



**Na sousedy jsme měli v Mníšku velké štěstí,
jsou to všechno milí lidé se srdcem na pravém místě**
Rozhovor s lékaři Gabrielou a Tomášem Grusovými

str. 10 a 11

**V Mníšku se otevře testovací
centrum na covid-19**

str. 3

**Prvnáky a druháky
už vozí z Madlenek
do školy autobus**

str. 5

**Dubnová výzva 10 000 KROKŮ
pomůže vašemu zdraví**

str. 15

3–9

Z RADNICE

V Mníšku se otevře testovací centrum na covid-19 ● Radnice usiluje o zřízení očkovacího centra v Mníšku pod Brdy ● Autobusová doprava zdraží a ubude spojů ● Prvnáky a druháky už vozí z Madlenek do školy autobus ● Sňateční obřady v době koronavirové ● Demografická studie potvrzuje nutnost výstavby další základní školy v mníšeckém mikroregionu

10–11

ROZHOVOR

Tomáš a Gabriela Grusovi: Na sousedy jsme měli v Mníšku velké štěstí, jsou to všechno milí lidé se srdcem na pravém místě.

12

KNIHOVNA / KULTURA

Biskupa Doubravu připomíná nová informační tabule

13

ŠKOLY

První pololetí našich prvnáčků ● Děti si ve škole užily masopust a jeho tradice

14–15

SPORT

Dubnová výzva 10 000 KROKŮ pomůže vašemu zdraví ● Můžeme učit (pohyb) své vlastní děti? II.

16–17

ZAJÍMAVOSTI

V mníšeckém domově pro seniory už víme, co je covid-19
● Tříkrálová sbírka byla prodloužena do konce dubna
● Uctili jsme památku obětí holocaustu

18–19

HISTORIE

Hrůzy holocaustu nesmí být zapomenuty. Vzpomínka na 28 mníšeckých sousedů, kteří se stali jeho obětmi

20

MNÍŠECKÝ MÍSTOPIS

Kovárny

21–22

MAZLÍČCI / ZÁBAVA

Máme doma fenku ● Spojovačka ● Křížovka o ceny

24–32

INZERCE

Slovo starostky

Vážení a milí spoluobčané,

onemocnění covid 19 se nevyhnulo ani mně a společně s celou rodinou jsem strávila skoro tři týdny v izolaci, což je to mimo jiné i důvod, proč se mé pravidelné setkání s Vámi již podruhé přesunulo do telefonické podoby. Byla jsem proto mile překvapena, kolik z Vás možnosti promluvit se mnou o svých potížích či nápadech pro město i v tomto netradičním formátu využilo. Obvyklý čas jsme dokonce vzhledem k velkému počtu volajících výrazně přetáhli, což osobně vítám, protože navzdory tomu, že ne každý podnět se podaří vyřešit a některá řešení trvají dlouho, se právě díky Vám již podařilo zrealizovat řadu drobností, které někomu ulehčily život. Na základě této zkušenosti, a s ohledem na současnou covidovou situaci, jsem se proto rozhodla, že bude vhodnější zachovat telefonickou formu setkání až do doby, než bude opět pro všechny bezpečnější se potkávat osobně.

V březnu „oslaví“ covid v Česku své neslavné roční výročí a vše poukazuje na to, že tu s námi ještě nějakou dobu pobude. Podle vlády ČR již navíc nebude možné na některých místech používat obyčejné látkové roušky jako ochranu úst a nosu, místo nich bude vyžadováno nošení respirátorů, nanoroušek či alespoň dvou chirurgických roušek. Město je proto připraveno poskytnout respirátory a chirurgické roušky všem klientům našeho sociálního pracovníka, pana Lukáše Říhy, v případě potřeby se na něj, prosím, s důvěrou obraťte.

V minulém čísle jsem Vás též informovala o naší snaze vytvořit očkovací místo v našem městě, svou pomoc nám nabídli i naši místní praktičtí lékaři. Dle odpovědi paní hejtmanky Petry Peckové, na kterou jsem se obrátila, však toto zatím není možné, proces očkování včetně přidělování vakcín je zatím řízen centrálním systémem ministerstva zdravotnictví a se zapojením praktických lékařů zatím nepočítá. Doufejme, že i toto se brzy změní. Dobrou zprávou však je, že od začátku března bude v naší budově Městského kulturního střediska v lipkách otevřeno testovací centrum na covid 19, takže za testováním již nebudete muset dojíždět jinam. Podrobnosti najdete na str. 3. Předpokládám, že v souvislosti s covidem nás ještě čekají měsíce nejistoty a zároveň i řada změn, kterým se nebude možné vyhnout (vizte např. článek o autobusové dopravě obslužnosti na straně 4). O to cennější bude zachovat si v nadcházejících měsících osobní nadhled, životní optimismus i víru, že vše se nakonec v dobré obrátí.

Přeji Vám mnoho vnitřní síly.



Magdalena Davis
Magdalena Davis

ZPRAVODAJ MĚSTEČKA POD SKALKOU č. 304 (vychází 26. února 2021)

Měsíčník, vydává Město Mníšek pod Brdy se sídlem Městský úřad Mníšek pod Brdy, Dobříšská 56, 252 10 Mníšek pod Brdy, IČ 00242748, tel. 318 541 911, e-mail: mesto@mnisek.cz. Příspěvky jsou přijímány průběžně na adrese zpravodaj@mnisek.cz, inzerce na adrese inzerce@mnisek.cz, poštou nebo osobně na výše uvedené adrese. Termíny dalších uzávěrek jsou zveřejněny na webu www.mnisek.cz v sekci Zpravodaj, kde je též k dispozici elektronické vydání Zpravodaje. Přijímají se příspěvky v rozsahu maximálně 2 200 znaků včetně mezer, které splňují Pravidla pro zveřejňování nevyžádaných příspěvků (k přečtení na www.mnisek.cz v sekci Zpravodaj), a fotografie v rozlišení minimálně 300 dpi. Příspěvky nejsou honorovány. Nevyžádané texty se nevracejí. Za obsah textů odpovídají jejich autoři. Není-li uvedeno jinak, autoři fotografií jsou autoři textů. Inzerce musí být zaslána formou závazné objednávky (rozměr, počet otištění, úplné fakturační údaje – název a sídlo firmy, IČ, DIČ). Kopírování a šíření publikované části nebo celku je bez písemného souhlasu vydavatele zakázáno. Redakční rada: Bc. Andrea Midkiff M.A. (předsedkyně), Ing. Radim Hreha. Redakční příprava: Libor Kálmán. Grafické zpracování: Jiří Hladovec. Náklad 3 030ks. Zdarma. Tisk: Tiskárna Mníšek, s. r. o., Rymaňská 210, Mníšek pod Brdy. Evidenční číslo periodického tisku MK E 12576. Fotografie na titulní straně: Michal Kroutil. **Redakční uzávěrka příštího, dubnového čísla: 13. března 2021.**

V Mníšku se otevře testovací centrum na covid-19

V pondělí 1. 3. 2021 by mělo zahájit v Mníšku pod Brdy činnost nové testovací centrum na covid-19. Společnost, která ho bude provozovat, čeká už jen na vyřízení nezbytných administrativních formalit.

Až dosud museli Mníšečtí kvůli provedení testů na covid-19 cestovat několik desítek kilometrů mimo své bydliště, ať už do Prahy, Příbrami nebo nově do Nemocnice Na Pleši.

Vedení Mníšku od Brdy se rozhodlo vyjít svým občanům vstříc a dojednálo se společností Mobile clinic expert MCE s.r.o. otevření odběrového místa přímo v našem městě.

Pro účely testování a vyhodnocování odebraných vzorků vyčlenila mníšecká radnice místnosti **v přízemí městského kulturního střediska** (V Lipkách 610).

„Reagovali jsme na poptávku našich obyvatel, kteří by uvítali možnost testování v dosažitelné vzdálenosti od svého bydliště. Pro umístění odběrového místa jsme vytipovali prostory v přízemí našeho kulturního střediska, které ochotně uvolnil spolek Oáza,“ říká místostarostka Dana Dalešická, která otevření testovacího centra za město řešila.

Testování bude zajišťovat společnost Mobile clinic expert MCE s.r.o. každý den od 8 do 18 hodin.

Registrovat si přesný termín odběru můžete na webových stránkách www.clinicexpert.cz **PŘIJÍT MŮŽETE ALE I BEZ OBJEDNÁNÍ.**

Provádí se odběry jak antigenních testů, tak také testů PCR.

- V případě **antigenního testu** budete znát výsledek do 15 minut od odběru.
- V případě **testu PCR** se dozvíte výsledek většinou ještě týž den, nejpozději do 7:00 následujícího dne.

Vyhodnocení PCR testů probíhá v laboratoři v Praze, kam budou odebrané vzorky v pravidelných intervalech odesílány.

PRAVIDLA PRO TESTOVÁNÍ:

Testování probíhá **POUZE** u bezpříznakových osob, které:

- V posledních 90 dnech **nebyly pozitivně testovány** na nákladu covid-19.
- **Nebyly v posledních 3 dnech testovány** na nákladu covid-19 (antigenním či PCR testem)

POSTUP:

- Po online rezervaci se **dostavte v daný termín a čas na místo odběru** (přízemí městského kulturního střediska). Odběry budou provedeny **i osobám bez předchozí rezervace.**
- Vezměte si s sebou kartičku pojišťovny, mobilní telefon, respirátor, nanoroušku nebo alespoň dvě chirurgické roušky na sobě a dodržujte bezpečné rozestupy.

- Antigenní testy jsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění.
- PCR testy jsou hrazeny z veřejného pojištění pouze v případě, že přinesete s sebou žádanku od praktického lékaře. V opačném případě zaplatíte na místě za provedení PCR testu 1 300 Kč.

O přesném termínu otevření testovacího centra vás budeme včas informovat prostřednictvím online komunikačních kanálů města (webové stránky, facebook a MobilníRozhlas).

Libor Kálmán



Testování bude probíhat v přízemí kulturního střediska. Foto: autor

Radnice usiluje o zřízení očkovacího místa v Mníšku pod Brdy

Vedení města Mníšek pod Brdy zaslalo počátkem února oficiální žádost hejtmance Středočeského kraje o přidělení 500 vakcín pro své seniory nad 80 let.

„V Mníšku žije 245 seniorů starších 80 let... Jejich očkování jsme schopni zajistit s pomocí našich praktických lékařů,“ uvádí ve svém dopisu starostka Magdalena Davis.

Žádost předpokládá vytvoření dočasného očkovacího místa, které by nejdříve využili naši nejstarší senioři. Do jejich očkování proti nemoci covid-19 by se mohli zapojit, kromě lékařů a sester, které známe z mníšeckých ordinací, také další kvalifikovaní dobrovolníci, jako např. zdravotní sestry na zaslouženém odpočinku nebo další zdravotníci.

Do Mníšku pod Brdy, ve kterém žije 245 seniorů starších 80 let, potřebujeme zajistit zhruba 500 vakcín pro 1. a 2. dávku.

Nejbližší očkovací centra se v tuto chvíli nacházejí v Praze a v Příbrami, v budoucnu se k nim zřejmě ještě připojí Černošice. Nevýhodou všech tří jmenovaných lokalit je jejich horší dostupnost pro naše seniory. Současně se zajímáme také o možnost očkování v nedaleké Nemocnici Na Pleši.

Již v polovině ledna 2021 jednala se Středočeským krajem o možném vzniku očkovacího místa, určeného především pro seniory nad 80 let, mníšecká radní pro sociální oblast Šárka Slavíková Klímová. Konkrétní postup konzultovala s místním praktickým lékařem MUDr. Michalem Pirunčíkem a s krajským radním pro oblast zdravotnictví Pavlem Pavlíkem. Její aktivitu podpořila starostka Magdalena Davis i rada města.

Libor Kálmán

Město Mníšek pod Brdy
Mgr. Magdalena Davis, Ph.D., starostka
Dobříšská 56, 252 10 Mníšek pod Brdy

Krajský úřad Středočeského kraje
k rukám hejtmanky
Zborovská 81/11
150 21 Praha 5

Nale č.j.: MMpB-OKS/1180/21 - 36/2021-RSD
Datum: 04.02.2021

Vážená paní hejtmanko,

dovoluji se na Vás obrátit v záležitosti očkování seniorů 80+ v Mníšku pod Brdy.

Jsem schopna zajistit očkování našich seniorů s pomocí praktických lékařů v našem městě. O této možnosti již v lednu jednala radní Šárka Slavíková Klímová s panem radním Pavlem Pavlíkem.

V Mníšku pod Brdy žije 245 seniorů starších 80 let a od tohoto čísla by se odvíjel i počet vakcín (tedy cca 500 vakcín pro očkování i následné přeočkování), které by pro mníšecké seniory bylo potřeba z kraje alokovat. Pokud kraj neuvažuje o centrálním nákupu materiálu potřebného k očkování, zajistíme ho sami.

Dovoluji si Vás tedy požádat o zvážení možnosti, že by kraj přidělil Místu Mníšek pod Brdy 500 vakcín pro mníšecké seniory a ti by byli očkováni přímo v našem městě. K zajištění této možnosti nás vede hlavně fakt, že nejbližší očkovací místa (Praha, Příbram) jsou pro naše seniory hůře dostupné.

Předem Vám děkuji za vyjádření.

S úctou,

Mgr. Magdalena Davis, Ph.D.
starostka města

Scan žádosti adresované středočeské hejtmance

Autobusová doprava zdraží a ubyde spojů

Na obzoru se bohužel rýsuje jeden velmi konkrétní dopad covidové krize, který zřejmě brzy pocítí i náš region. V důsledku vládních opatření totiž v průběhu posledních 12 měsíců významně poklesl počet cestujících v hromadné dopravě, včetně autobusových spojů, které jsou pro náš region zásadní. Ani zredukovaný prázdninový režim nebyl schopen pokrýt finanční ztráty dopravců, které vznikly výpadkem cestujících. Ztráty, které již vznikly, zřejmě nakonec budou muset pokrýt obce, kraj i sami dopravci. Těžké období však ani zdaleka není u konce a nedostatek financí v dopravní obslužnosti teď musí chtít nechtě řešit Středočeský kraj. Představení jeho koncepce, která spočívá mimo jiné v 10% redukci spojů a navýšení cen jízdného, naleznete níže v dopisu radního pro oblast veřejné dopravy Mgr. Petra Boreckého.

Magdalena Davis

V současné době (2021) činí ztráty dopravců 10 – 13 milionů korun týdně, a rozhodně nemůžeme očekávat, že se situace v dohledné době zlepší. Pokud by se trend nezměnil, mohla by v souhrnu za roky 2020 a 2021 kumulovaná ztráta dopravců ve Středočeském kraji přesáhnout částku 1 miliardy Kč. To řadu z dopravních společností tlačí přes hranici přežití. Současně rozpočty středočeských města a obcí, ale i kraj už nemají takřka žádné rezervy, které by do systému mohly dát.

Situace je bez pomoci ze státního rozpočtu, o níž jsme spolu s Asociací krajů ČR opakovaně a marně žádali, finančně neudržitelná. Proto musíme přistoupit ke stabilizačním opatřením na úrovni kraje. Je nám jasné, že nejde o populární rozhodnutí, ale abychom mohli dopravní systém alespoň zachovat v racionálním rozsahu, nemáme jinou možnost.

Náklady na dopravní obslužnost placené z rozpočtu Středočeského kraje jsou nyní již tak vysoké (3,5 miliardy Kč v roce 2021, částka činí takřka 38% z disponibilního rozpočtu kraje), že si kraj nemůže dovolit dávat do systému další peníze navíc.

Kraj proto musí přistoupit ke stabilizačním opatřením, obsahujícím valorizace jízdného na území kraje, úpravy technických standardů PID a částečné omezení frekvence spojů veřejné dopravy.

O **výši valorizace** kraj v současnosti jedná s hlavním městem Prahou, se kterou má integrovanou veřejnou dopravu. V případě dohody by mělo k **valorizaci jízdného dojít od 1. července 2021**, její výše by měla zohlednit výši inflace a zvýšených nákladů na provozování veřejné dopravy od poslední úpravy cen, která proběhla v roce 2011.

Dalším krokem je **omezení frekvence spojů veřejné dopravy o cca 10 % (od 7. března 2021)** do konce příštího roku. Jedná se o omezení, které je schopno přinést reálné úspory, ale ještě výrazně nezasáhne komfort dostupnosti veřejné dopravy ve Středočeském kraji. Umožňuje navíc relativně snadný návrat k normálnímu stavu, bude-li to třeba. **O konkrétní podobě těchto omezení Vás budou v příštích dnech informovat zástupci ROPIDu a IDSK.** Zadáním je, aby dopad na občany Vašich měst a obcí byl co nejmenší.

Třetím krokem je **úprava technických standardů PID**, které budou spočívat v mírné prodloužení tolerovaného stáří autobusů tak, aby dopravci nebyli nuceni v letošním a příštím roce pořízovat nová vozidla nad rámec nutné obnovy.

Tyto kroky by měly přinést úsporu ve výši 335 – 385 milionů korun za rok 2021, která půjde právě na sanaci ztrát dopravců a na zmírnění tlaků na rozpočty obcí, měst a kraje.

Valorizace tarifů integrované dopravy od 1. července t.r. a zvýhodnění předplatného spolu s digitálními službami (rozvoj tzv. lítačky) by měly přinést v roce 2021 úsporu 125 milionů korun.

Další úspory ve výši 150 – 200 milionů korun pak přinese omezení rozsahu veřejné dopravy od 7. března. Omezení se týká redukce některých spojů či snižování kapacity. Bližší informace pro cestující budou dostupné na stránkách PID a nových jízdních řádech vydaných s platností od 7. března.

50 milionů korun bude činit odhadem úspora v letošním roce na stanovení technických standardů PID, tedy především prodloužení životnosti autobusů.

Je mi jasné, že mnou výše nastíněné kroky asi nebudou přijaty se všeobecným potleskem a nadšením, já i mí kolegové a kolegyně z rady kraje je však považujeme je však za nezbytné, máme-li celý systém veřejné dopravy udržet v chodu.

Věřím ve Vaše pochopení a spolupráci s kolegy z IDSK/ ROPID na je jich zavedení tak, aby se co nejmeně dotkly našich občanů.

S pozdravem Váš

Petr Borecký
Radní pro veřejnou mobilitu

Zborovská 11 150 21 Praha 5 tel.: 123 456 789 fax: 123 456 789 borecky@kr-s.cz www.kr-stredocesky.cz



Středočeský kraj

Mgr. Petr Borecký, radní pro veřejnou dopravu

Praha 11.2.202021

Informace o stabilizačních opatřeních ve veřejné dopravě Středočeského kraje

Vážení pánové primátoři, vážené paní starostky, vážení pánové starostové,

na konci listopadu 2020 jsem Vás poprvé oslovil hromadným mailem, ve kterém jsem se Vám představil a nastínil některé záležitosti, které nás společně budou čekat.

Dnes Vám píši ohledně věci, která nebude populární, ale musíme ji řešit. Tou věcí je stav veřejné dopravy ve Středočeském kraji.

Propad tržeb v hromadné dopravě ve Středočeském kraji za loňský rok přesáhne 500 milionů korun. Hlavním důvodem je snížení počtu cestujících způsobený protipandemickými opatřeními o zhruba jednu třetinu. Ze státního rozpočtu kraj, obce ani dopravci žádnou pomoc nedostali, byť o to kraj opakovaně žádal.

