Na dospívajících mě vždy fascinovala ještě jedna věc – jejich pohled na svět.

Když si opravdu poslechneme jejich názory, můžeme někdy nahlédnout na věci úplně jinak, než jsme zvyklí. Dospělí se postupem času učí svět číst prostřednictvím zkušeností, pravidel a nejrozumnějších vzorců. Dospívající je naopak ještě intenzivně hledají, zkoušejí a zpochybňují.

A právě proto mohou přinášet neotřelé nápa-

dy, otázky a pohledy na věci, které dospělí už dávno považují za samozřejmé. Z vývojového hlediska má tato potřeba hledat nové možnosti svůj význam. Dospívající se postupně osamostatňuje od rodiny, vstupuje do širšího sociálního světa a hledá vlastní místo v něm. Potřebuje si vytvořit vlastní názory, hodnoty a způsoby, jak se ve světě pohybovat. Tato otevřenost novému ale přináší nejen kreativitu a nové možnosti, ale také větší zranitelnost.

A pak ty emoce.

Dospívání je obdobím velmi intenzivního sociálního a emočního prožívání. Vztahy s vrstevníky získávají na významu, roste potřeba být přijatý a respektovaný a odmítnutí může bolet mnohem víc, než si jako dospělí někdy dokážeme představit.

Mozkové systémy spojené s emocemi, odměnou a sociálním prožíváním jsou v tomto období velmi citlivé. Zároveň postupně dozrávají systémy, které nám pomáhají emoce regulovat, brzdit impulzivní reakce a zvažovat dlouhodobé důsledky našeho jednání.

Proto někdy může být reakce dospívajícího mnohem víc vedena tím, jak se právě cítí, než tím, co by s odstupem sám považoval za nejlepší řešení.

Možná nejde o to dělat všechno správně

Možná ani nejde o to najít dokonalý návod, jak rodičovsky dospívání zvládnout. Spíš jde o hledání nové rovnováhy mezi blízkostí a odstupem, svobodou a hranicemi, důvěrou a rodičovskou odpovědností.

Jednou z velkých výzev pro rodiče je v tomto období přijmout, že jejich dítě začíná svět vidět jinak. Má vlastní názory, vlastní hodnoty a někdy také názory, se kterými rodič vůbec nesouhlasí.

Přijetí ale neznamená souhlas.

Může znamenat třeba jen zastavit se a místo okamžitého hodnocení říct:

„Aha. Řekni mi o tom víc.“

Dát dospívajícímu najevo, že chceme rozumět tomu, jak o věcech přemýšlí a co prožívá. Ne proto, abychom mu ve všem dali za pravdu, ale proto, abychom zůstali v kontaktu.

Protože rozumět neznamená všechno dovolit. Můžeme chápat, proč je pro dospívajícího tak důležité zapadnout mezi vrstevníky, a zá-

roveň mu nastavit hranici. Můžeme rozumět jeho vzteku, a přesto říct, že způsob, jakým s námi mluví, není v pořádku. Můžeme respektovat jeho potřebu samostatnosti a současně zůstat rodičem, který drží bezpečné hranice.

Možná právě v tom spočívá jedna z nejtěžších změn, které dospívání přináší. Učíme se být rodičem dítěte, které už není malé, ale ještě není dospělé.

A právě odtud pramení moje jistota, že i toto období plné výzev lze rodičovsky zvládnout bez ztráty důvěry a bez ztráty kontaktu. Zažila jsem už ale i mnoho okamžiků, kdy se mezi rodičem a dítětem znovu podařilo navázat ztracený kontakt, obnovit rozbitou důvěru a najít k sobě cestu. Nezmizely tím všechny problémy ani se všechno nestalo najednou jednoduchým. Ale znovu se objevilo něco důležitého: „Jsem tu pro tebe.“

Nemusíme být dokonalými rodiči.

Potřebujeme zůstat v kontaktu.

*Mgr. Tereza Maroušková
psycholožka*

Ve své praxi provázím děti, dospívající i dospělé na cestě k větší psychické pohodě. Věnuji se psychologickému poradenství, terapii hrou a podpoře rodičů při budování bezpečného a respektujícího vztahu s dětmi.

Více informací naleznete na www.terezamarouskova.cz.

ilustrační foto - Adobe Stock



Podzimní pozvánka do knihovny



Mnozí mají sice za sebou tradiční hektický začátek školního roku, dovolte nám ale ještě malé ohlédnutí za létem v knihovně. Červenec nás moc mile překvapil velkou návštěvností i účastí na našem programu. Děkujeme, že si i o prázdninách a dovolených najdete čas a chuť na setkání u knih, deskovek a tvoření. Zároveň jsme zvládli kompletní revizi celého fondu knihovny díky třem neúnavným metodičkám z MKP, které nám také pomáhají se všemi zádrhly či nejasnostmi ve všech sférách provozu. K vyřazení bylo doporučeno přes 100 svazků. Některé nahradíme aktuálními estetičtějšími verzemi, u některých si rádi vyslechneme váš názor, zda je ještě zachovat, mnohé již putovaly do Domova seniorů, aby zde ještě posloužily zpestření volného času.

V posledním čtvrtletí se již tradičně zaměříme na vyhodnocení a ocenění neaktivnějších mladých čtenářů v rámci 3. ročníku Lovců perel. Také se můžete těšit na další velkou várku nejnovějších a nežádanějších knížek. Úterní program běží bez přestávky. Najdete v něm nejoblíbenější setkání s Hama korálky i například vyžádané základy vyšívání. Setkání Klub čtenářů je vždy živé a plné inspirace i motivace a otevřené pro další zájemce.