Vedení kraje tedy musí přistoupit ke stabilizačním opatřením ve veřejné dopravě. Z dosažených úspor budou především sanovány ztráty systému tak, aby byla zachována obslužnost a konkurence v oblasti regionální dopravy a zároveň aby nedošlo k výrazně většímu zatížení rozpočtů středočeských měst a obcí než bylo v roce 2020 (bez kompenzací ztrát).

Jak se situace vyvíjela u autobusové dopravy ukazuje následující obrázek (u železnice je to obdobné):



Zborovská 11 150 21 Praha 5 tel.: 123 456 789 fax: 123 456 789 borecky@kr-s.cz www.kr-stredocesky.cz

Prvňáky a druháky už vozí z Madlenek do školy autobus

V pondělí 18. ledna 2021 zažila svou premiéru nová autobusová zastávka „Mníšek p. Brdy, Na Madlenkách“. Poprvé sem pro školáky zajel v 7:32 nízkopodlažní midibus příměstské autobusové linky č. 447.

Zřízení zastávky, kam by každé všední ráno zjížděl autobus, iniciovali rodiče školáků. Vedly je k tomu obavy o bezpečnost jejich dětí, které musí v ranních hodinách absolvovat cestu frekventovanou Kytínskou ulicí, kde není chodník. Zatím odtud autobus každé všední ráno vozí osm prvňáků a druháků, po rozvolnění vládní opatření se k nim přidají i žáci vyšších tříd mníšské základní školy, kterých je odhadem do 30. Rodiče malých školáků si zřízení nového spoje jednoznačně pochvalují. Jedna z hlavních iniciátorek zřízení autobusové zastávky Olga Schlögllová k tomu říká: „Za všechny mamim-

ky prvňáků a druháků z Madlenek můžu říct, že jsme teď všechny moc spokojené a rády bychom paní starostce za tyto změny poděkovaly. Hodně pomohlo i zjednosměrnění ulice Na Madlenkách, protože auta už teď nejezdí oběma směry a je tu pro naše děti celkově bezpečněji.“

„Na autobus jsme se tu všichni těšili, je to jednoznačně změna k lepšímu, když můžou děti jezdit samy a bezpečně. Starší děti už tedy chodí ráno pěšky, ale malé školáky jsme museli vozit autem. Z Madlenek nás každé ráno jezdilo ke škole kolem 10 aut. Tohle řešení snad ulehčí i pravidelným zácpám před naší školou,“ usmívá se Pavla Nováková.

„Naše děti si ranní cestu autobusem doslova užívají. Dříve byly zvyklé na to, že jsme je každý den vozili autem a z parkoviště je vodili až ke dveřím školy, ale už měsíc je doprovázíme jen kousek na naši novou zastávku. Ke škole teď dojedou samy autobusem a pak je ještě čeká cesta pěšky, což v nich podporuje samostatnost,“ vyjmenovává další z výhod Naděžda Farkašová.

V souvislosti se zřízením autobusové zastávky došlo (od prosince loňského roku) také ke zjednosměrnění úzké ulice Na Madlenkách. Cílem obou dopravních změn je zvýšení bezpečnosti našich dětí a zajištění plynulosti silničního provozu v této oblasti.

Libor Kálmán



Midibus zajiždí na Madlenky už přes měsíc.

Foto: autor

Ordinace ve zdravotním středisku prošly modernizací

Během letních měsíců roku 2020 došlo k realizaci úprav v ordinacích dvou lékařů ve zdravotním středisku (budova pro dospělé pacienty) v Komenského ulici.

Modernizací prošly ordinace praktické lékařky MUDr. Hany Brichové v přízemí budovy, ordinace zubního lékaře MUDr. Michala Potůčka a zubní laboratoř, které jsou o patro výše.

Byly v nich **kompletně vyměněny rozvody elektřiny i vody. Získaly nové podlahy, parapety i dveře.** V zájmu úspory elektrické energie v nich bylo nainstalováno **LED osvětlení.** Kompletní rekonstrukcí prošla také **všechna**

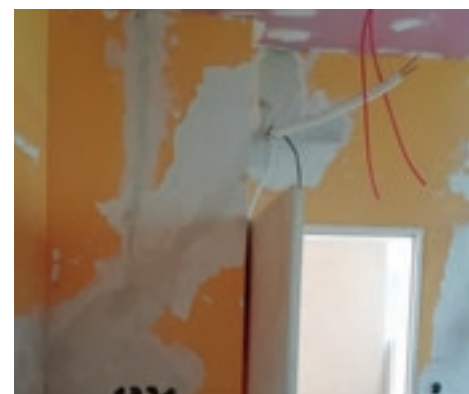
WC pro pacienty i lékařský personál. Byla sem pořízena **nová keramika, parapety a dveře, podlaha** a části stěn byly obloženy novými dlaždicemi.

Veškeré úpravy realizovala firma Josefa Proška za cenu 215 580 Kč.

Loňské úpravy navázaly na práce, které byly během léta roku 2019 realizovány v ordinacích praktického lékaře MUDr. Michala Pirunčíka v přízemí a zubního lékaře MUDr. Maxima Magury v 1. patře.

V letošním by měly být ve zdravotním středisku z rozpočtu města modernizovány další ordinace.

Libor Kálmán



V ordinacích se měnila kompletně i elektroinstalace.

Foto: archiv



Mníšek pod Brdy

OZNÁMENÍ O JEDNÁNÍ ZASTUPITELSTVA

Starostka města Mníšek pod Brdy Magdalena Davis zve veřejnost ke sledování jednání Zastupitelstva, které se uskuteční

**ve středu 17. března 2021
od 18 hodin ve velkém sálu Pavilonu.**

Online ho můžete sledovat na: bit.ly/YoutubeMnisek

Čistírna odpadních vod má nové česle

Koncem roku 2020 zrealizovala společnost BMTO GROUP a.s. doplnění česlí na obtoku čistírny odpadních vod.

Jednalo se o doplnění nového podzemního objektu strojně stíranými česly, sloužícími k zachycení mechanických nečistot z odlehčovaných dešťových vod.

Předtím byly vody odlehčovány mechanicky pouze přečištěním hrubými ručními česlemi, umístěnými přímo v odlehčovací komoře. To ale nevedlo k maximální eliminaci unášených nečistot před jejich vypouštěním do recipientu a při příválových deštích tak docházelo k zaplavení břehů potoka a přilehlých pozemků nečistotami.

Cena za realizaci byla 1 659 750 Kč.

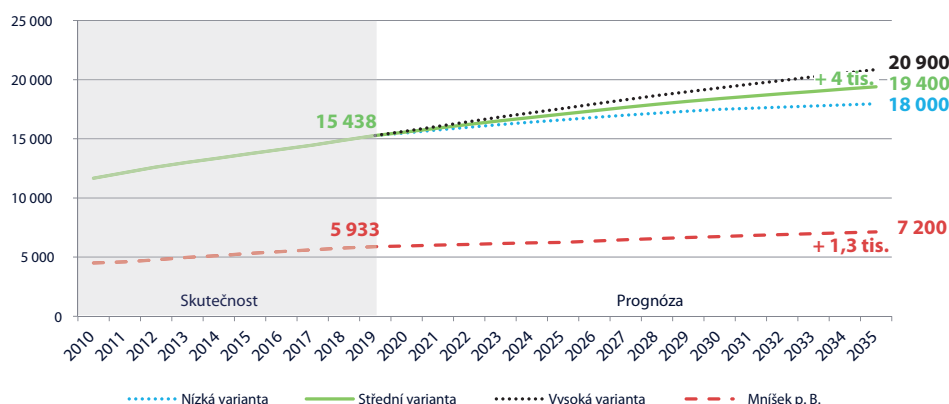
Eva Mesteková

Odbor majetku a investic, MěÚ Mníšek pod Brdy

Demografická studie potvrzuje nutnost výstavby

Na podzim loňského roku zadalo město Mníšek pod Brdy zpracování demografické studie, která má zefektivnit plánování kapacit a dostupnosti školských zařízení a sociálních služeb. Výsledná prognóza jasně ukázala, že si nárůst počtu obyvatel zejména mladé populace vyžádá velké investice do školství.

VÝVOJ POČTU OBYVATEL DLE 3 PROGNOTICKÝCH MODELŮ



vysvětlivky ke grafům:

Výslednou prognózu tvoří celkem tři varianty budoucího vývoje:

Střední varianta představuje nejpravděpodobnější trajektorii sledovaného vývoje.

Vysoká a nízká varianta vymezují realistické rámce budoucího vývoje s ohledem na míru neurčitosti výsledků daných střední variantou. Tyto rámce by neměly být dalším vývojem v příslušném období překročeny, respektive jejich překročení je relativně málo pravděpodobné.

„Studie byla zadána pro celý mníšecký mikroregion (SOMR) jednak proto, že pro Mníšek je to přirozená spádová oblast, a jednak proto, že Mníšek inicioval diskuzi se starosty okolních obcí o výstavbě společné školy, jejímž zřizovatelem by byl Svazek obcí mníšeckého regionu,“ vysvětluje důvody zpracování studie starostka Magdalena Davis.

Svazek obcí mníšeckého regionu (SOMR)

tvoří kromě Mníšku pod Brdy ještě dalších 14 obcí: Bojanovice, Bratřínov, Černolice, Čisovice, Hvozdnice, Jíloviště, Klínek, Kytín, Líšnice, Měchenice, Nová Ves pod Pleší, Trnová, Voznice a Zahořany.

Do studie byla zahrnuta i Řitka, která není členem SOMR.

Získaná data, zpracovaná s prognózou do roku 2035, pomohou při plánování budoucích investic do kapacit občanské vybavenosti, zejména mateřských a základních škol, ale i sociálních služeb, jako jsou další kapacity v domovech pro seniory, pečovatelská služba nebo denní stacionáře.

V tomto čísle Zpravodaje se budeme blíže věnovat **prognóze v oblasti školství**.

Mikroregion s výrazně mladší populací

Z údajů Českého statistického úřadu vyplývá, že v **mníšeckém mikroregionu žije výrazně mladší populace než v celé České republice**. Největší rozdíl oproti celorepublikovému průměru panuje u nejmladších ročníků. Ve věku do 14 let tu žije 21 % obyvatel, což je o 5 % více, než činí celorepublikový průměr. V rozmezí od 15 do 64 let máme 62 % lidí (v ČR 64 %) a u seniorů 65+ to je 17 % (ČR má 20 %).

Očekáváme nárůst počtu obyvatel

Za posledních 14 let došlo, především vlivem migrace a s ohledem na atraktivnost oblasti v zájmu Prahy, **ke zvýšení počtu obyvatel v mníšeckém regionu o 53 %**. Zatímco v roce 2005 tu mělo nahlášený trvalý pobyt 10 074 osob, do konce roku 2019 se tento počet zvýšil na 15 438 (z toho samotný Mníšek pod Brdy představuje 5 933). Zajímavá je také skutečnost, že míra migrace i následné porodnosti převyšuje v mníšeckém mikroregionu celou ČR i Středočeský kraj.

Prognóza (vizte první graf) je v souladu s dlouhodobou prognózou pro Středočeský kraj a Prahu, kde se mezi lety 2050-2070 předpokládá kumulace 1/3 všech obyvatel České republiky. Na rozdíl od jiných krajů a jejich regionů, kde počet obyvatel stagnuje nebo dokonce klesá, můžeme jak v Mníšku pod Brdy, tak i v celém

mikroregionu očekávat v příštích 15 letech stálý nárůst obyvatel. Podle střední (nejpravděpodobnější) prognózy by ve spádovém území mělo do roku 2035 žít přes 19 tisíc lidí, z toho v Mníšku přes 7 tisíc.

Vzroste poptávka po aktivitách i dopravě

V návaznosti na zvýšení počtu obyvatel lze očekávat téměř zdvojnásobení poptávky po aktivitách, které baví současnou mladou generaci, jako jsou skateparky, outdoor fitness, kavárny, diskotéky, kina a řada dalších. Očekává se také nárůst dojíždějících studentů do středních škol, což bude mít značný dopad na dopravu.

Nedostatečná kapacita mateřských škol

V současné době funguje v mikroregionu **9 mateřských škol zřizovaných samosprávou** (dále jen MŠ), které mají kapacitu 566 dětí. Loni v září bylo z kapacitních důvodů do MŠ zapsáno 556 dětí a odmítnuto 30 zájemců starších 3 let.

Z pohledu Mníšku by za cca 3 roky měly být kapacity vlastních školek dostatečné, ale v regionu bude kapacita nedostatečná ještě dalších 7 let, což bude vytvářet tlak na mníšecké MŠ. Nejvíce se to projeví zejména u předškolních dětí v povinném ročníku, které musí MŠ ze zákona přijmout.

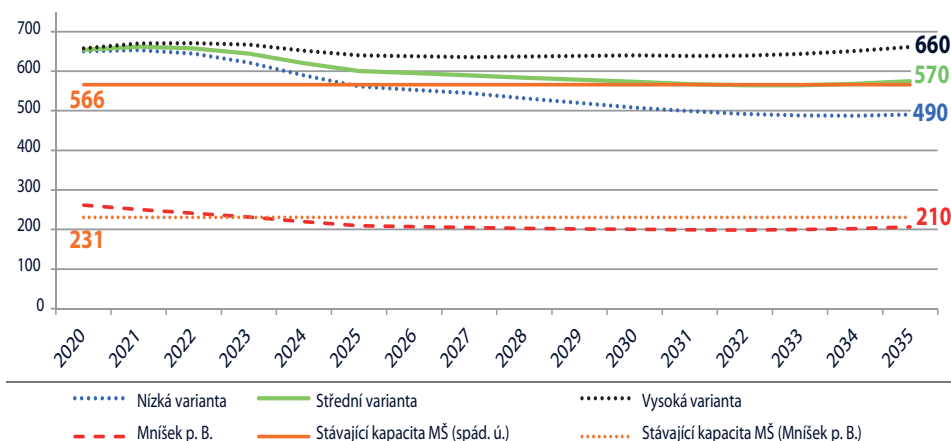
Chybějící kapacity na základních školách

V současné době funguje v mníšeckém mikroregionu **5 základních škol zřizovaných samosprávou** (dále jen ZŠ), z toho je **pouze 1 škola plně organizovaná** (ostatní 3 jsou malotřídní a 1 speciální).

Základní školy mají celkovou kapacitu 1 241 žáků, k září 2020 v nich bylo zapsáno 1 183 dětí v 58 třídách.

O nárůstu počtu obyvatel v posledním období svědčí i fakt, že v mníšecké ZŠ Komenského 420 vzrostl za posledních 10 let počet žáků o 110 %!

ODHAD VÝVOJE POČTU DĚTÍ UCHÁZEJÍCÍCH SE O MŠ

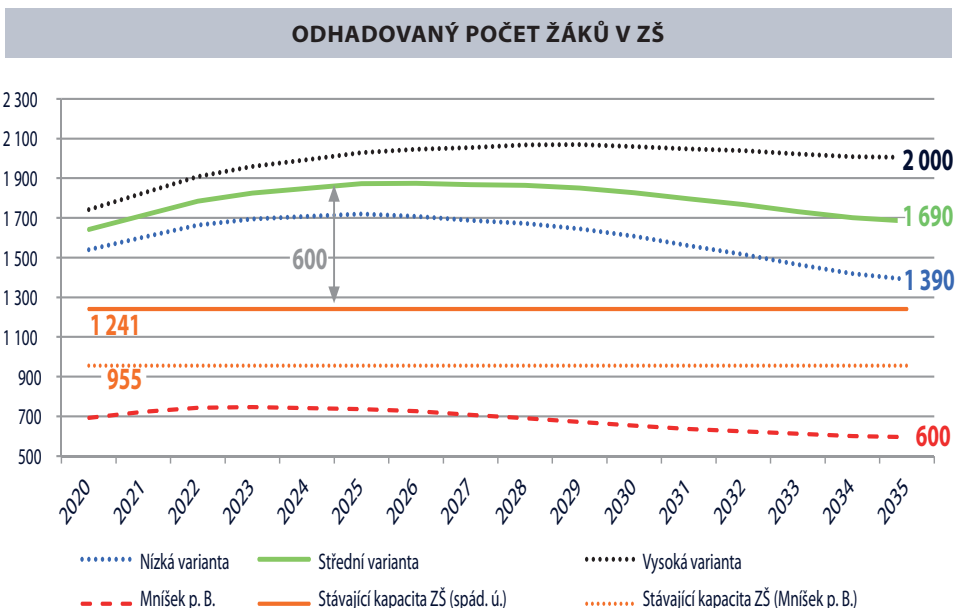


další základní školy v mníšeckém mikroregionu

Nejzajímavější informací třetího grafu je, že počet žáků žijících v mikroregionu výrazně převyšuje maximální kapacitu všech ZŠ, které se v mikroregionu nachází. V současnosti je to o cca 400 žáků, v letech 2025-2030 prognóza předpokládá cca 600 žáků. Znamená to, že tento počet žáků dojíždí do jiného regionu (nejčastěji pravděpodobně do Prahy). Riziko této skutečnosti spočívá v tom, že pokud by se tyto kapacity zaplnily, mníšecký mikroregion není v tuto chvíli schopen své žáky pojmout. **Právě toto je největší argument pro výstavbu svazkové základní školy.**

Demografickou studii vypracovala výzkumná agentura PhDr. Tomáše Soukupa, Ph.D.

V příštím čísle Zpravodaje se budeme věnovat demografické studii se začleněním na sociální služby.
Libor Kálmán



Jaké možnosti se nabízejí při aktuálním navyšování kapacity školek?

Se vzrůstajícím počtem obyvatel Mníšku pod Brdy dochází k situaci, že se tříleté děti, které mají ze zákona přednost při přijímání do mateřských škol (MŠ) zřízených obcí, do takové školky nedostanou. Město pracuje na trvalém řešení, ale v současné době je zároveň nuceno najít i řešení okamžité, tj. dočasné.

Při dostavbě Pavilonu se předpokládalo, že se třídy z kontejnerů přesunou do nových prostor v Pavilonu a v kontejnerech vzniknou prostory pro MŠ. Toto řešení se neuskutečnilo z důvodu existence Michaely Pažoutové – ředitelky ZŠ, která toto řešení jednoznačně odmítla. Zároveň ale ZŠ postupně zřizuje kmenové třídy ze 7 družinových tříd v Pavilonu, čímž dochází k dalšímu navýšení nákladů pro město v podobě stavebních úprav spojených s rekonstrukcí těchto prostor na učebny. Ve školním roce 2019/20 otevířela ZŠ přípravnou třídu, čímž došlo k uvolnění míst v MŠ, ale tento momentální úbytek dětí zároveň přispěl k ukončení činnosti spolku Fabiánek, jehož kapacita teď ve městě chybí.

V roce 2020 se objevila naděje na vybudování nové MŠ jako společný projekt developera na pozemcích, jehož jsou vlastníkem město a další dva subjekty. Bohužel z tohoto projektu sešlo z důvodů pozdějšího nezájmu jednoho z vlastníků pozemků.

Díky vstřícnosti současné ředitelky Domova pro seniory Pod Skalkou (DPS) se otevřela možnost vybudovat jednu třídu školky v prostorech bývalého Fabiánku. K tomu, aby prostory splňovaly veškeré hygienické normy pro MŠ schválené Krajskou hygienickou stanicí by ale musely být dle studie provedeny takové stavební úpravy, které by vyžadovaly vysoké náklady ve výši 1 619 750 Kč bez DPH. Kapacita by zde byla vytvořena pro 10 dětí.

Jako další varianta se nabízí zřízení jedné třídy MŠ v Pavilonu místo Mateřského centra Oáza (MCO). Toto místo celkem pro 13 dětí

schválila s minimálními náklady na stavební úpravy Krajská hygienická stanice. Zároveň byly Oáze nabídnuty prostory po spolku Fabiánek v DPS. Aby mohla být činnost MCO provozována dále bez většího přerušení činnosti, nabídlo město Oáze také pomoc při stěhování a úpravou prostor (vymalování, smontování nábytku atd.). Umístění MCO v domově pro seniory by zároveň řešilo i nedostatek prostor tohoto typu pro oblast Starého sídliště, ve kterém takové centrum pro matky s dětmi chybí.

Vedení města momentálně prověřuje obě výše nastíněné varianty, neboť každá z nich má své přednosti i své nevýhody.

Zároveň pracuje vedení města na směně pozemků za účelem získání vhodného místa pro vybudování základní školy s přidruženou



Vstup do bývalých prostor Fabiánku.
Foto: archiv

mateřskou školou, jejichž zřizovatelem by byl Svazek obcí mníšeckého regionu. Podle výsledků nedávno zpracované demografické studie totiž počet dětí nebude v regionu ani v samotném Mníšku v příštích 15 letech výrazně klesat.
(OKS)



Mateřské centrum Oáza využívá Pavilon od roku 2019.

Foto: archiv

ANKETA ZASTUPITELŮ

V březnovém vydání Zpravodaje přinášíme Anketu zastupitelů, kterým redakce položila otázku:

JAK HODNOTÍTE DOSAVADNÍ PRŮBĚH OČKOVÁNÍ PROTI NEMOCI COVID-19 VE STŘEDOČESKÉM KRAJI?



Magdalena Davis
Společně pro Mníšek

Středočeský kraj se momentálně pohybuje na 4. místě v celkovém počtu očkovaných osob, lépe je na tom už jen Praha, Moravskoslezský

kraj a Jihomoravský kraj. Celkově si tedy náš kraj nevede špatně, prostor pro zlepšení tu ale určitě je. Osobně věřím, že se situace zlepší ve chvíli, kdy budou moct očkovat praktičtí lékaři ve svých ordinacích.



Dana Dalešická
Společně pro Mníšek

Nejen pro osmdesátiletého člověka je současný způsob registrace na očkování proti nemoci covid-19 dost neschůdný.

Proto byli praktičtí lékaři v našem městě připraveni seniory očkovat, pokud by ovšem dostali vakcínu.

Bohužel se stále čeká na stanovisko ministerstva zdravotnictví ohledně možnosti očkování u praktických lékařů. Ale to není chyba vedení Středočeského kraje.

Pokud se seniorům přesto podařilo do systému očkování zařadit, tak bez termínu, protože ještě 18. ledna neměl kraj naočkovatý veškerý personál ve svých zdravotnických zařízeních. Opět kvůli nedostatku vakcín.

Ve Středočeském kraji je současné době 17 očkovačích míst, většinou v nemocnicích. Je připraveno také další nové očkovač centrum v Říčanech, které by mělo být otevřeno koncem února. Zdravotníky se naší radnici podařilo sehnat mimo nemocnici a na příděl dostatek očkovačích látek stále čeká (má informace je ke dni 18. 2.).



Miroslav Vilimovský
Otevřená radnice

Dle dostupných informací je průběh očkování (nejen ve Středočeském kraji) vinou centrálního řízení značně chaotický a nedostatečný. Víím, že obce, lékaři, nemocnice, zdravotníci, sociální pracovníci a občané jsou připraveni, komunikují navzájem, ale díky neschopnosti vlády je výsledek naprosto tristní. Poté, co se na jaře svépomocně šily roušky, to vypadá tak, že bychom měli zabavit perníkové varny a vařit si sami vakcíny a léky.



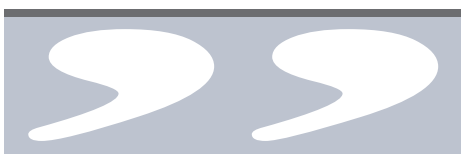
Radko Sáblik
ODS

Zatím jsem nezaznamenal výraznější informace o aktivitě Středočeského kraje v oblasti plánů na očkování, jako je tomu

třeba v Jihočeském kraji. Pravdou však je, že zajištění očkování populace proti covid-19 si nárokuje stát a jeho představitelé nijak zvlášť aktivity krajů nevitají. Natož aby s nimi cíleně a systematicky spolupracovali. Bohužel, tak jako u mnoha jiných přijatých opatření proti šíření nemoci covid-19, jde i v případě očkování ze strany ústředních státních orgánů o značný chaos. Nejprve nejsou jasná pravidla pro očkování, takže hlavně zpočátku byli naočkováni i lidé, kteří nejsou zdravotníci a senioři. A ti se pak stali obětmi mediální kampaně, která dle mého měla částečně zakrýt právě zmatek v podání státu kolem očkování. Tím nehájím papaláš, co si očkování „koupili“ svými penězi či slíbenými protislužbami, ale osoby, které se nechaly naočkovat, neboť jim to bylo nabídnuto v době, kdy nebyla jasně stanovená pravidla.

Hodnotit v tuto chvíli Středočeský kraj za průběh očkování proto nepovažuji za vhodné, to bude možné dle mého až později, až se očkování skutečně rozjede. Co však považuji za potřebné, je velmi dobře připravit kampaň pro očkování a velmi jasně, trpělivě a opakovaně lidem vysvětlovat, jaké přináší očkování výhody a jaké naopak rizika. Což by ale opět mělo být v kompetenci státu.

Co se týká očkování obecně, je mi smutno z některých lidí, kteří se nechají zmanipulovat různými konspiračními teoriemi o následcích očkování, a pokud jich bude přibývat, zajistí jejich hloupost návrat některých smrtelných nemocí, které v minulosti očkování vymýtilo. Až pak začnou umírat děti či lidé s oslabeným organismem na tyto nemoci, budou za tento stav osobně zodpovědní. Je otázkou, zda si to budou ochotni připustit a zda budou mít výčitky svědomí, pokud nezemře někdo z jejich blízkých, jejich dítě. Jak se říká, intelligence je omezená, blbost je nekonečná. Jsou pochopitelně osoby, které by mohlo očkování ohrozit, ale o tom musí rozhodnout kompetentní lékaři, nikoli zfanatizovaní a věci neznalí laici, co jim chybí kritické myšlení a uvěřit jakékoli zaručené zprávě na internetu.



Andrea Midkiff
Společně pro Mníšek

Osobně tento proces hodnotím negativně, ale ne ve vztahu k vedení Středočeského kraje, ale ve vztahu k vládě a jejím chaotickým nařiz

zením i systému, který nutil občany registrovat se v internetovém prostředí a za pomoci mobilních telefonů, přitom však zcela opomíjel ty, kteří nemají mobilní telefon či neumějí pracovat s počítačem. A těch je mezi seniory starších osmdesáti let dost. Možnost registrace i očkování u praktických lékařů se měla zavést už od začátku, ne až po velkém tlaku veřejnosti. K tomu je ale potřeba politická vůle a ta, jak se zdá, současné vládě chybí. Kraj sice již zřídil 18 očkovačích center, ale pokud nebude mít k dispozici dostatek vakcín, nemohou se tato centra efektivně využívat.



Šárka Slavíková
TOP 09 a nezávislí

Strategie očkování kraje je závislá na strategii státu. Ta bohužel nefunguje tak, aby se co nejrychleji naočkovali lidé z rizikových skupin.

Středočeský kraj neměl v lednu a únoru dostatek vakcín a očkování veřejnosti tak probíhalo zejména v Praze. Už v lednu jsem oslovila krajského radního pro zdravotnictví s nabídkou, že bychom očkovali naše seniory v Mníšku sami, a to prostřednictvím praktických lékařů, kteří byli ochotni pomoci. Výhody v očkování praktickými lékaři spatřuji v tom, že znají své pacienty, jejich zdravotní stav, dokáží očkování doporučit, či předvídat reakce a také očkování je tak pro seniory dostupnější a snazší, než když mají jet do Prahy, nebo Příbrami. Vakcíny se k nám dosud nedostaly. Podle odpovědi paní hejtmanky je důvodem to, že tento způsob očkování zatím vládní strategie neumožňuje. Nevidím tady ani tak chybu kraje v distribuci vakcín, protože ten se prioritně snaží naočkovat zdravotníky a např. obyvatele domovů pro seniory, ale pro mne neomluvitelnou chybou vlády, která nezvládla připravit systém očkování tak, aby fungoval a byl rychle dostupný pro rizikové skupiny obyvatel. Jsem přesvědčena, že kdyby vláda nechala organizaci očkování na krajích ve spolupráci s obcemi a praktickými lékaři, bylo by v této době naočkováno více seniorů, kteří by nemuseli jezdit často poměrně daleko do jiných měst, nebo bohužel na nákazu zemřít.

Ostatní zastupitelé svůj příspěvek nedodali.

Sňateční obřady v době koronavirové

Koronavirus zasáhl do svateb mnoha párům. Vládní protiepidemiologická opatření, trvající už bezmála rok, výrazným způsobem ovlivnila a nadále ovlivňují jejich podobu.

Poprvé do konání sňatečních obřadů zasáhl vyhlášení nouzového stavu 12. března 2020, který je na dobu více než jednoho měsíce zakázal. Od konce dubna byly svatby opět povoleny, ale za účasti maximálního počtu 10 osob. Během obřadu měly být dodržovány odstupy (s výjimkou osob sdílejících společnou domácnost a novomanželů) i základní preventivní pravidla, jako hygiena rukou, povinná ochrana horních cest dýchacích s výjimkou snoubenců, obřad se měl obejít bez osobních gratulací, opět s výjimkou nerizikových osob sdílejících společnou domácnost. V průběhu roku povolený počet lidí na svatbách kolísal mezi 10 a 50, až se od poloviny února 2021 ustálil na 15 osobách (včetně oddávajícího, matrikářky a fotografa).

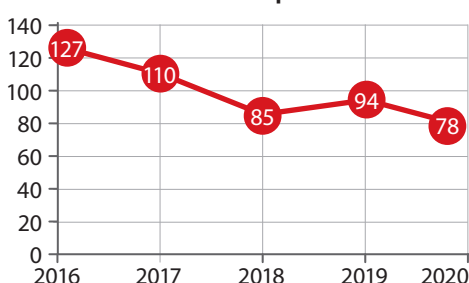
Situaci snoubencům i jejich hostům jistě komplikoval a dosud komplikuje i fakt, že na základě vládních omezení v oblasti restauračních provozů nemohou mít po svatbě hostinu či oslavu v žádné restauraci nebo hotelu. Zakázáno bylo také poskytování služeb v provozovnách, jako jsou svatební salony nebo kadeřnictví.

Zmiňované překážky se jistě promítají do rozhodnutí párů, zda vstoupit do manželství právě během tohoto náročného období, nebo tento důležitý krok odsunout do lepších časů.

Vládní nařízení ovlivnila konání svatebních obřadů také v celém matričním obvodu Mníšek pod Brdy, který kromě samotného Mníšku, Rymaně a Stříbrné Lhoty zahrnuje ještě Kytín, Zahořany, Čisovice s Bojovem, Bojanovice se Senešnicí a Malou Lečicí, Bratřínov, Řitku, Klíneč, Trnovou, Líšnici a Jílovíště.

Na první pohled by se mohlo zdát, že omezení vedla k výraznému poklesu počtu uskutečněných svateb, ale statistika až zase tak dramatický propad nezaznamenala. Během roku 2020 se na území našeho matričního obvodu rozhodlo vstoupit do svazku manželského 78 párů, což představuje, ve srovnání s předchozími dvěma lety, pokles o zhruba 15 %.

Počet sňatečních obřadů v posledních 5 letech



Vyvdobené místo pro sňateční obřad v Pávilonu.

Foto: archiv

Výraznou změnou ovšem prošlo tradiční místo pro konání sňatečních obřadů. V průběhu roku bylo přízemí městského úřadu Mníšku pod Brdy přestavěno na nové kanceláře a tím zde zanikla obřadní místnost, která zároveň sloužila občanům v době voleb. Pro konání svatebních obřadů začal nově sloužit velký sál mnišského Pávilonu. Svou první svatbu má Pávilon již za sebou, premiéru zažil 12. února 2021.

Nezbývá nám tedy nic jiného než si přát, ať se epidemiologická situace v České republice zlepší natolik, aby si snoubenci mohli už brzy užívat svůj slavnostní den bez protikoronavirových omezení.

Pokud jste se rozhodli vstoupit do stavu manželského, tak se s důvěrou obraťte na naši matrikářku Miluši Balíkovou na e-mail: miluse.balikova@mnisek.cz nebo tel.: 739 571 112.

Libor Kálmán

Svatby pohledem dvou oddávajících zastupitelů

V našem životě se vyskytují významné události, které se odehrávají i navzdory jakýmkoli předpisům či omezením. Myslím tím např. narození dětí.

Co mě ale trochu v minulém roce mile překvapilo, bylo množství uzavření manželství. Většina se jich totiž uskutečnila v období koronavirových vládních opatření. Bylo jich 78. Pro srovnání v roce 2019 se uskutečnilo 94 sňatečních obřadů.

Ze své pozice zastupitelky jsem spolu s paní Miluší Balíkovou (naší skvělou matrikářkou) oddávaly převážně v první jarní vlně pandemie, a to na různých venkovních místech, např. na Skalce u rybníčka, před kostelíkem.

V té době byla vyhlášena přísná epidemická opatření: max. 10 lidí včetně oddávajících, dezinfekce, roušky během obřadu kromě nevěsty a ženicha, oddávající museli mít rukavice, při podpisu měl každý svou vydezinfikovanou propisku, žádné podávání rukou, rozestupy, venkovní prostory nebo vydezinfikování obřadní místnosti po každém sňatku. Bylo zajímavé dozvědět se důvody, proč se lidé brali i v době přísných protiepidemických opatření. Někteří spatřovali výhodu v tom, že nemuseli řešit, koho na svatbu pozvat. Některé nevěsty chtěly stihnout svatbu ještě před narozením dítěte, jiným se už jen prostě nechtělo čekat.

Velmi ráda vzpomínám na krásný sňatečný obřad, který se odehrál v lese poblíž chatařské oblasti. Jen my dvě oddávající, dva svědci, ženich

a nevěsta a jejich dvě děti, které si vedly své rodiče k obřadu. Vůně a zvuky lesa, po stranách z chvoji vyznačená pěšinka, stužkami ozdobené kmeny stromů. Byla to svatba o nich a pro ně.

Jim a všem ostatním párům z celého srdce přeji, aby jim láska a štěstí vydržely po celý jejich společný život.

Dana Dalešická, místostarostka

Také jsem se kdysi dávno vdávala a moc jsem se na ten den těšila. Popravdě, moje očekávání se nenaplnila – lilo jako z konve, byla zima, šaty byly od bláta, příbuzní se pohádali, kapela hrála falešně. Přesto na ten den vzpomínám ráda. Když letos na jaře udeřila první koronavirová vlna, dotkla se opatření i svatebčanů. A mě hned napadlo, jak se asi musí cítit nevěsta a ženich, kteří tak dlouho svatbu plánovali, všechno zařídili, zaplatili a teď musí změnit všechny plány. Proti tomu byly moje „svatební těžkosti“ úplně malicherné. Mnoho svatebčanů obřad zrušilo, v naději, že na podzim bude vše v normálu. Ti, kdo svatbu nezrušili, museli dodržet spoustu nařízení. A na podzim se situace opakovala – svatebčané museli omezit počet hostů, hosté museli mít roušky, novomanželé nemohli mít na svatbě své nejbližší a nesměli tuto významnou událost oslavit v restauraci. Někteří situaci nesli statečně, někteří s humorem, někteří si na ní dokázali najít i nějaké výhody. Mně, jako oddávající, se opatření téměř nedotkla – roušku jsem při obřadu

mít nemusela, dodržení rozestupů nebyl problémem, propisky k podpisu dokumentů poctivě dezinfikovaly moje milé kolegyně matrikářky, jen při blahopřání novomanželům jsme museli vynechat podání rukou.

Věřím, že všichni novomanželé budou na svůj svatební den „za časů korony“ vzpomínat s láskou a úsměvem na rtech.

Daniela Páterová, zastupitelka

Poslední březnový víkend začne Sčítání 2021

Sčítání lidu, domů a bytů 2021 začíná o půlnoci z 26. na 27. 3. 2021. V první fázi má každý možnost sečíst se online prostřednictvím elektronického formuláře na webu www.scitani.cz nebo v mobilní aplikaci. Kdo se nesečte online, má zákonnou povinnost od 17. 4. do 11. 5. 2021 vyplnit a odevzdat listinný sčítací formulář. Jeho distribuci mají na starosti sčítací komisaři a síť kontaktních míst. Tuto část Sčítání 2021 zajišťují z velké části naši partneři z České pošty, s. p. Činnost sčítacích komisařů i kontaktních míst bude v součinnosti ČSÚ a České pošty upravena tak, aby došlo k výraznému omezení fyzických kontaktů mezi sčítacími komisaři a obyvatelstvem za dodržení aktuálních hygienických opatření. Bližší pokyny najdete v příštím vydání Zpravodaje městečka pod Skalkou.

Český statistický úřad (ČSÚ)

Gabriela a Tomáš Grusovi: Na sousedy jsme měli v Mníšku velké

Ve svých lékařských oborech jsou uznávanými kapacitami a patří ke špičce. Své bohaté zkušenosti také předávají mladší generaci jako vysokoškolské pedagogy. Do Mníšku se Grusovi přestěhovali před ruchem velkoměsta před 11 lety a nemohou si zdejší prostředí a sousedy vynachválit.

Dlouhá léta jste žili v Praze. Co vás přivedlo k přestěhování mimo hlavní město?

Tomáš Grus: Do Mníšku jsme se stěhovali v létě roku 2010. Dříve jsme bydleli v centru Prahy, ale vzhledem k tomu, že jsme každý víkend odjížděli za přírodou, která nám chyběla, nabízelo se poohlédnout se po bydlení blíž přírodě. Mníšek je nádherné městečko, které nám připomíná naše mládí.

Gabriela Grusová: Oba navíc pocházíme z malého města, a tak jsme se opět chtěli vrátit do podobného prostředí – velkoměsto nám nevyhovovalo. Preferujeme klid, přírodu, kde odpočíváme. Pro bydlení jsme zvolili dům s velkou zahradou.

Jak se vám v Mníšku žije?

Tomáš Grus: Žije se nám tu velmi dobře, je tu mnoho skvělých lidí, krásné prostředí, a hlavně máme bezvadné sousedy. To je myslím polovina úspěchu, když se někde stěhujete. Člověk pak nemusí být izolován v bublině vlastního domu se zahradou, ale má možnost zaskočit ogrilovat klobásku k sousedům, nebo posedět nad skleničkou dobrého vína. Na sousedy jsme měli velké štěstí, jsou to všechno milí lidé se srdcem na pravém místě. Dokonce i naši psi se mají tak rádi, že si vyhrýzali díru v plotě, aby se mohli navštěvovat neomezeně.

Máte tu nějaká oblíbená místa?

Gabriela Grusová: Naše oblíbené místo je jednoznačně Skalka a zdejší příroda, která nám umožňuje tolik potřebný odpočinek a načerpání nové energie. Rádi si čas od času zajdeme do místních restaurací a kaváren.