Připomínáme, že v podzimních měsících dojde k výměně celého Výměnného souboru za 150 nových svazků z fondu MKP. Proto si již stávající svazky nebude možné od října vypůjčit.

Setkání s MUDr. Karlem Nešporem

V naší knihovně jsme přivítali MUDr. Karla Nešpora, který se ve své besedě věnoval významu **hathajógy a přiměřeného pohybu pro tělesné i duševní zdraví.**

Pohyb podle pana doktora není jen prostředkem ke zlepšení kondice. Pomáhá nám **uvolnit se, zvládat stres a silné emoce, podporuje paměť, duševní výkonnost i zdravé sebevědomí.** Dozvěděli jsme se také, jak důležité jsou krátké **mikro-přestávky během pracovního dne,** a poznali jednoduché techniky, které nám pomohou rychle se zklidnit. Některé cviky a meditaci jsme si pod vedením pana doktora také společně vyzkoušeli a seznámili

jsme se s **mudrami – jednoduchými gesty rukou.**

Beseda byla plná praktických rad, pohybu, zamyšlení i humoru. A jak nám pan doktor připomněl, **smích je dar z nebes.** Odesli jsme si inspiraci, že o své tělo i psychiku můžeme pečovat každý den – často prostřednictvím docela jednoduchých věcí.

Pozvánka na podzimní setkání se zajímavými lidmi v knihovně

V říjnu a listopadu vás zveme na tři večerní setkání s inspirativními hosty. **Prof. Jaroslav Čechura** nás provede příběhem bitvy u Moháče, **MUDr. Kateřina Zajíčková** nabídne praktické rady pro zdravé hormony, štítnou žlázu a kosti a hudebník, zpěvák a skladatel **Jiří Šámal** nás v závěru listopadu pozve na poetický hudebně literární večer plný hudby a poezie. Přijďte si poslechnout zajímavé osobnosti, něco nového se dozvědět a strávit příjemný večer společně.

Anna Koudelková
a Andrea Moravcová,
foto: Knihovna Březiněves



Program knihovny říjen – prosinec 2026

datum	název	druh pořadu
6. 10. od 17:00	Deskohraní pro děti s rodiči	Představení a hraní deskových her
13. 10. od 17:00	Začátky vyšívání	Můj první vzorkovníček
20. 10. od 17:00	Deskohraní pro dospělé a náctileté	Představení a hraní deskových her
21. 10. od 18:00	Večer s historikem: Bitva u Moháče	Setkání s předním historikem Prof. PhDr. Jaroslavem Čechurou, Drsc.
27. 10. od 17:00	Hama korálky	Podzimní inspirace
3. 11. od 17:00	Deskohraní pro děti s rodiči	Představení a hraní deskových her
5. 11. od 18:00	Hormony, štítná žláza a zdravé kosti	MUDr. Kateřina Zajíčková poradí, jak pečovat o hormony, štítnou žlázu a zdravé kosti a předcházet osteoporóze.
10. 11. od 17:00	Setkání Klubu čtenářů Březiněves	Povídání o knížkách a inspirace k četbě
24. 11. od 17:00	Deskohraní pro dospělé a náctileté	Představení a hraní deskových her
26. 11. od 17:00	Poetický hudebně-literární večer	Hudebník, zpěvák a skladatel Jiří Šámal vás provede večerem plným éterických tónů hang drumu, autorské hudby a poetického slova.
1. 12. od 17:00	Deskohraní pro děti s rodiči	Představení a hraní deskových her
6. 12. od 16:00	Vánoční besídka	Vánoční setkání s tvořením a hudbou
8. 12. od 17:00	Motýl z dutinky	Tvoření z příze
15. 12. od 17:00	Deskohraní pro dospělé a náctileté	Představení a hraní deskových her
22. 12. od 17:00	Hamakorálky	Dárčky a dekorace na poslední chvíli

Rezervace: knihovna@brezineves.cz, tel. 771 214 111

HLEDÁME PRAKTICKÉHO LÉKAŘE PRO DOSPĚLÉ

CENTRUM ZDRAVOTNÍCH A SOCIÁLNÍCH SLUŽEB BŘEZINĚVES, P. O.,
PŘIPRAVUJE OTEVŘENÍ ORDINACE PRAKTICKÉHO LÉKAŘE PRO DOSPĚLÉ.

HLEDÁME

- Lékaře/lékařku se specializací v oboru všeobecné praktické lékařství.
- Zájemce, který ocení možnost podílet se na rozjezdu nové ordinace a stát se klíčovou součástí zdravotní péče v Březiněvsi.
- Oceníme otevřený přístup k pacientům a chuť k budování dlouhodobého vztahu s komunitou

NABÍZÍME

- Moderní zázemí a administrativní, právní i provozní podporu.
 - Možnost aktivně se podílet na nastavení chodu ordinace a ordinačních hodin.
 - Bydlení v novostavbě rodinného dvojdomu (5+1, 161 m²) se zahradou, v klidné lokalitě městské části Praha-Březiněves, v docházkové vzdálenosti od ordinace.
 - Občanská vybavenost: Městská část Praha - Březiněves nabízí bohaté sportovní zázemí a kulturní akce, MŠ a výstavbu ZŠ a SŠ.
- Lokalita je 15 minut od metra C a 30 minut do centra Prahy.



778 008 777

 Adresa

Na Hlavní 14/41, Praha - Březiněves

 Email

dagmar.spirkova@cssbrezineves.cz

 Webové stránky

www.abcentrumbrezineves.cz



Centrum zdravotních
a sociálních služeb
Březiněves