Doc. MUDr. Tomáš Grus, Ph.D.

(* 1974 v Ústí nad Orlicí)

Je primářem II. chirurgické kliniky kardiologické chirurgie 1. LF UK a VFN. Je členem kolegia děkana – vedoucím klinické výuky 1. LF UK. Působí také jako vysokoškolský učitel na 1. LF UK.

Kdy jste se rozhodl pro povolání lékaře a pro specializaci kardiocirurga? Co bylo pro Vás motivací?

Tomáš Grus: Již na gymnáziu, kdy jsem měl časté sportovní úrazy a asi proto se mi také zalíbila chirurgie. Po prvním ročníku 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze (dále jen 1. LF UK) jsem se přihlásil jako sanitář na všeobecnou chirurgii, kam jsem v odpoledních hodinách sporadicky docházel. O prázdninách a víkendech jsem chodil pomáhat na chirurgii v Červené Vodě. Při studiu jsem v rámci klinických stáží navštívil Klinikou kardiologické chirurgie, kde mi operace srdce na první pohled učarovala. Začal jsem po 3. ročníku pravidelně docházet na kliniku, trávil jsem tam každou volnou chvíli a kolegové mi umožnili asistovat při operacích. I když v 6. ročníku mi bylo nabídnuto místo na všeobecné chirurgii a gynekologii, já jsem se snu stát se kardiocirurgem nemohl vzdát. Po úspěšném složení státních zkoušek jsem nastoupil na Klinikou kardiologické chirurgie

Všeobecné fakultní nemocnice na Karlově náměstí (dále jen VFN), kde jsem dodnes. Postupně jsem nejprve složil atestaci z všeobecné chirurgie, dále z cévní chirurgie a nakonec z kardiocirurgie. Kardiocirurgickým i cévním operacím se věnuji téměř v plném rozsahu dodnes.

Co obor kardiocirurgie obnáší?

Práce na špičkovém pracovišti a možnost posouvat obor dál obnáší spoustu hodin práce. Není výjimečné, že se vracím domů pozdě večer, a že v průběhu měsíce máme volný jeden, maximálně dva společné víkendy. Na druhé straně, ty nejnáročnější operace srdce a cév, pomáhají zachránit pacienty, kteří by dříve měli minimální šanci na přežití. Je velká satisfakce, když pak člověk vidí, že pacient může dále vést plnohodnotný život.

Věnujete se také vědecké činnosti. Jak vše stiháte při svém náročném povolání?

Klinické pracoviště mi umožnilo i rozvoj ve vědecké oblasti, kde jsem se mohl věnovat celé řadě témat v oboru experimentální chirurgie. Zde se mi spolu s mým učitelem doc. MUDr. Milanem Krajičkem DrSc. podařilo vyvinout nový typ cévní protézy z rybiho kolagenu. Mojí velkou oporou je má manželka, bez které bych se všem těmto oblastem medicíny a vědy vůbec nemohl věnovat. Díky ní jsem se mohl plně věnovat klinické i vědecké práci. Za to ji patří velký dík. Dodnes vůbec nechápu, jak může při stejně náročném povolání lékařky s nočními pohotovostními službami zvládnout absolutně bezproblémový chod domácnosti, obzvláště v této době „covidové“.

Provádíte nějaké unikátní operace?

Obecně si myslím, že většina operací srdce je unikátní, vždyť si třeba představte, že operujete na běžícím srdci, které nezastavujete. Nebo naopak srdce na operaci zastavíte, opravíte nějakou část uvnitř srdečních dutin a poté jej opět rozběhnete. To je na našem oboru fascinující. Nicméně za unikátní operaci, kterou se svým týmem provádím, považuji dětské ECMO. Jedná se o přístroj – mimotělní membránovou oxigenaci (ECMO), který v případě nefunkčnosti plic umožní mimotělní okysličování krve. Tedy například, pokud miminko, které se narodí a nemůže z nějakého důvodu dýchat – jeho plice nefungují nebo má nějakou vrozenou vadu (srdeční vadu, brániční kýlu...), jeho jedinou šancí v daný okamžik, pokud nefungují konvenční metody léčby, je napojení novorozence nebo obecně dítěte na tento přístroj. Výkon spočívá v zavedení malých kanyl do srdce dítěte z cév na krku, které jsou velmi malé (2–3 mm). To je velmi náročné, jak technicky, tak i při následné péči o novorozence s tímto přístrojem, který ponecháváme do té doby, než se plice nebo srdce zregenerují (cca 5–10 dní). Děti po odpojení z přístroje žijí většinou plnohodnotný život bez jakýchkoliv omezení. Pomocí tohoto přístroje lze zachránit nejen děti, ale i dospělé – což je v covidové době,



S kolegou MUDr. Václavem Vobrubbou před armádním speciálem CASA C295. Foto: archiv

když selhávají plice obzvláště aktuální. Napojení dospělého na ECMO již provádí řada specializovaných pracovišť v ČR, ale VFN je největším centrem těchto podpor.

Jak za nemocnými dětmi váš ECMO tým cestuje?

S přepravou ECMO týmu ke kriticky nemocnému dítěti pomáhá Armáda ČR. Je ve velmi krátkém čase schopna zorganizovat letecký transport pomocí svého speciálu (CASA C-295 nebo vrtulníku Mi 17) do vzdálenějších míst, což výrazně urychlí dostupnost této péče. Například CASA C 295 přepravovala náš tým do Bratislavy k několika hodin starému novorozenci.

Kterí pacienti se k vám na kardiocirurgii dostávají?

Jsou to pacienti s onemocněním srdečních cév, srdečních chlopní, se srdečními arytmiemi. Jsou to nejen starší, obézní pacienti, ale bohužel i mladí lidé, sportovci, kteří mají například nějakou genetickou zátěž v rodině, špatný životní styl nebo je postihne infekční zánět srdečního svaly, kde v jeho důsledku může dojít například k poškození srdečních chlopní, které je poté nutno opravit nebo nahradit. Skutečné spektrum diagnóz, se kterými se k nám pacienti dostávají, tak i věkové rozpětí pacientů je poměrně široké.

Co byste poradil lidem, aby se vyhnuli nemoc kardiologického systému? Dnes je moderní saunování a wellness.

Poradil bych jediné: zdravý životní styl a prevence. Tedy správná strava, pohyb, nekouřit a dostatek odpočinku. Saunování či wellness nenahradí výše uvedené.

MUDr. Gabriela Grusová

(* 1970 v Čadci)

Působí jako lékařka na IV. interní klinice Gastroenterologie a hepatologie VFN a 1. LF UK. Zároveň je vysokoškolskou učitelkou na 1. LF UK.

Kdy jste se rozhodla pro povolání lékařky a pro specializaci vnitřní lékařství?

Gabriela Grusová: Ve škole mě bavily všechny předměty a rozhodně jsem nebyla tak uchválena medicínou jako manžel. Původně jsem chtěla studovat farmaci nebo práva. To, že půjdu na medicínu nakonec nějak vyplynulo ze situace.

Štěstí, jsou to všechno milí lidé se srdcem na pravém místě

Pocházím z lékařské rodiny, a tak jsem si možná v dětství paradoxně medicínu trochu zidealizovala. Jako obor jsem si vybrala všeobecnou internu, protože mám možnost prostřednictvím ní nahlédnout do všech oborů. Nyní pracuji na gastroenterologii jako internista.

Co Váš obor obnáší?

V současné době je medicína rozdělená na mnoho oborů a mým cílem je, sesouhlasit všechny požadavky a někdy je to skutečně složité. Krása našeho oboru je v tom, že se naše snaha promítne přímo do životů našich pacientů a mě osobně naplňuje, když vidím, že jsme jim mohli pomoci. Přes všechna úskalí mě moje práce baví.

Jak moc důležité jsou preventivní prohlídky?

Řekla bych, že jsou velmi důležité. Víte, lidé často za lékařem přicházejí, až když je pozdě, nebo když je něco bolí. Zdá se mi, že u mnoha lidí stále převládá teorie, že když mi nic není, tak co bych chodil k doktorovi. Přitom na některá onemocnění máme skvělé screeningové programy a na mnoho problémů se tak může přijít včas. Je to ale stejné jako v životě. Nic není na 100 %. V první řadě potřebujeme spolupráci pacienta.

Jako příklad použiji nádor prsu, což je v poslední době hodně diskutováno v rámci toho, jestli se vyplatí investovat do této preventivní prohlídky. Zde na prvním místě by mělo stát samovyšetření. Protože i když máte mamografii a ultrazvuk negativní, za 3 měsíce tam může být nádor, ale samovyšetřením se vám ho podaří vyhmátnat, nebo si všimnete změnu kůže, bradavky. Za dva roky, když se dostavíte na preventivní prohlídku, může být pozdě. Podobné je to i u karcinomu varlat. Naopak u karcinomu tlustého střeva je koloskopie stěžejná. Nesmíte také zapomínat, že všechny metody jsou závislé na lidském faktoru, může se něco přehlédnout. Spolupráce pacientů je v tomto nenahraditelná. Prakticky vždy je nevyhnutná spolupráce lékaře s pacientem. I v této těžké době potřebujeme vaši spolupráci. Bez ní, se žádné onemocnění nepodaří pokoit.

Existuje spojitost mezi uspěchaným a stresujícím stylem života a onemocněními trávicího traktu?

Bohužel ano. Stres je velice diskutované téma v každé oblasti medicíny. Myslím si, že málo využíváme duševní hygienu a potom velice často vidím, že chceme nereálné věci. Je nutné, abychom svoje děti naučili si dávat reálné cíle, pomáhat jim zvládat překážky a hlavně podpořovat to, všem jsou výjimečné.

Jak mladí pacient k vám na gastroenterologii už chodí?

U nás na gastroenterologii léčíme jen dospělé pacienty. Spektrum pacientů je různé, od poruch příjmu potravy až po nádory trávicího traktu.

Jsou manželé 20 let a mají spolu dvě dcery. Zatímco mladší Klára studuje Vysokou školu ekonomickou, starší Kristýna se vydala v rodičovských stopách. Kromě anglistiky, kterou studuje na Filozofické fakultě UK, studuje ještě Všeobecné lékařství na 1. LF UK.

Celý svět již téměř rok bojuje s pandemií covid-19. Jak toto onemocnění ovlivňuje vaši práci?

Tomáš Grus: Covid způsobuje u některých jedinců velice závažná onemocnění. Je to někdy velmi smutné, že i přesto, že je medicína na tak vysoké úrovni, nedokáže pomoci. V důsledku covidu jsme navíc byli nuceni výrazně omezit operační péči o pacienty s běžnými kardiovaskulárními chorobami na jedné straně, na druhé samotný pacient odmítají operaci s tím, že mají strach, že v pooperačním období se nakazí onemocněním covid 19. Toto všechno má samozřejmě negativní dopad na jejich kvalitu a délku života.

Podílíte se na léčbě nemocných covidem?

Tomáš Grus: Ano, jsme pracoviště, které se v rámci kardiocentra VFN podílí na péči o pacienty s nejtěžšími formami covid-19. Konkrétně řešíme některé komplikace, ke kterým může v případě použití ECMO dojít, nebo zabezpečujeme operační léčbu kardiovaskulárně nemocných s covid-19.

Gabriela Grusová: Také u nás byl tento rok spíše především s péčí o pacienty s covidem-19,

protože z naší kliniky byla vytvořena „covidová jednotka“. Tato péče je velice, velice vyčerpávající až už z hlediska fyzického, kdy se musíte pohybovat v ochranných pomůckách (oblecích), tak z hlediska psychického.

Žijete vy sami zdravým životním stylem? Jak se projevuje?

Gabriela Grusová: Bohužel ne. Já ráda relaxuji s knížkou, nejsem moc sportovní typ. Kromě poznávací dovolené a procházek moc toho pro své zdraví nedělám.

Tomáš Grus: Snažím se o to, ale jak je známo, kovářova kobyla chodí bosa. Abych mohl zvládat toto náročné povolání, které je nejen velkou fyzickou, ale i psychickou zátěží musím nějakým způsobem relaxovat. Já se snažím relaxovat sportem a pobytem v přírodě alespoň 3x týdně. Musím ale říct, že každý den, když se vracím domů, jedu vlastně na chalupu. Můžu vzít kolo a jet se projet do přírody, kterou máme hned za domem. Okolí nabízí krásné cyklotrasy a byla by škoda jich nevyužít. V létě jezdíme na kola celá rodina. Mým velkým koníčkem je i běh, na který jsem tedy nikoho z rodiny zatím nenalákal. Naštěstí ale máme velmi aktivního psa, který běhání přímo miluje.

V zimních měsících rádi chodíme na běžky, tak jsem moc rád, že jsme mohli v minulých týdnech nazout běžky hned za domem a vyrazit, což se každou zimu v Mníšku nepoštěstí. **Libor Kálmán**



Z rodinného výletu do Londýna (2019).

Foto: archiv

Biskupa Doubravu připomíná nová informační tabule

Mníšek pod Brdy nemá mnoho rodáků, kteří by dosáhli celostátního vzhlasu. Jedním z těch, kterými se může naše město pochlubit, je bezesporu někdejší biskup královéhradecký Josef Doubrava, který se narodil před 169 lety v domě č. p. 3.

Přesně v den 100. výročí jeho úmrtí (20. února) byla před jeho rodným domem odhalena tabule s informacemi o této nevšední osobnosti. Ač pocházel s velmi nuzných poměrů, dokázal se díky své pili vypracovat na jednoho z nejvyšších církevních hodnostářů v zemi a do dějin se zapsal nejen jako mecenáš našich národních umělců, ale také jako jediný biskup, který podporoval vznik samostatného Československa v roce 1918.

Biskupu Doubravovi jsme se věnovali podrobně v letošním prvním čísle Zpravodaje na straně 21.

lib



NOVÉ KNIHY V MĚSTSKÉ KNIHOVNĚ

knihovna.mnisek.cz – telefon: 318 592 552, 731 693 021

e-mail: knihovna@mnisek.cz

KNIHY PRO DĚTI

DOGMAN 4: DOGMAN A SUPERKOTĚ / Dav Pilkey

Další příběh psohlavého policisty Dogmana v komiksu.

PRAČLOVĚK, KTERÝ CESTOVAL ČASEM / Terry Pratchett

Nejlepší výběr autorových povídek. V nich najdete pána, co si stavěl raketu, trochu cestování časem a taky trochu tamtoho.

(NE)HODNÁ ZVÍŘÁTKA / Sophie Corrigan

My jsme velice HODNÁ ZVÍŘÁTKA! Jen jste nás špatně pochopili.

MARVEL: MÝTY A LEGENDY

Kniha popisuje mytologii a legendární postavy obsažené ve světě Marvel.

ŽIRAFKY SI HRAJÍ NA SCHOVÁVANOU / Elena Mellano

Příběhy dvou žirafích kamarádů a jiných zvířátek ze Savany.

KNIHY PRO DOSPĚLÉ

SPIKNUTÍ OBĚŠENCŮ / Vlastimil Vondruška

Další pokračování oblíbených historických kriminálních případů, který vyšetřuje Oldřich z Chlumu

PŘÍTELKYNĚ Z MLÁDÍ / Alice Munroová

Kniha povídek, která vyniká skvělým popisem lidských povah, duší a charakterů.

HOLKY OD SPITFIRŮ / Soraya M. Lane

Kniha popisuje příběhy pilotek, které se zapojily za druhé světové války.

ŘÁD / Daniel Silva

Špionážní thriller, kde Gabriel Allon pátrá po okolnostech smrti papeže Pavla VII.

ZNÁM TVOU MINULOST / J. D. Robb

Eva Dallas se setkává se záhadnou mstitelkou. Detektivní román.

VÉVODA V ZÁŘIVÉ ZBROJI / Loretta Chase

Zamilovaný román, v němž se dva mladí kamarádi zajímají o jednu ženu.

VŠICHNI JSOU PSYCHOPATI, JENOM JÁ JSEM LETADLO

Jan Hnízdil a Michal Tříška

Zkusme na chvíli nepřemýšlet o tom, co nám politici říkají a slibují, ale o něčem mnohem důležitějším. Jací jsou to lidé.

PŮL VÁLKY / Joe Abercrombie

Závěr fantasy trilogie, v němž se vše rozhodne ve finálním střetu.

Městská knihovna Mníšek pod Brdy pořádá příměstský tábor

„JAK VYCVIČIT DRAKA“

9. 8. – 13. 8. 2021

Cena tábora: 1 300 Kč (+ 300 Kč za večerní program)

Více informací na tel: 318 592 552, 731 693 021 nebo na mailu: knihovna@mnisek.cz

Počet účastníků omezen.

ČESKÁ POŠTA MĚNÍ OTEVÍRACÍ DOBU SVÉ MNÍŠECKÉ POBOČKY

Od 1. dubna 2021 upravuje Česká pošta otevírací dobu své pobočky v Mníšku pod Brdy.

NOVÁ OTEVÍRACÍ DOBA:

pondělí a středa: 10:00-12:00 a 13:00-18:00

úterý, čtvrtek a pátek: 08:00-12:00 a 13:00-16:00

Od dubna pošta ruší sobotní otevírací dobu.

Důvodem jejího zrušení je nízká vytiženost přepážek, která v poslední době dosahovala pouhých 44 % oproti ostatním dnům pracovního týdne. Souběžně s úpravou otevírací doby proběhne i snížení stavu zaměstnanců na pobočce.

Děkujeme za pochopení.
Romana Mikotová, vedoucí pobočky

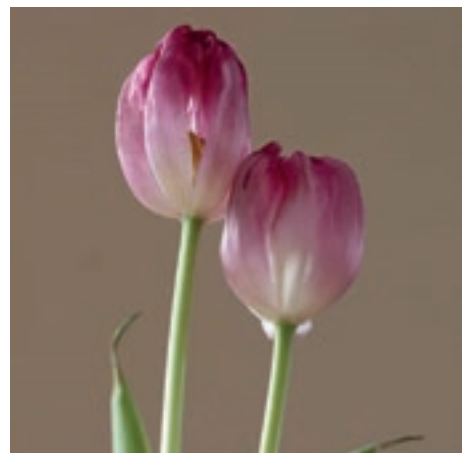


První pololetí našich prvňáčků

Čas rychle běží a z dětí, které nastoupily v září do první třídy se stali skuteční školáci a školačky, kteří si před pár dny odnesli své první vysvědčení.

Cesta k němu však nebyla jednoduchá, neboť část školní docházky museli plnit ze svého domova. Bylo to pololetí plné změn, ale zároveň i velkých, nových zkušeností, vědomostí a zejména získávání technologických dovedností. Naši prvňáčci vše zvládli na výbornou a zaslouží si obrovskou pochvalu za velkou statečnost. Dokázali si se vším poradit za podpory svých rodičů. Během prvního pololetí si našli kamarády, hravou formou se naučili krásně číst a pěkně psát, rozšířili si slovní zásobu. V hodinách matematiky pak počítat do deseti. V práci s dětmi ve velké míře využíváme rozličné názorné pomůcky a metody práce.

Obrázky, písmena, molitanové kostky, krovací pásy, vláčky, kostičky, dataprojektory a jiné. Pracujeme společně, ve skupinách, ve dvojicích. Děti chodí do školy rády, což nám denně nastiňují svou dobrou náladou a chutí se učit. Abychom rozdávali radost i jiným, zapojili jsme se do projektu **Tulipánový měsíc** a v hodinách výtvarné výchovy a pracovních činností malujeme tulipány a zhotovujeme výrobky, které budou zdobit prostory Nemocnice na Pleši. Věříme, že práce dětí všechny potěší a vyloudí úsměv na rtech. Škola však není jen o učení. V rámci přestávek a během hodin tělesné výchovy pobýváme často venku, hrajeme si, běháme a využíváme nadílku sněhové peřiny. Jak byli všichni naši prvňáčci úspěšní, ukázalo i jejich vysvědčení, na kterém se objevily samé jedničky a děti si také za pomoci rodičů přečetly svá slovní hodnocení, pochvaly, jak je viděly jejich paní učitelky. Všem našim prvňáčkům přejeme i nadále vel-



Ilustrační foto

kou chuť k poznávání a objevování nových vědomostí a zkušeností, aby chodili do školy rádi a s nadšením.

učitelky 1. tříd:

Marie Davidková, Monika Janočková, Lucie Branná, Romana Šmahelová, Andrea Kučerová

ZŠ Komenského 886 pořádá Den otevřených dveří

Srdečně vás zveme na Den otevřených dveří, který proběhne v úterý 30. března 2021 od 14 do 16 hodin v Základní škole Komenského 886.

Škola je zřízena podle §16, odst. 9 Školského zákona a zaměřuje se na vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami (poruchy učení a chování, mentální postižení, poruchy autistického spektra, více vady). Nabízíme školu rodinného typu, individuální přístup speciálních pedagogů, asistent pedagoga v každé třídě a snížený počet žáků ve třídě.

Zápis do 1. ročníku školního roku 2021/2022 se bude konat ve středu 28. dubna 2021 od 14:00 do 16:30.

Bližší informace zjistíte na tel.: 318 599 465, 732 458 092 nebo na webových stránkách školy zsmnisek886.webnode.cz.

Den otevřených dveří se bude konat pouze v případě příznivé epidemiologické situace.



Mgr. Marcela Krákorová,
ředitelka ZŠ Komenského 886

Školu najdete vedle lékárny U Matky Boží.
Foto: archiv

Děti si ve škole užily masopust a jeho tradice

I v této nelehké době se snažíme našim dětem zpříjemnit a zpestřit školní výuku. Jelikož bylo v polovině února období masopustu, věnovali jsme se s dětmi i tomuto staročeskému tématu. Vyprávěli jsme si o tradicích a zvycích, které se k masopustu vážou, a společně jsme si zazpívali i masopustní písničky. Jejich šikovné ruce vyráběly z přírodních materiálů jitrnice a masopustní masky. Na závěr jsme uspořádali masopustní průvod s karnevalem.

Naším dětem se vykouzlil úsměv na tváři, a to je pro nás největší odměnou.

Dana Havlíková, ZŠ Komenského 886



Děti si užily i masopustní masky.

Foto: Markéta Kopalová

HLEDÁME DOBROVOLNÍKY NA DOZOR U PŘECHODU PŘED ŠKOLOU

Městská policie Mníšek pod Brdy hledá dobrovolníky, kteří budou asistovat strážníkům při ranním dohledu u ZŠ Komenského na přechodech pro chodce. Jedná se pouze o všední dny, a to v čase 7:30–08:10.

Více informací získáte na e-mailu: petr.smoradek@mnisek.cz nebo na tel.: 739 648 950.

Dubnová výzva 10 000 KROKŮ pomůže vašemu zdraví

Covid-19 nám mnohé vzal, ale něco nám snad i dal. Snad už je každému jasné, že nejzranitelnější osoby jsou lidé s kardiovaskulárním onemocněním, vysokým tlakem nebo cukrovkou. V České republice trpí obezitou 71 % dospělé populace, a tím patříme k nejobéznějším národům světa.

Základem prevence a fyzické kondice je přirozený pohyb. Nemusíme přece po městě na krátkou vzdálenost jezdit autem, ale můžeme jít pěšky, nemusíme použít vždy výtah, ale můžeme vyšlapat k našemu bytu po schodech a také můžeme během dne více používat kolo. Nedostatek pohybu nevratně poškozuje zdraví každého člověka a má za následek více než 2 400 předčasných úmrtí za rok.

Chůzí ke zdraví

Chůze je pro člověka tím **nejpřirozenějším pohybem**, nic nás nestojí a můžeme ji provozovat kdykoliv a kdekoliv. Při správné chůzi se **aktivují svaly celého těla včetně jeho centra**. Střídavé napínání a uvolňování lýtkových svalů také aktivuje žilné svalovou pumpu a zajistí správné proudění krve v žilách. Tím napomáháme dokonalějšímu odtoku žilní krve z dolních končetin a zamezíme tvorbě křečových žil. Pravděpodobně největší efekt chůze na srdečně cévní onemocnění je zprostředkován vlivem na známé rizikové faktory, jakými jsou vysoký tlak, vysoký cholesterol s tuky v krvi a cukrovka. **Chůze pomáhá snižovat objem tuku v těle** a zlepšuje citlivost organismu na inzulín. Chůzí můžeme **předcházet mozkové mrtvici** – 30 minut chůze denně sníží její riziko minimálně o 20 %. Vědci také přišli na to, co většina z nás ví i bez složitého bádání – čím více kroků přes den nachodíme, tím lépe se cítíme. Pokud navíc chodíme v lese nebo jinde v přírodě, může být i zdravotní procházka doslova pohazením po duši.

Kde se vzalo 10 000 kroků?

Počet nachozených kroků za den se v poslední době stal jedním z měřítek posouzení dostatečné fyzické aktivity. Téměř každý má chytrý náramek, který naši aktivitu sleduje a počet kroků se stává i novým společenským tématem. Kamkoli se podíváme, do časopisů nebo na webové stránky, téměř všude vidíme **doporučení 10 000 kroků za den**. Což při průměrném kroku 75 cm představuje přibližně 7,5 kilometru. Pokud půjdeme svižným tempem, danou vzdálenost ujdeme přibližně za 1,5 hodiny.

Pro koho je výzva 10 000 kroků určena?

Výzva má pomoci těm, kdo se fakt už necítí dobře kvůli své váze. Budou soutěžit jen sami se sebou. To je přeci ta největší výzva.



Ilustrační foto, zdroj: Pixabay.com

Účastníci výzvy budou rozděleni do čtyř skupin dle věku a indexu BMI.

Skupina 1 – od 82 kg, nebo od BMI 26

Pokud se v televizi objevují statistiky ohledně nakažení covid-19, tak jsou rozděleny dle věku. Pokud se bavíte s doktory, tak většinou od nich slyšíte – nejhůře jsou na tom obézní lidé. Měřítkem nadváhy nebo obezity je index tělesné hmotnosti **BMI** (Body mass index). Vypočítá se vydělením hmotnosti daného člověka druhou mocninou jeho výšky. BMI nad 25 se považuje za nadváhu a nad 30 za příznak obezity. Tyto hranice platí pro dospělé starší 20 let. BMI tak umožňuje statisticky porovnat různé vysoké lidi.

$$\text{BMI} = \frac{\text{hmotnost [kg]}}{(\text{výška [m]})^2}$$

BMI	Kategorie	Zdravotní rizika
méně než 18,5	podváha	vysoká
18,5–24,9	norma	minimální
25,0–29,9	nadváha	nízká až lehce vyšší
30,0–34,9	obezita 1. stupně	zvýšená
35,0–39,9	obezita 2. stupně (závažná)	vysoká
40,0 a více	obezita 3. stupně (těžká)	velmi vysoká

Výsledná hodnota BMI určuje nejen v jaké kategorii se nachází vaše tělesná hmotnost, ale také zdravotní rizika, která s sebou nese.

Skupina 2 – věk 65+, ale bez nadváhy

I v pozdním věku může být člověk velmi vitální. Dá se předpokládat, že mnozí z této kategorie budou dosahovat celkově nejlepších výsledků. Každopádně se shodneme na tom, že potřeba pohybu pro tuto cílovou skupinu je nutností.

Skupina 3 – věk 18–65 let

Mají předpoklady pro ideální fyzickou kondici, ale nemají čas se pohybovat. Vždyť přeci musí vydělávat, učit se. Večer jsou tak unaveni, že už jen pasivně se dívají do stěny, na televizi nebo počítače.

Skupina 4 – Základní a střední školy (rozmezí cca od 6 do 18/19 let)

Když teď tělocvik není, tak na některých školách to řeší tak, že žáci nahrávají své výkony a posílají je tělocvikáři. Sami víme, že pokud si nyní děti odvyknou na pohyb, hůře se k němu budou vracet. Výzva má pomoci školám, aby dětem pohyb trochu zatraktivili. Prostě školy si mohou zasoutěžit mezi sebou. Výsledky by do aplikace nahrávali tělocvikáři.

Jak se přihlásit do výzvy 10 000 kroků?

Výzva bude probíhat v měsíci **dubnu 2021**. Proč výzva trvá 30 dnů? Cílem není soutěž, ale změna. Ta se ale nestane během dvou týdnů. Ke změně je třeba pravidelnost.

Hlavní účel této výzvy není být za každou cenu první, ale užít si den chůze nebo během a odprostit se od všech negativních věcí.

Výzva bude zveřejněná na webové stránce **www.desettisickroku.cz**, na které bude od března přístupný REGISTRÁČNÍ FORMULÁŘ, kde vyplníte následující údaje: **Jméno, pohlaví, město/obec, kraj, váha a výška – tím bude vypočítán BMI** (kdo bude mít BMI vyšší než 25 bude zařazen do skupiny 1), **ročník** (kdo bude mít 65 + bude zařazen do skupiny 2; kdo bude mít mezi 18 – 65, bude zařazen do skupiny 3), **název týmu** (nemusí se vyplňovat, pokud chcete porazit jen sám sebe resp. bojujete jen sám za sebe; možnost vyplnit název základní a střední školy – v takovém případě vyplňuje data za žáky jen tělocvikář a stačí, když on se přihlásí za třídu), **přihlašuji se do kategorie: Chůze a Nording walking/Běh/Jízdní kolo** (jen pro skupiny 1 a 2).

V průběhu výzvy budete pracovat s NAHRÁVACÍM FORMULÁŘEM, kde budete pod svým přihlašovacím jménem pravidelně zaznamenávat počty absolvovaných **kroků** (u chůze či Nordic walkingu) či **kilometrů** (u běhu či jízdního kola). U kategorie jízdní kolo se bude ve skupině 3, aby nedošlo ke zvýhodnění oproti chůzi či běhu, započítávat pouze třetinová vzdálenost. **Zaznamenáte svou trasu** formou snímku obrazovky, kde musí být zřetelně vidět počet kroků, či km. Trasu lze zaznamenat trasu pomocí chytrého mobilního telefonu s instalovanými aplikacemi, jako Step Tracker, Pedometer, Krokometr a Počítání Kroků a řadou dalších.

Pravidla výzvy 10 000 kroků:

- Nahrát můžete libovolný počet aktivit (aktivita musí být vykonána v dubnu 2021)
- Aktivita musí obsahovat: ujitou či uběhnutou vzdálenost a ideálně mapu trasy s datem (některé aplikace to nedokážou, ale **hraje fair play**)
- Všechny nahrané kilometry musí být zmeřené a doložené screenem aktivity zmeřené zařízením měřícím dle GPS, klidně ale i pomocí mobilu.
- Povoleno jsou všechny mobilní aplikace a sportovní hodinky měřící pomocí GPS. Jsou povoleny i fitness náramky, denní nachozené kilometry, které měří dle průměrné délky a počtu kroku, jen je potřeba údaj převést na km.

>>

>> **Hodnocení:****1. Soutěž jako motivace pro člověka něco změnit**

Cíl: zkuste nasbírat kredit ve výši 300 bodů (30 dnů – 10 bodů). Nejde o to, kolik ujdete, uběhnete, ale zda vydržíte každý den chodit, či běhat. **Cílem je nastartovat změnu.**

2. Výzva jako soutěž: pro jednotlivce „hoňáky“ a pro týmy

Kategorie: **Nejlepší chodec/chodkyně; Nejlepší běžec/bežkyně; Tým pro běžce a chodce** (vždy se u týmu bude počítat max. 50 nejlepších výsledků), **Základní, či střední škola** (vždy se u týmu bude počítat max. 50 nejlepších výsledků), **Město/obec** U každého týmu se bude počítat 100 nejlepších výsledků dle bodů. U rovnosti bodů bude rozhodovat větší počet kroků, či km.

3. Jak se to bude počítat?**Skupina 1:**

Jeden den aktivity = **5 bodů**.
Za každých 1 000 kroků, či 0,75 km budou přiděleny **4 body**.
Dalších **10 bodů** za snížení BMI, které se vypočítá dne 30. 4. 2021

Skupina 2:

- Jeden den aktivity = **3 body**
- Za každých 1 000 kroků, či 0,75 km budou přiděleny **3 body**.

Skupina 3:

- Jeden den aktivity = **2 body**.
- Za každých 1 000 kroků, či 0,75 km budou přiděleny **2 body**.

Bonusová skupina 4:

- za každých 1 000 kroků či 0,75 km bude přidělen **1 bod**.

Ceny:

Na 50 nejlépe umístěných účastníků výzvy z Mníšku pod Brdy čekají ceny věnované Středočeským krajem a městem: fitness ručníky, lahve na pití, piknikové deky, reflexní pásky, vaky na záda, termohrny, knihy Krajem Joachima Barranda nebo ekologicky šetrné kelímky s logem našeho města.

Vítězem budete ale ve skutečnosti všichni, kteří se zapojíte do výzvy a rozhodnete se pro změnu.

Výzvu organizuje CityChangers, iniciativa ke zlepšení situace v dopravě a jejím plánování, která vznikla mezi členy spolku Partnerství pro městskou mobilitu, z.s.
Libor Kálmán

Můžeme učit (pohyb) své vlastní děti? II. – Mníšek v pohybu

*Dokončení z minulého čísla
Zpravodaje městečka pod Skalkou*

4) Opravujeme nejprve hrubé chyby, až poté drobnosti a estetický dojem?

U dětí nelze brát chybu chybou, myslíme na to. Fáze učení jsou čtyři, podle chytrých knih. Seznámení se s pohybem, učení daného pohybu, upevnění techniky a přenos do dalších disciplín, nebo „jen“ běžného života. Berme dětskou hlavu jako nepopsaný prázdný list papíru. Je zapotřebí popsat mnoho stránek, než se dětské tělo vůbec s pohybem seznámí, naučí a upevní jeho techniku. Detail je důležitý, ale to je až finále po vynaložení velkého úsilí. Pro nás by měla být důležitá cesta a radost v dětských tvářích po úspěšně splněném úkolu. Byť jen nepatrném. Proto, nejprve na lyžích musím umět stát, než budu chtít dělat smýkaný obroulou.

5) Jsme schopni zachovat klidnou hlavu i při opakovaném nepochopení?

Dokážeme vlastně vůbec pochopit, že nás dítě nepochopí? Nebo se spokojíme s otázkou/odpovědí „rozumíš tomu? / Jo ooooo“. Někdy jen s pouhým kývnutím hlavy. Budme aktivní v naslouchání. Chtějme si vše nechat vysvětlit znovu, klidně jako úplní břídlilové. Právě v těchto chvílích se vyplácí pro zacho-

vání klidu najít rituál, který udrží naši hlavu chladnou. Někdo počítá, jiný se soustředí na dech. Je „jedno jaký“, hlavně že funguje.

6) Dokážeme děti vůbec zaujmout?

Není jednoduché informaci předat. Navíc ji předat tak, aby ji dokázali pochopit jiní. Zvláště ti nejmenší. Nej kvalitnější pedagogové, stejně jako trenéři ve sportu a lidé podílející se na výchově našich dětí, by měli být ti TOP a trávit svůj čas v mnoha směrech. A pohyb je jedním dílem skládačky. Naučit kvalitně nový pohyb je několikanásobně snazší, než přeučit špatný návyk. Je zapotřebí nalézt v sobě ty stránky osobnosti, které nám v tom pomohou. Pokud se hlava dostane do fungování v alfa hladině, pak máme vyhráno a učení v dětských hlavách zůstane už napořád. Jedna z možností jak se do ní dostat, je hra.

Vlasta Burian, jeden z našich největších komiků devatenáctého století byl v osobním životě morous a protiva. Mr. Bean, velmi často neřekl ani slovo. Přesto nás jeho komické scénky doháněly k slzám. Ani on v osobním životě nebyl příliš veselý a usměvavý člověk.

Budme alespoň na chvíli herci, bavme se, a předávejme své životní zkušenosti dětem.

Stejně jako my učíme naše děti, jsou především děti našimi učiteli.

Žádný učený z nebe nespadl a sledování sportu v televizi ze mě rozhodně neudělá profesionálního trenéra. Stejně tak sportovní historie nás samých je velice důležitá. Zároveň nás ale neopravňuje myslet si, že vše, čím jsme si prošli, dokážeme učit. Hráč má své místo stejně jako trenér. Ovšem mezi nimi je mnohdy velká propast. Mějme to jako rodiče na paměti a pracujme nejprve na sobě.

Sport je především zábava a hra. Je zapotřebí chválit za malé krůčky kupředu, o to víc pak za nezdravé a neúspěchy. Dejme dětem šanci vyzkoušet nové. Bez vidiny, že v tom budou nejlepší. Nechme je hledat si vlastní směr a budme oporou. Vždyť přece není jedna cesta k cíli, zato mnoho možností, jak k němu dojít. Tak jako sport má svá pravidla a lidský pohyb jistě zákonitosti, i výchova je zapotřebí opatřit mantinely a učený pohyb přenést do běžného života. Důslednost je jedním z povahových rysů, kterou je možno pilovat a zdokonalovat. Zdokonalovat se v ní. Tak aby tvořila ten nejpnevnější pilíř rodičovské výchovy. K tomu špetku empatie a vznikne prostor na učení.

*Michal Elčner
Element pohybu, z.s.*

V mníšeckém domově pro seniory už víme, co je covid-19

Na základě metodik Ministerstva práce a sociálních věcí, nařízení vlády ČR a Ministerstva zdravotnictví jsme byli povinni vytvořit izolaci pro případné uživatele, kteří by byli pozitivně testováni na covid-19.

Dlouho jsem přemýšlela, jaké by bylo nejvhodnější místo, které by neohrožovalo ostatní zdravé uživatele, a proto jsem se rozhodla „obětovat“ prostor stacionáře, kde se jindy konají kulturní a společenské akce. Tento prostor je nejvhodnější z toho důvodu, že je mimo obytnou část Domečku, takže případní nakažení by byli soustředěni mimo zdravé uživatele. Navíc stacionář poskytuje i dobré zázemí pro ošetřující personál.

Jsem moc ráda, že jsem v tomto rozhodnutí měla podporu i kolegyně z krizového štábu. Vytvořili jsme tak izolaci pro celkem osm uživatelů. Moc jsme si přáli, abychom jí nikdy nemuseli využít. Ale bohužel. V sobotu 30. ledna 2021 se mezi uživateli covid-19 objevil. A tak celkem sedm pozitivně testovaných uživatelů našlo útočiště v naší nové covid zóně. Pro izolaci byl vyčleněn tříčlenný neměnný personál složený z pracovnic přímé péče, **Moniky Cihelkové, Ludmily Sojkové a Elišky Holobradové**, který se o naše nemocné staral 24 hodin denně.

Práce v covid zóně očima pečovatelek

Jak covid zóna v Domečku vypadá?

Covid zóna je rozdělena na několik částí, na „čistě“ a „špinavě“ zóny. V „čisté“ zóně máme i svoje zázemí s kuchyňkou, kde si při odpočinku můžeme uvařit kávu a narovnat záda. Jinak jsme ve „špinavé“ zóně, kde jsme v oblecích a pečujeme o nemocné uživatele.

Co obnáší vaše služby?

Kromě běžných pečovatelských úkonů, jako je ranní a večerní hygiena, podávání stravy a tekutin, výměna inkontinenčních pomůcek, výměna osobního a ložního prádla uživatelů, polohování a promazávání, nám přibýlo



Pečovatelky z covid zóny: Monika Cihelková, Liduška Sojková a Eliška Holobradová (zleva)

pravidelné měření teplot, sledování příjmu a výdeje stravy a tekutin a neustálé umývání všech povrchů a následná desinfekce a velmi přísné dodržování hygienických zásad při nákaze covidem-19.

Naši uživatelé měli k dispozici plátno, na kterém mohli sledovat TV, rádio, které jsme pustili, pokud chtěli, ale většinou byli rádi, když jsme si společně zazpívali lidové písně a pak to hodinu rozdýchávali.

Jaká speciální pravidla musíte dodržovat?

Oblečení jsme v pracovních uniformách a před příchodem do „špinavé“ zóny k uživatelům si nasadíme první vrstvu rukavic, přezujeme se do holínek, nasadíme respirátor, čepici, oblek, další dvě vrstvy rukavic a ochranný štít. Dodržujeme hygienické předpisy a spotřebováváme hodně dezinfekce, ano hodně.

Mají uživatelé nějaké speciální požadavky?

Oni nás velmi překvapili, jak moc jsou skromní. Nečekali bychom, že budou klidní, vzhledem k tomu, že už jsou kvůli covidu izolováni nejen od svých rodin, ale kvůli pozitivnímu testování jsou navíc také přestěhováni ze svých pokojů. Pokud měli na něco chuť nebo chtěli svůj oblíbený časopis stačilo zavolat komukoli z Domečku a co nevidět bylo splněné přání za dveřmi a my jej mohli předat. Nejvíce nás překvapilo, že i přes své, velmi rozdílné povahy, tu naši nemocní uživatelé dokázali vytvořit harmonické soužití plné tolerance, respektu a vzájemné podpory.

Šly jste do toho dobrovolně? Jak ty tři týdnů v covid zóně vnímáte?

Paní ředitelka nás požádala a my souhlasily. Dvě z nás totiž máme zkušenost s covidem z jiného sociálního zařízení, tak jsme do toho šly. Třetí z nás je z naší směny, tak nebudeme přece trhat partu. Tuto službu vnímáme jako poslání a životní zkušenost, se kterou jsme si poradily. Když je člověk izolován, zvedne náladu i malý vzkaz na papírku.

Chtěly bychom naší paní ředitelce moc poděkovat za důvěru a maximální podporu. Za to, že se nebála a šla uživatele i nás nejednou navštívit, jí patří velké díky. Děkujeme i všem zdravotním sestrám, sociálním pracovnícům, kuchařkám a našim kolegyním, za velmi kvalitní spolupráci, která fungovala.

Děkujeme i rodinám, za telefonickou podporu našich uživatelů. A především děkujeme našim uživatelům.

I my tři se vzájemně neustále podporovaly. Věděly jsme, že se na sebe můžeme spolehnout a maximálně si důvěřovat. To jsou dvě důležité věci, které tvoří funkční tým.

Monika, Eliška a Lída



Připravená covid zóna s lůžky a zástěnkami

Touto cestou bych jim chtěla moc poděkovat za jejich nasazení a nelehkou službu, protože být 12 hodin denně ve skafandru, ve štítech, respirátorech a rukavicích, není opravdu snadné ani pohodlné. V naší covid zóně jsem sama několikrát byla, abych si ověřila, zda nejen jim, ale i uživatelům nic nechybí, a musela jsem se do toho všeho obléknout a už po půl hodině jsem byla zpocená, a to jsem nemusela dělat jejich pečovatelskou práci.

V neposlední řadě ale také děkuji personálu, který se staral o zdravé uživatele, protože i oni byli vystaveni velkému tlaku, neboť po 1. dávce očkování je organismus velmi oslaben a my tak museli uživatele ochránit, a proto se musela ještě navýšit bezpečnostní a hygienická opatření.

Na závěr také děkuji našim skvělým uživatelům za trpělivost a pochopení a doufejme, že už to všechno brzy skončí a my je již nebudeme muset v ničem omezovat.

Tereza Středová,

ředitelka Domova pro seniory Pod Skalkou
text + foto

Poděkování

Chtěl bych tímto všem přátelům a známým sdělit, že v lednu 2021 zemřela moje maminka, paní **Anna Kubecová**.

Za projevení soustrasti děkujeme.

Rád bych tímto zároveň poděkoval všem zaměstnancům Domova pro seniory Pod Skalkou za skvělou péči, kterou věnovali mé mamince po celou dobu, kdy v mníšeckém Domečku bydlela. Obzvláště pak za vzornou péči v posledních měsících jejího života. Velice si vašich služeb vážím.

Miroslav Kubec

Tříkrálová sbírka byla prodloužena do konce dubna

Tradiční Tříkrálová sbírka se musela přizpůsobit aktuální epidemiologické situaci a projít několika úpravami.

Koledníci sice do ulic v lednu nevyšli, ale koleda zrušena nebyla, jen se přesunula do online prostředí. Jejich požehnání jste si tak mohli dopřát i díky videu, které jsme s nimi natočili 6. ledna na farní zahradě a je stále dostupné na adrese bit.ly/KoledniciMnisek.

Sbírka byla letos prodloužena až do **30. dubna**. Přispívat můžete prostřednictvím bankovního převodu na Tříkrálový sbírkový účet: **66008822/0800**.

Při platbě prosím uveďte „mnísecký“ variabilní symbol **77701922**, aby mohlo být 65 % částky přeposláno na účet místní charity.

Vybrané peníze budou použity na podporu lidí z Mníšku pod Brdy a okolí, kteří se ocitli v tíživé životní situaci. Jejich prostřednictvím pomůžeme uhradit školní družinu, kroužek, obědy ve školce či školní pomůcky potřebným dětem.

Část prostředků (ve výši 35 % z celkové částky) použije Arcidiecézní charita Praha na podporu jiných projektů (sociální bydlení, pomoc rodinám v nouzi, zdravotní péče v Ugandě apod.)

Na dobročinné účely jste mohli letos přispět, kromě online převodu, také osobně. Až do konce ledna byly umístěny bílé plastové kasičky s emblémem Charity České republiky v kostele sv. Václava a v lékárně U Matky Boží. Štědrí dárci do nich **věnovali celkem 13 252 Kč**.

Děkujeme. Bůh žehnej vaše domovy.

Monika Umlášková, mnísecká koordinátorka Tříkrálové sbírky



Letos jste mohli Tři krále potkat jen při natáčení videa.

Foto: archiv

Obrazy z Magdalény uvidíte u Malého mnicha

„Proč maluji, proč píšu? – Abych si ulevil.

Nemám čas ani drzost vyrábět umění.“

Josef Čapek

Léčba v terapeutické komunitě Magdaléna na Včelníku trvá v průměru jeden rok. Během něj klienti procházejí postupnou, ale náročnou a intenzivní rekonstrukcí svého vlastního života a vztahů. Program, který na Včelníku poskytujeme, je postaven na principu intenzivního soužití a péče o společné prostředí, téměř jako je tomu v rodině.

Klienti a klientky přijímají postupně v průběhu léčby větší míru odpovědnosti za chod komunity i za druhé. Jejich upřímný zájem



Ilustrační foto k výstavě

o změnu sebe sama a ostatní podporuje ucelený terapeutický přístup, který se skládá z individuální a skupinové psychoterapie, pracovní terapie, práce s rodinou, zátěžových výjezdů a nemalou měrou i z terapie uměním neboli arteterapií.

Arteterapie je druh psychoterapie, kdy není podstatné, co vznikne a jak to bude „krásné“, ale podstatné je, co vám sdělí obraz, proces. Jak uvádí arteterapeutka Mgr. Eva Fenclová: „Klientům ráda sděluji, že **UMĚNÍ pro mě není od slova UMĚT, ale od slova MĚNIT**. To, co je léčivé, je budování vztahu.“ Jde o proces tvoření a o myšlenky, které u toho klienty napadnou. Ty se mohou dát do souvislosti s problémy nebo otázkami, které si s sebou klienti přinášejí. Základem je práce s materiálem (jako např. hlína, papír, kámen, dřevo). Klienti v rámci arteterapie vyrábějí keramiku a obrazy. Obrazy, ve kterých se odráží nejen jejich aktuální pocity a emoce, ale často jejich celý životní příběh. Pojďte se na ně spolu s námi podívat do kavárny Malý mnich.

Budou zde vystaveny od 1. 3. do 14. 4. a můžete si je prohlédnout u výdejního pultu při čekání na výbornou kávu, vafli či jiný domácí zákusek. Výstava nese název **Obrazy v čase**, klienti je tvořili v průběhu loňského roku až do současnosti.

Petra Čermáková za Magdaléna o.p.s.

Uctili jsme památku obětí holocaustu

Místostarostka Dana Dalešická položila ve středu 27. ledna kytici u mohyly Obětem válek v horní části mníseckého náměstí. Stalo se tak u příležitosti Mezinárodního dne památky obětí holocaustu.

Během pietního aktu bylo přečteno 28 jmen obětí holocaustu z řad mníseckých občanů. Více informací k tomuto tématu najdete v článku na stranách 18 a 19.

kal



Hrůzy holocaustu nesmí být zapomenuty. Vzpomínka

Dne 27. ledna jsme si připomněli památku obětí holocaustu. Toto datum nebylo zvoleno Valným shromážděním OSN v roce 2005 náhodou, ale váže se k významné události, ke které došlo 27. ledna 1945 na území dnešního Polska. Tehdy, před 76 lety, byl Rudou armádou osvobozen nacistický vyhlazovací tábor v Osvětimi-Březince.

Tento den má připomínat utrpení přibližně šesti milionů Židů, 220 tisíc Romů, 15 tisíc homosexuálů a milionů dalších nevinných obětí v době holocaustu za druhé světové války. Nezávíst vůči skupinám obyvatel, ať už kvůli jejich národnosti, náboženství, etnické příslušnosti, sexuální orientaci či politickému přesvědčení, dospěla v událostech holocaustu až do podoby děsivého vyvraždění milionů lidí.

Holocaust, prováděný hitlerovskou Velkoněmeckou říší, zasáhl také židovské obyvatelstvo Mníšku, který patřil do Protektorátu Čechy a Morava (existoval v letech 1939–1945). Židovská komunita žila v Mníšku až do roku 1942, kdy zdejší Židé museli nastoupit do transportu do Terezína, jako přestupní stanice do německých koncentračních a vyhlazovacích táborů. Téměř dvě století se podíleli na životě našeho města (první písemná zmínka o židovském obyvateli Mníšku pochází z roku 1783), a i když jejich působení dnes už téměř nic nepřipomíná, rozhodně bychom na ně neměli zapomenout.

Vývoj židovské populace v Mníšku

Růst počtu židovského obyvatelstva v Mníšku souvisel s pozvolným rušením potupných protizidovských opatření, platících na našem území od středověku. Revoluci roku 1848 došlo ke zrušení nařízení, které stanovovalo po-

čet usazených židovských rodin v českých zemích (tzv. numerus clausus) a tím zabraňovalo jejich stěhování. Státní občanství, plná občanská a politická rovnoprávnost byla Židům, žijícím na území Rakouska-Uherska, přiznána až na základě Prosincové ústavy v roce 1867.

Počet židovského obyvatelstva v Mníšku měl spíše kolísavou tendenci. Jestliže se k roku 1849 uvádí na Mníšeckém panství pouze 4 židovské rodiny, v roce 1880 tu již žilo 42 osob židovského vyznání a v roce 1900 už jenom 36. Asi největšího počtu dosáhla židovská populace v Mníšku a okolí v roce 1930, kdy se k ní přihlásilo 47 osob. Židé tu nikdy nevytvořili zvláštní čtvrť, ale žili rozptýleni po celém městě. Nejvíce jich bydlelo v dnešní Komenského, Čisovické a Pražské ulici.

Synagoga

V roce 1875 si pořídili svou synagogu, kde se scházeli k bohoslužbám a jiným společenským účelům po dlouhých 55 let, až do zrušení mníšecké Židovské náboženské obce v roce 1930. Budova byla o 5 let později prodána soukromé osobě, která ji představěla na rodinný dům (Komenského č. p. 182).

Nízký počet židovských obyvatel stál nejenom za zrušením zdejší náboženské obce, ale i za tím, že zde nikdy nedošlo ke stavbě vlastního hřbitova. Svě souvěře vozili k pohřbu do Dobříše a Litně.

V období před 2. světovou válkou byli mníšec-tí židé příslušní pod Židovskou náboženskou obec v Dobříši.

Uprchlíci z pohraničí

Po odstoupení pohraničí Německu na základě Mnichovské dohody se do Československa, zmenšeného o 30 % jeho území, přestěhovalo na podzim roku 1938 (nebo spíše uprchlo) odhadem 140 tisíc Čechů a 18 tisíc Židů, kterým na zabraném území hrozilo násilí a fyzická likvidace.

V říjnu 1938 přišla do Mníšku, z Němců zabraného Oseku u Duchcova, rodina MUDr. Josefa Kláčera (*1904), který zde začal vykonávat lékařskou praxi. Rodina tu zažívala i chvíle štěstí, ke dvouleté dceři Janě se jim v březnu 1939 narodil ještě syn Ivan. V Mníšku strávili tři roky, než byli donuceni koncem roku 1941 k odchodu do Prahy.

Dnes 83letá paní Jana Urbanová na krátký pobyt své rodiny v Mníšku vzpomíná: „Život v Mníšku začal slibně. Pacienti si otce oblíbili, měli jsme řadu přátel. Vzpomínám si na rodinu truhláře Veselého a jejich dceru Milušku a na rodinu statkáře Čumrů. S jejich dcerou Maruškou jsme se přátelili i po válce, a dokonce jsem byla na její svatbě s panem Znamenáčkem v roce 1947 za družičku. Mezi další přátele patřil správce zámku Durda, hostinský Landkamer, myslím, že jeho restaurace se jmenovala Na Skalce, matně si pamatuji na majitele krásné vily v zahradě, pana Blažka a jeho paní.“

Tím ovšem příjemné vzpomínky paní Urbanové na Mníšek končí, neboť vznikem Protektorátu Čechy a Morava se jich začínají dotýkat potupná protizidovská nařízení.

Protektorát a protizidovská nařízení

Omezování práv a svobod židovských obyvatel nacisty na sebe po vzniku Protektorátu nenechalo dlouho čekat. Zavádění stovek zákonů a nařízení bylo postupné, od nacistů to byla promyšlená „salámová“ metoda, jak židy vytlačit z profesního a běžného života, aniž by vzbudili jejich větší odpor.

rok 1939:

- V březnu bylo židům zakázáno pracovat jako právníci či zaměstnanci veřejných institucí a byly výrazně omezeny jejich možnosti prodávat, pronajímat či darovat svůj nemovitý majetek.
- V červnu následovalo nařízení o vyvlastnění židovského majetku.
- Od července nesměli židovské děti chodit do německých škol.
- Od srpna nesměli židé chodit do většiny kaváren, na plovárny, na koncerty. Svůj obchod museli označit nápisem „Židovský obchod“.
- V září museli odevzdat rozhlasové přijímače.



Synagoga stávala v dnešní Komenského ulici č. p. 182. Zdroj: Archiv židovského muzea v Praze

na 28 mníšeckých sousedů, kteří se stali jeho oběťmi

rok 1940:

- Od srpna nesměli židovské děti chodit ani do českých škol.
- Od září museli židé v Praze jezdit v tramvajích pouze v zadním voze. Když měla tramvaj jen jeden vagón, nesměli jezdit vůbec.
- Od října se v Praze nesměli stěhovat ani odjet mimo město.

rok 1941:

- Od ledna nesmí mít doma telefon a nesmí řídit motorová vozidla.
- Od února nesmí rybařit.
- Od srpna nesmí nakupovat luštěniny.
- Od září musí židovské osoby starší 6 let nosit žlutou hvězdu.
- Od října nesmí veřejně hrát židovská hudba a nesmějí nakupovat ovoce, marmelády, sýry, cukrovinky, ryby, drůbež a zvěřinu.
- Od listopadu nemohou nakupovat cibuli a jablka.
- Na podzim roku 1941 byly zahájeny transporty do ghetta v Terezíně, jako přestupní stanice do koncentračních a vyhlazovacích táborů.

Vzpomínky paní Jany Urbanové z dalších let už jsou vyplněny ústrky a násilím: „*Otcí jako Židovi zakázali léčit Árijce. Bylo mu nicméně povoleno léčení židovských obyvatel, ovšem židovských rodin v Mníšku mnoho nebylo. Přes zákaz pacienti tajně navštěvovali otcovu ordinaci a přátelé nám všemožně pomáhali. Naše osudy však dostaly rychlý spád poté, co se na konci roku 1941 objevil v plátku Árijský boj nepodepsaný článek, že by se obyvatelé Mníšku měli stydět, protože ve svém středu trpí lékaře Žida, tajně navštěvují jeho ordinaci, a dokonce se s ním na ulici veřejně zdraví. Krátce potom na Štědrý den nás byl přepadlo německé komando, otce sebrali a odvezli neznámo kam. Mé dětské vzpomínky na ten den jsou děsivé. Zmatek a pláč, rozházené věci po bytě. Nevím proč si vybavuji nesmyslně hlavně zimní boty, které máma nestáčila tátovi s sebou dát a zůstaly ležet na žehlicím prkně. Ten zážitek zcela potlačil radost z panenky v modrých šatech, kterou jsem dostala pod stromček. Paní domácí, která se pod odjezdu komanda přišla podívat co se děje, se mě natolik zželelo, že mne vzala na chvíli k sobě domů, abych neviděla plačící mámu. Vzpomínám si, že mi ukázala nádherný vyřezávaný betlém s mnoha figurkami zasazenými do čerstvého mechu. O tátovi nám nepřišla žádná zpráva, ale dorazil příkaz k rychlému opuštění Mníšku. Musím zmínit velmi statečnou nabídku pana Durdy, že můžeme u něho schovat cennější věci. Jednalo se o dva velké perské koberce, které nám po příjezdu do Mníšku poskytli pražští příbuzní a o dvě sady porcelánu. Skrývat židovský majetek byl přestupek velice tvrdě trestaný, přesto pro nás Durdovi toto nebezpečí postoupili. Po válce nás Durdovi srdečně přivítali a do posledního talířku vše předali.*“

Válku Klačerovi nakonec přežili díky tomu, že patřili k tzv. smíšeným manželstvím. Paní Antonie Klačerová se jako Árijka odmítla dát rozvést a tím svému manželovi i svým dětem nejspíš zachránila život. Židé ze smíšených manželství byli posíláni do Terezína až od roku 1944, Josefa Klačera a jeho dceru Janu

SEZNAM MNÍŠECKÝCH OBĚTÍ HOLOCAUSTU:

příjmení	jméno	datum narození	místo úmrtí
BONDY	Rudolf	26. 08. 1912	Treblinka
BONDYOVÁ	Regina	2. 11. 1872	Treblinka
DEUTSCH	Alfred	30. 03. 1915	Buchenwald
DEUTSCHOVÁ	Ida	25. 1. 1878	Osvětim
GLAUBER	Pavel	28. 9. 1896	Treblinka
GLAUBEROVÁ	Ruth Lia	04. 11. 1929	Treblinka
GLAUBEROVÁ	Sari	18. 05. 1902	Treblinka
GOTTLIEBER MUDr.	Alfred	23. 4. 1888	Osvětim
GOTTLIEBER	Gerhart	20. 01. 1921	Osvětim
GOTTLIEBEROVÁ	Helena	6. 3. 1891	Osvětim
GOTTLIEBEROVÁ	Magda	29. 11. 1921	Osvětim
HERSCHMANN	Josef	27. 10. 1898	Malý Trostinec
HERSCHMANN	Petr	06. 01. 1930	Malý Trostinec
HERSCHMANNOVÁ	Elfrieda	30. 10. 1899	Osvětim
HERSCHMANNOVÁ	Elsa	06. 12. 1935	Malý Trostinec
KAUFMANN	Eduard	23. 1. 1879	Riga
KAUFMANNOVÁ	Amálie	13. 4. 1877	Riga
MAUTNER	Julius	29. 6. 1883	Treblinka
MEIEROVÁ	Dorit	02. 01. 1931	Malý Trostinec
MEIEROVÁ	Felicitas	06. 10. 1929	Malý Trostinec
MEIEROVÁ	Piroska	27. 6. 1895	Malý Trostinec
NATHAN	Hugo	28. 8. 1875	Terezín
NANTHANOVÁ	Aloisie	1. 3. 1876	Treblinka
RITTEROVÁ	Adolfina	20. 9. 1873	Treblinka
RUSSOVÁ	Berta	9. 3. 1881	Malý Trostinec
SCHÜTZ	Leo	05. 07. 1902	Osvětim
ŠIKOVÁ	Anna	10. 6. 1888	Osvětim
ŠIKOVÁ	Růžena	20. 06. 1924	Osvětim

čekala cesta v lednu 1945. Zde se oba dočkali osvobození. Po válce se celá rodina vrátila do Oseka u Duchcova a MUDr. Josef Klačer se až do konce svého života v roce 1973 věnoval, vedle svého lékařského povolání, také řízení zdejšího kulturního života.

Mníšecké oběti holocaustu

Osud ostatních židovských obyvatel Mníšku byl tragický. V databázi na stránkách Holocaust.cz je evidováno **celkem 28 mužů, žen a dětí z Mníšku, kteří se stali obětí holocaustu.**

Mníšek opouštěli židovští sousedé postupně, na základě předvolání do transportu do Terezína, mezi srpnem a listopadem 1942.

Byli zbaveni veškerého zbylého majetku. Do transportu si směli vzít pouze zavazadla o celkové váze 50 kg na osobu.

Během dalších tří válečných let byli všichni zavražděni v německých koncentračních táborech. Ze židovských obyvatel Mníšku se konce války dočkala dcera Nathanových **Margarethe** (žila v letech 1904-1976), provdaná od roku 1923 za Leo Fuchse. Manželé Fuchsovi odešli pravděpodobně již před válkou z Československa a zachránili si tím život. Margarethe Fuchsová prodala po válce svůj rodičovský dům v Mníšku a zemřela v Chicagu v říjnu 1976.

Vzpomínky pamětnice

Po našich židovských susedech se toho mnoho nedochovalo. Snad jen budova bývalé synagogy, která dnes už ani synagogu nepřipomíná, nebo pár náhrobků zarůstajících

břečtanem na zrušených hřbitovech v Dobříši a Litni.

Zakončíme naše smutné vzpomínání slovy paní **Jaroslavy Kocourkové** (* 1932), která téměř po 80 letech svými tehdejšíma dětskýma očima vidí pana Hugo Nathana, obchodníka smíšeným zbožím a galanterií z č. p. 53, jednoho z těch 28 lidí, kteří se do svého Mníšku už nikdy nevrátili: „*Byl to moc hodný pán a měl rád děti. Prodával i hračky, a když jsme si je dlouho prohlíželi, tak jsme si panenky mohli třeba pochovat.*“

Libor Kálmán



Pražská vnučka manželů Nathanových Miluška zahynula koncem války v Bergen-Belsenu

Mníšecké kovárny – z pravidelné rubriky Mníšecký místopis

V minulosti patřila kovárna do každé větší vesnice a v Mníšku byly hned tři. Obvykle se kvůli nebezpečí požáru stavěly na kraji obce, a to buď samostatně, nebo tak, jak tomu bylo v naší obci, jako součást obytných domů. Poblíž křižovatky Dobříšské a Kytínské ulice to byla kovárna u **Králů**, ve které je do dnešního dne zachována výheň. Na Pražské ulici proti hasičské zbrojnici (tehdy tu ještě zbrojnice nebyla), stávala kovárna **pana Štětky** a na rohu současných ulic Tovární a Za Sokolovnou byla **kovárna zámecká**.

Často byl součástí kováren dřevěný přístřešek, který můžete vidět i na fotografiích mníšeckých kováren. Zde pracovali kováři na denním světle a odbývalo se zde jednání se zákazníky. Z těchto tří kováren už nevidíte kovárnu pana Štětky, která byla zbourána a na jejím místě je nyní postavena restaurace Al Capone.

Kováři byli lidmi váženými, v jejich výhních se železo měnilo hlavně ve výrobky důležité pro zemědělství. Téměř každý chalupník v Mníšku měl kousek políčka, na kterém hospodařil a kravku, kterou zapřahali do vozu, popř. i koně, a tak potřebovali podkovy, obruče, motyky a pro lesní dělníky kováři vyráběli sekery, loupáky kůry, pořezy a také hřebíky a řetězy.

Bohužel jsme nedohledali fotografii bývalé zámecké kovárny z dob, kdy byla ještě v provozu. Proto bychom se chtěli obrátit na čtenáře Zpravodaje se žádostí o její poskytnutí. Pokud ji někdo z vás máte, podělte se o ni, prosím, s námi. Děkuje.

Věra Landová a kolektiv



Kovárna u Štětů v dnešní Pražské ulici (nedatováno)



Kovárna u Králů v dnešní Dobříšské ulici (nedatováno)



Červená šipka označuje bývalou kovárnu u Štětů, modrá ukazuje na bývalou kovárnu u Králů a zelená vyznačuje bývalou zámeckou kovárnu



Budova bývalé kovárny u Králů (současný stav)



Budova bývalé zámecké kovárny (současný stav)

Máme doma fenku – z pravidelné rubriky Mazlíčci

Pokud si pořídíte pejska, často na začátku zvažujete, zda raději fenku nebo psa. Je potřeba počítat s tím, že na rozdíl od psů samců jsou majitelé fen častěji postaveni před otázky týkající se kastrace nebo případné březosti. V několika následujících článcích vám přineseme alespoň základní informace ohledně pohlavního cyklu u fen, zodpovíme některé otázky týkající se kastrace a v neposlední řadě Vám dáme i praktické rady ohledně krytí, březosti a porodu.



**MVDr.
Irena Luxová**
veterinářka

Říje (hárání)

V závislosti na velikosti plemene se poprvé vyskytuje od 6 měsíců až do roka a půl věku, u fen velkých a obřích plemen obvykle i později. Nejčastější frekvence říje je dvakrát ročně, u obřích plemen ale může být pouze jednou do roka. U mladých fen nemusí být interval mezi háráním zcela pravidelný.

V období hárání je fenka více atraktivní pro psy, příznakem může být i častější močení. Fenka může být neposlušná, lenivá, mohou se vyskytnout i poruchy příjmu potravy. Obvyklá délka hárání je tři týdny, vnější příznaky bývají nejmarkantnější během prvních dvou týdnů.

Po proběhlé první říji obvykle dochází ke zvýraznění pohlavních znaků, zvětšení vulvy a rozvoj mléčné žlázy. Po hárání se u některých fen objevuje falešná březost, po prvním hárání je lehká falešná březost fyziologická. V období hárání a krátce po něm není vhodné zvíře vakcinovat, ani provádět zákroky v anestezii.

Co dál, chovat/nechovat?

Po první říji je ideální čas odpovědět si na otázku, zda chceme fenu někdy v budoucnu nakrýt nebo ne. Pokud se rozhodneme že ne, 2–3 měsíce po skončení říje je nejvhodnější období k provedení kastrace. Pouze po prvním hárání vede kastrace nejen k prevenci zánětu dělohy, ale i k prevenci výskytu novotvarů (nádorů) mléčné žlázy. S každou další prodělanou říjí se riziko rozvoje nádoru mléčné žlázy zvyšuje.

Co bychom měli zvážit, než se rozhodneme krýt?

Mezi lidmi panuje pověra, že každá fena by měla mít alespoň jednou za život štěňátka. Pro fenu však žádný zdravotní benefit z březosti neplyne. Pokud se i tak rozhodnete fenu nakrýt, je vhodné si předem zjistit, co vše krytí, březost, porod a následná péče o štěňata i fenu obnáší, a zda jste schopni nalézt pro všechna štěňátka domov.

Rozhodně nedoporučujeme množit pejsky bez průkazu původu. Téma průkazu původu je mezi majiteli často diskutované. My se samozřejmě kloníme k názoru rozmnožovat pouze zvířata s průkazem původu a takzvaná uchovněná. Uchovnění feny/

psa totiž klade na majitele nároky, aby zvíře, které bude rozmnožovat, bylo zdravé (rodiče měli splněny požadované zdravotní zkoušky) a odpovídalo standardům daného plemene.

Není výjimkou, že k nám do ordinace přijdou majitelé se štěňátkem, které pořídili na základě inzerátu z internetu, štěně přebírali kdesi u silnice, nevědí nic o rodičích štěněte a už vůbec ne o podmínkách, ze kterých pochází. Často jsou taková štěňata zanedbaná, zblešená, začervená a nesou si do startu života řadu zdravotních komplikací. Není výjimkou, že takové štěně ani vzhledem neodpovídá plemeni, za které bylo v inzerátu vydáváno.

U zvířat s průkazem původu je nutné postupovat při chovu dle pravidel dané chovatelské organizace/klubu. Pokud plánujeme chov, je dobré to zohlednit i při vakcinaci tak, aby fena byla naposledy očkována alespoň měsíc před říjí, při které chceme fenu krýt.

V příštím článku se budeme více věnovat krytí, nechtěnému nakrýtí a falešné březosti.

ZÁBAVA

Spojovačka

Máte rádi otužování? Nebojíte se studené vody? Pak byste si jistě porozuměli s plaveckým nadšencem, jehož obrázek se vám objeví, spojíte-li body od 1 do 45.



AUTOR: MICHAL SEDLÁK	NEDOBŘE SKUTKY	1. DÍL TAJENKY	JMÉNO HEREČKY CHÝLKOVÉ	ANGLICKY STRANA	ZNAČKA TECHNE- CIA	STARO- ŘÍMSKÉ PLATIDLO	POMŮCKA: IPSE SKROTUM TRIM	VÝZTUŽNÉ PRKNO	ZURČIVÝ ZVUK TEKOUCÍ VODY	FILM REŽISÉRA KURO- SAWY	POČÍNAJE	3. DÍL TAJENKY	JEDNOTKA PENICILINU	DROBNÍ
JISTĚ (KNIŽNĚ)							ŠOUREK (ANAT.)							
DLOUHÉ PROSTĚ SEDADLO							ŽENSKÉ JMÉNO 2. DÍL TAJENKY							
STŘEDNÍ STUPEŇ KAMBRIA					PŘIJÍMACÍ MÍSTNOST NEZNAMÉ OBJEKTY						LENINOVY INICIÁLY MĚSÍČNÍ MOŘE			
	PNEUMATIKA VYVAŽOVÁNÍ LETADLA ZA LETU					LESKLÝ NÁTÉR ZPŮSOB LOVU				OČISTA VODOU OBYTNÉ DOMY				
TŘEBA (NÁŘEČNĚ)				DÁVAT FLEK (KARET.) PÝR (OBEČNĚ)									POVEL PSOVI	ROD TRO- PICKÝCH MRAVEN- CŮ
SOLMI- ZAČNÍ SLABIKA			BÁSEŇ (ZASTARALE) SEKNUTÍ (PLURÁL)					ZÁPLAVA SLOV BENÁTSKÝ CESTOVATEL						
LATINSKY SÁM					BRODIVÝ PTÁK ODBORNÍK V NOETICE				POKLÁDAT SE ZNAMENÍ (ZASTARALE)					
MLÝN (OBEČNĚ)						POVRCHOVÉ DOLY LITERÁRNĚ TVOŘIT					ANGLICKY OŘECH JMÉNO MEDŘICKÉ			
	NÁVRŠÍ STAROŘEC- KÝCH MĚST ČÍP KABÁTU									DOMÁCKY DENISA BUDDHISTIC- KÁ HROBKA				
SUTURY				OZBRO- JENÝ PRŮVOD MALÁTNÁ								4. DÍL TAJENKY	AMORTI- ZOVAT	CHYTITI
ZKRATKA OBCHODNÍ AKADEMIE			ROZTÁT (ŘIDČEJI) FRANCOUZ- SKÉ MĚSTO				STAROŘÍM. ÚŘEDNÍK LEKNÍN (ZASTARALE)							
ARCHI- TEKT									TROPICKÁ DŘEVINA ANGLICKY ČLUN					
	OBLAK HYPERPARA- TYREÓZA (ZKRATKA)					DOMÁCKY REBEKA NEJVĚTŠÍ (PODÍL)					ORG. PRO OSVOBOZENÍ PALESTINY CVIK			
OKÁZALÁ POCTA					ROSTLINNÉ PLETIVO POD KÚROU MÓDNÍ					KOPYT- NATCI POPĚVEK				
BAREVNÁ ÚPRAVA VLASŮ							NAPLNIT NÁKLADEM							
SEKÁNÍ							ROTOVATI							

LUŠTĚTE KŘÍŽOVKU O ZAJÍMAVÉ CENY

„Mnohý ti dá radu,...“ (konec věty je v tajence)

Karel Poláček (1892-1945) – český spisovatel, humorista, novinář a filmový scenárista s židovskými kořeny. Jeho nejznámějšími díly jsou *Bylo nás pět* a *Muži v ofsajdu*.

Správné znění tajenky tohoto čísla nám zašlete nejpozději do 15. března 2021 na e-mailovou adresu zpravodaj@mnisek.cz, nebo doručte osobně (v pracovní dobu městské úřadu) do redakce Zpravodaje

Vylosovaný výherce získá

dva ekologicky šetrné (k dlouhodobému využití)

plastové

kelímky

se znaky

Mníšku.



Řešení křížovky z prvního letošního vydání Zpravodaje: **Karel Čapek: Mladé dovede být každé tele, ale zestárnout, holenku, to je kumšt.**

Výhercem dvou ekologických kelímků se znaky Mníšku se stává Bára Schlögllová.

Kam si můžeme v Mníšku, v době výdejních okének, dojít pro oběd?

Epidemiologická situace v zemi se nelepší, nouzový stav trvá i nadále, a stále platí také striktní omezení, která se týkají restauračních zařízení.

Již přes dva měsíce (od 18. prosince 2020) je zakázána přítomnost veřejnosti v provozovnách stravovacích služeb.

V praxi to znamená, že jsou uzavřeny restaurace, ale je možné prodávat jídlo s sebou prostřednictvím výdejních okének.

Řada mníšeckých restaurací ale vychází vstříc svým zákazníkům a nabízí tzv. okénkový prodej jídel nebo také jejich rozvoz.

Přinášíme jejich aktualizovaný přehled,

který by vám měl usnadnit orientaci při výběru oběda.

Svým nákupem nejenže uspokojíte svůj hlad i chuťové pohárky, ale zároveň pomůžete mníšeckým restauracím přežít tuto nelehkou dobu.

provozovna	provozní doba	typ služby	webové stránky, facebookový profil	telefon
Café Plechovka	Po-Pá 7:00-19:00, So 8:00-14:00	osobní odběr	 kafeplechovka	607 266 999
Hostinec u Káji Maříka	Po-Pá 11:00-15:00	osobní odběr + rozvoz	hostinecukajimarika.cz	722 123 254
Kebab House	Po-Ne 10:00-21:00	osobní odběr	 Kebab house Mníšek pod Brdy	774 694 565
Lahůdky DDE	Po-Pá 7:00-17:30 So 8:00-12:30	osobní odběr	 Lahudkydde	721 776 160
Pizzeria Al Capone	Po-Ne 10:30-20:00	osobní odběr + rozvoz	www.pizzeriaalcapone.cz/ mnisek/	734 440 364, 605 084 154 (rozvoz)
Pizzeria Presto	Po-Ne 11:00-20:00	osobní odběr	www.pizzapresto.cz	608 364 560
Restaurace Lískovka	Po-Ne 10:30-19:00	osobní odběr	www.liskovka.cz	725 155 995
Restaurace Malá Svatá Hora	Út-Ne 11:00-16:00	osobní odběr	www.malasvatahora.cz	603 430 827
Restaurace Marjána	Po-Ne 11:00-15:00	osobní odběr	www.marjana.cz	725 827 711
Restaurace u Benáků	Út-So 11:00-15:00	osobní odběr	restaurace-u-benaku.cz	724 852 350
Restaurace u Kašných	Po-Pá 11:00-14:00	osobní odběr	 UKasnych	606 724 603

Najíme se poslední březnovou sobotu?

Otazník dosud visí nad konáním mníšeckých trhů s farmářskými produkty NAJÍME SE, které by se podle předběžného plánu měly uskutečnit poslední březnovou sobotu.

Naposledy jsme se sešli, za přísných hygienických opatření (v rouškách při dodržování dvoumetrových rozestupů a bez stolů k posezení), 13. prosince 2020 na louce v předzámčí. Prosincové trhy probíhaly v adventním duchu, a kromě vánočních dekorací a dárků, jste se na nich mohli pořídit pamlsky na sváteční stůl. Specialitou, dnes na trzích už málo vídanou, byly pečené jedlé kaštany, kterými potěšilo Café Plechovka.

Nejbližší trhy by se měly uskutečnit poslední týden před Velikonocí, takže bychom chtěli pozvat i prodejce tradičních specialit a výrobků, vážícím se k těmto jarním svátkům.

O tom, zda se budou trhy v sobotu 27. března konat, vás budeme informovat prostřednictvím komunikačních kanálů města. Koncem března najdete tuto informaci na webových stránkách www.zpravyzmnisku.cz, facebookovém profilu (ikona fcb) NajimeSe a pošleme vám také smsku pomocí služby MobilníRozhlas.

Těšíme se.

Libor Kálmán

NAJÍME SE

MNÍŠEK POD BRDY



TRADIČNÍ FARMÁŘSKÉ TRHY V MNÍŠKU

27. BŘEZNA

9 - 14 hodin

NÁMĚSTÍ F. X. SVOBODY

 Mníšek pod Brdy www.najime-se.cz

Upozorňujeme, že na trzích se pořizuje foto a video dokumentace vydaná k propagaci města, na které můžeme být zachyceni.



NECHTE SE TESTOVAT NA COVID-19 V MNÍŠKU POD BRDY

TESTY PROVÁDÍ: Mobile clinic expert MCE s.r.o.

ODBĚROVÉ MÍSTO: přízemí budovy městského kulturního střediska (V Lipkách 610)

TERMÍNY: denně od 8 do 18 hodin (můžete přijít bez předchozího objednání)

PROVÁDÍ SE ODBĚRY ANTIGENNÍCH A PCR TESTŮ.

- V případě **antigenního testu** budete znát výsledek do 15 minut od odběru.
- V případě **testu PCR** se dozvíte výsledek většinou ještě týž den, nejpozději do 7:00 následujícího dne.

PRAVIDLA PRO TESTOVÁNÍ:

Testování probíhá **POUZE u bezpříznakových osob**, které:

- V posledních 90 dnech nebyly pozitivně testovány na nákazu covid-19.
- Nebyly v posledních 3 dnech testovány na nákazu covid-19 (antigenním či PCR testem)

POSTUP:

- Po online rezervaci na stránkách **www.clinicexpert.cz** se dostavte v daný termín a čas na místo odběru (přízemí městského kulturního střediska). Odběry budou provedeny i osobám bez předchozí rezervace.
- Vezměte si s sebou kartičku pojišťovny, mobilní telefon, respirátor, nanoroušku nebo alespoň dvě chirurgické roušky na sobě a dodržujte bezpečné rozestupy.
- Antigenní testy jsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění.
- PCR testy jsou hrazeny z veřejného pojištění pouze v případě, že s sebou přinesete žádanku od praktického lékaře. V opačném případě zaplatíte na místě za provedení PCR testu 1 300 Kč.





Informace z města do vašeho telefonu

Mníšek
pod Brdy



Do mníšeckého Mobilního Rozhlasu se můžete zaregistrovat na:
www.mnisek.mobilnirozhlas.cz nebo zavolejte na: **604 360 094.**



Krizové informace do vašeho telefonu



Mobilní Rozhlas

ANDELREALITY.COM – informace, jak správně prodat nemovitost.
 Poptáváme k prodeji byty, chaty a RD v Mníšku pod Brdy a okolí.
 Bohaté zkušenosti s prodejem nemovitostí v této lokalitě viz náš web.
 Vyhotovíme Vám také odhad pro dědické řízení.
 Volejte p. Nežádala 774 616 800

Provedu odborně řez ovocných a okrasných stromů, keřů,
 živých plotů apod. Tel.: 603 924 921

Provádím obklady, dlažby, poklázky, drobné zednické práce.
 Rychlé jednání, tel.: 602 223 184

Koupím zemědělské pozemky v okolí Prahy. Nabízím 50 Kč/m²
 tel.: 603 442 474



**Veterinární
ordinace**

MVDr. Irena Luxová

NOVÉ ORDINAČNÍ HODINY OD ŘÍJNA 2018

po	9-12	15-19
út	9-12	15-19
st	9-12	15-19
čt	9-12	15-19
pá	9-12	15-18
so	9-12	—
ne	—	15-18

- provádíme komplexní vyšetření krve přímo v ordinaci na počkání
- ultrazvuk, rentgen
- operační sál s inhalační anestezí
- tým zkušených lékařů a sestřiček
- těšíme se na Vás a Vaše čtyřnohé přátele

Ošetřujeme psy,
 kočky, drobné savce,
 prevence,
 specializované úkony,
 chirurgické zákroky



Adresa: Náměstí F. X. Svobody 41, Mníšek pod Brdy
 telefon: +420 737 135 426
www.vetmnisek.cz, luxova@vetmnisek.cz

SBĚRNÝ DVŮR MĚSTA MNÍŠEK POD BRDY

Nabízí tyto služby:

- objednávky kontejneru v celém mikroregionu Mníšecko
- sběr různých druhů odpadů
- odvoz odpadu po úpravách zeleně
- vyštěpkování větví a jejich svoz
- k vyzvednutí černé pytle na uložení komunálního odpadu



CELOROČNÍ PROVOZNÍ DOBA SBĚRNÉHO DVŮRA

PONDĚLÍ	ZAVŘENO	
ÚTERÝ	8.00–12.00	a 14.00–17.00
STŘEDA	8.00–12.00	a 14.00–17.00
ČTVRTEK	8.00–12.00	a 14.00–17.00
PÁTEK	8.00–12.00	a 14.00–17.00
SOBOTA	8.00–12.00	

Více informací získáte na tel.: **775 432 790** | e-mail: sbernydvur@mnisek.cz | www.mnisek.cz



MASÁŽE A REFLEXOLOGIE
RELAXAČNÍ A REGENERAČNÍ
MASÁŽE PRO UVOLNĚNÍ TĚLA I MYSLI

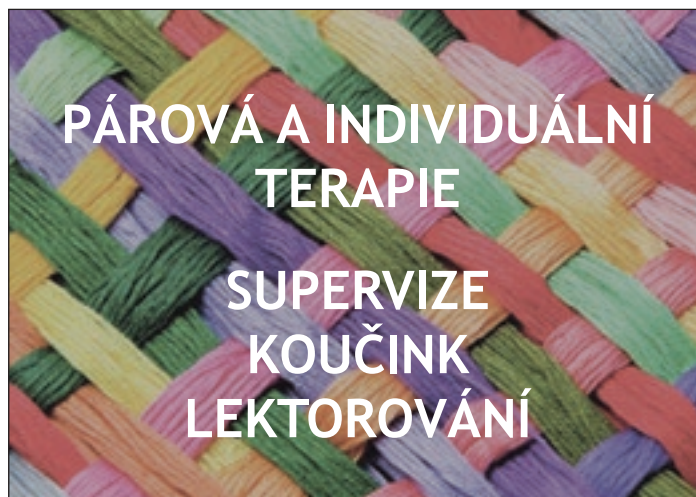
Petra Zedníčková
www.masaze-pod-skalkou.webnode.cz
telefon: 317 070 054
mobil: 608 113 066
Sluneční 1119
Mníšek pod Brdy




ADVOKÁTNÍ KANCELÁŘ
JUDr. Jiří TVRDEK

- Zastupování u soudů, úřadů
- Vymáhání pohledávek
- Smlouvy
- Rozvody
- Ověřování podpisů
- Advokátní úschovy a veškeré právní služby ve všech oblastech práva
- Realitní služby

tel.: +420 606 476 169 | e-mail: tvrdek@aktvrdek.cz | www.aktvrdek.cz
Adresa kanceláře: Komenského 1533, Mníšek pod Brdy (vedle školní jídelny).



**PÁROVÁ A INDIVIDUÁLNÍ
TERAPIE
SUPERVIZE
KOUČINK
LEKTOROVÁNÍ**

RNDr. Renata Svobodová

✉ renata.supervize@seznam.cz

☎ 724 332 551

🏠 Všenory

Vzdálenost ze Všenor:

Mníšek p. Brdy 10 km, 13 min

Praha - Zbraslav 12 km 13 min

Rudná 20km 30 min




**Komplexní péče
o váš trávník
a zahradu**

NAŠE SLUŽBY

- sečení trávníků
- sečení okrasných trávníků
- instalace a prodej robotických sekaček HUSQUARNA AUTOMOWER
- VERTIKUTACE
- hnojení a dodání živin pro Vaši zeleň
- pískování, topdressing
- ořezy a tvarování živých plotů
- stříhání okrasných keřů
- likvidace a odvoz bioodpadu
- úklid a likvidace listů
- instalace a prodej závlahových systémů firmy HUNTER
- trávníkářské poradenství
- renovace starších zahrad
- pravidelné údržby firemních areálů, sportovišť a parků

SLUŽBY PRO JEDNOTLIVCE, FIRMY A OBCE

☎ 602 11 11 03 | 602 11 11 04

www.green-garden.eu



**Minus 200?
To zahřeje!**

Máme pro vás hřejivou slevu 200 Kč po 3 měsíce na **stabilní Nordic internet na doma**. Navíc bez závazku! A ještě i Nordic TV na měsíc zdarma. To je pohoda :)

Akce platí do 31. 3. 2021.
www.nordictelecom.cz

Nordic telecom

Překvapivá volnost



Provozovna:
Průmyslová 1025
Mníšek pod Brdy

Tel.: 603 493038
318 592196
e-mail: m.slabihoudek@seznam.cz

Provádíme veškeré zemní práce včetně skládky
Stroje: CAT 442, TB 135 + kladivo, Bobek
Skládka a zpracování stavební suti
Prodej písků, štěrků, tříděného recyklátu a zeminy
Netříděný suťový recyklát zdarma
Plastové jímky a inženýrské sítě
Autodoprava: TATRA, Avia, Multikára
MAN + kontejnery
Fekál: IFA 5m³, Liaz 8 m³

Přijmeme:
- bagristu (v případě zájmu zaškolíme,
možnost získání strojního průkazu)
- automechanika
- řidiče skupiny "C"

Nabízíme slušné platové podmínky a benefity

Domov pro seniory pod Skalkou
hledá nového kolegu/kolegyni na pozici



NOČNÍ VRÁTNÝ NEBO NOČNÍ VRÁTNÁ

na 1/2 pracovního úvazku / nástup možný dohodou

V případě zájmu zašlete svůj životopis a vyplněný Dotazník pro uchazeče
na e-mail: petra.lovecka@mnisek.cz nebo na adresu: Domov pro seniory
Pod Skalkou, Petra Lovecká, Skalecké náměstí 500, 252 10 Mníšek pod Brdy.

Koupíme v Mníšku pod Brdy, Rymani nebo Stříbrné Lhotě a okolí

**Stavební pozemek vč. inženýrských sítí, Rodinný dům,
řadový dům, nebo dům před kompletní rekonstrukcí
může být i chata s číslem popisným a sítěmi.**

**NEJSME REALITNÍ KANCELÁŘ!!!
JSME PŘÍMÍ ZÁJEMCI S RODINOU.**

Kontakt:

Jan Tříška
tel.: 776 000 005
e-mail: jan.triska@jet1.cz

Edita Tříšková
tel.: 776 000 081
e-mail: editatriskova@seznam.cz



Odpady

svoz
likvidace
odpadkové koše
zanáška popelnic
kontejnery

Čištění

chodníků a ulic
strojní čištění
ruční metení
odstraňování
graffiti
zimní údržba
posypový materiál

Zeleň

zahradnické práce
sekání trávy
údržba mobiliáře
ostatní komunální
služby

HLEDÁTE PRÁCI, KTERÁ MÁ OPRAVDU SMYSL?
Do našeho kolektivu pobočky v Mníšku pod Brdy přijmeme:



Řidiče skupiny C



Závozníky



Zahradníky

KOMWAG®
Komwag, podnik čistoty a údržby města, a.s.

Volejte zdarma: 800 566 924 • E-mail: prace@komwag.cz
Perucká 2542/10, 120 00 Praha 2 • Tel.: +420 236 040 000
komwag@komwag.cz • www.komwag.cz

**Kontaktní
telefon
737 242 200**

DÍLNA MNÍŠEK



VOLEJTE 775 203 802

Opravy v domácnostech

Zednické práce
Malířské práce
Montážní práce
Služby hodinového manžela
Půjčovna náradí
a přístupové techniky

mnisek@dilnacechy.cz



**VOLEJTE
602 202 801**

Opravy střech
Opravy klempířských prvků
Opravy střešních oken
Čištění žlabů a svodů
Opravy nepřístupných míst
Montáže technologií
Havarijní a servisní práce

VOLEJTE 602 202 801
streachaservis@streachaservis.cz

Srba Servis e-shop

Nové nebo ojeté auto snadno a rychle
z pohodlí vašeho domova

Srba[®]
SERVIS
30 LET NA TRHU

Je to jednoduché

- 1 Vyberte si a objednejte vůz na našem e-shopu
- 2 Po vyřízení platby Vám vůz dovezeme **zdarma** po celé ČR
- 3 A Vy můžete z vesela jezdit

ESHOP.SRBA.CZ



BYDLÍM TU S VÁMI

Dobrý den, Roberte. Máme za sebou zajímavý rok, možná je na čase trochu bilancovat.

1) Jak byste v pár větách shrnul minulý rok z hlediska realitního trhu?

Jak víme, uplynulý rok byl poznamenán pandemií koronaviru. Ta se promítla do propadu ekonomiky a napjatá je situace i na trhu práce. Přesto se realitnímu trhu nad očekávání dařilo. Jistě tomu pomohly i obavy lidí, kteří stále vnímají nemovitosti jako bezpečnou investici. A jejich ceny tak pod tlakem poptávky dál rostly. Nový impuls dalo některým kupujícím také zrušení daně z nabytí nemovitosti a nízké úrokové sazby hypoték.

2) A jsou investice do nemovitostí opravdu stále bezpečné?

Rozhodně. I v koronavirové krizi se podle odborníků vyplatí kupovat byty jako investici. Nemovitosti jsou totiž nadále vnímány jako vhodné zajištění proti inflaci. Ideální investiční základ je byt na dobré adrese, který lze pronajímat. Právě pronájmem lze získat pravidelný měsíční příjem. Hodnota bytu může navíc v dlouhodobém období teoreticky dále růst. Zajímavé jsou také rekreační nemovitosti, kde poptávka potáhne ceny stále výše, a v neposlední řadě i investice do skladových prostor či logistického parku, která těží z přesunu retailových obchodů do tzv. on-line prostředí.

3) A jak vidíte vývoj realitního trhu v roce 2021?

Pokud bych se mohl zaměřit na oblast Prahy a středočeského kraje, kde operuji nejčastěji, předpokládám stabilizaci nebo mírný růst cen. Pro výrazný růst či pokles důvody nejsou. I vzhledem ke zdlouhavým povolovacím procesům je v této oblasti stále nedostatek kvalitních nemovitostí. Už loni se zájem obrátil k domům v okolí Prahy a trend pokračuje. Mimo Prahu táhnou nižší ceny, dostupnější doprava a občanská vybavenost obcí. Mníšek nebo Řitka byly dříve pro lidi daleko, teď tyto lokality znamenají příjemné bydlení poblíž metropole.

Se začátkem roku lidé cítí novou naději a dívají se kupředu na dobu, až covid skončí. Je to vidět i na aktuálních číslech hypoték, kdy začátek roku zaznamenal rekordních 25 miliard financovaných nemovitostí. Očekáváme, že zájem o nákup nemovitostí se nezmění, bude nadále stoupat. Při výběru budou kupující více dbát na komfort, zejména dostatek prostoru k práci z domova i možnost venkovních aktivit. Lidé si v lockdownu uvědomili, že do kvality bydlení se vyplatí investovat.

4) Jak se v minulém roce dařilo vaší kanceláři?

I přes pandemickou krizi si naše kancelář vedla velice dobře. Vzrostl počet obslužených klientů, podařilo se dotáhnout několik komplikovanějších obchodních případů, které se táhly delší dobu. Do našeho týmu jsme přivítali nové kolegy, kteří rozšířili naše pole působnosti o komerční nemovitosti. Všichni naši makléři úspěšně absolvovali Zkoušku profesní kvalifikace, která bude nově pro každého realitního makléře povinná. Jsme prostě na nový rok dobře připraveni.

5) Jaké cíle má vaše kancelář v roce 2021?

Cítíme, že naše poctivá práce se vyplácí a dostáváme se do podvědomí více a více občanů v naší lokalitě. V tom chceme určitě nadále pokračovat a naši působnost dále rozšiřovat. Jedním z našich velkých plánů pro tento rok je otevření developerské divize a spuštění našeho prvního developerského projektu, stavby rodinných domů v lokalitě Prahy-Západ. Chceme jít cestou dostupného bydlení pro mladé rodiny.

Děkuji vám za rozhovor a ať se vám daří.

**ROBERT
MACHO**

Realitní specialista
www.realitystrednicechy.cz

VAŠE FINANCE VE VAŠICH RUKOU

Dobrý den, Martine, v dnešním rozhovoru bychom chtěli našim čtenářům poradit, jak mohou účinně ochránit svůj majetek. Začneme tedy otázkou:

1) Co je to pojištění majetku?

Pojištění majetku obecně vzato zahrnuje více různých odvětví neživotního pojištění. Nicméně když se podíváme na konkrétní produkty, které pojišťovny nabízejí, pod pojmem pojištění majetku nalezneme v jejich nabídkách pojištění domu, bytu, chaty a chalupy nebo vybavení domácnosti. Budeme-li tedy hovořit o pojištění majetku v tomto užším slova smyslu, patří sem především pojištění domácnosti a pojištění nemovitosti. Pojištěním nemovitosti je kryta nemovitost jako taková se všemi stavebními součástmi. Pojištění domácnosti pak chrání před vznikem škod na vnitřním vybavení bytu, jako je nábytek, koberce, elektronika nebo oblečení. Důležitým pojmem, se kterým se setká každý, kdo si bude chtít pojišťovat domácnost nebo nemovitost, je pojistná částka. Zapisuje se do pojistné smlouvy a udává sjednanou hodnotu pojištěného majetku. Slouží jednak jako horní hranice pojistného plnění, které pojišťovna vyplatí v případě, že dojde ke vzniku škody na majetku. Zároveň se z ní vypočítává výše pojistného.

2) Jak tedy stanovit pojistnou částku například na pojištění rodinného domu a domácnosti, aby to bylo správně?

V případě pojištění domácnosti je třeba sečíst hodnotu všech věcí, které uvnitř bytu či domu máme. V případě nemovitosti je třeba odhadnout takovou cenu, za kterou by bylo v dané lokalitě a v dané době možné pořídit stejnou nemovitost, pokud by došlo k jejímu zničení. Je důležité myslet na to, že i po sjednání pojistné smlouvy je třeba se o svou pojistku dál starat a udržovat ji v souladu s realitou. Ceny nemovitostí většinou v dlouhodobém časovém horizontu setrvale rostou, a pokud jsme si kdysi pořídili byt za milion korun, dnes již je jeho cena určitě mnohem vyšší.

3) Je tedy potřeba pojistnou částku na nemovitost a domácnost aktualizovat?

Ano, přesně tak. Bohužel se ve své praxi často setkávám s tím, že většina lidí má své pojistné smlouvy třeba tři roky neaktualizované. Pojistná částka pak neodpovídá realitě, je příliš nízká a hrozí tzv. podpojištění. Například pokud má klient sjednané pojištění nemovitosti s pojistnou částkou 3 miliony korun, avšak reprodukční hodnota této nemovitosti stanovená pojišťovnou činí 4,5 milionu korun, jedná se o podpojištění. V případě pojistné události pak však klient nedostane 3 miliony korun, ale částku nižší, kterou pojišťovna vypočte s ohledem na podpojištění. To samé platí i o pojištění domácnosti, jelikož soubor věcí tvořících její vybavení se také stále rozšiřuje a obnovuje.

4) Co vše si dnes můžeme pojistit v rámci pojištění nemovitosti a domácnosti?

Pojistit si můžeme rodinný dům, bytovou jednotku, chatu i chalupu, bytový dům s více byty – a to jak objekty samotné, tak jejich vybavení. S majetkovými pojistkami se velmi často připojišťují také odpovědnostní pojištění. Ptáte-li se na konkrétní rizika, proti kterým se lze pojišťovat, pak jsou to všechna rizika známá jako živelní – tedy způsobená přírodními živly – dále rizika odcizení a vandalismu, povodně a záplavy, nárazu vozidla či pádu letadla a další.

5) V minulé odpovědi jste zmínil pojištění odpovědnosti. Co si pod tímto pojmem můžeme představit?

Odpovědnostní pojištění nás chrání před finančními dopady škod, které my způsobíme někomu jinému, a to jak na majetku, tak na zdraví. Pojištění odpovědnosti v občanském životě se může hodit, když například váš pes někoho pokouše nebo vaše dítě v obchodě něco rozbije. Při pojištění odpovědnosti z provozu nemovitosti za vás uhradí pojišťovna újmu, kterou způsobíte třetí osobě například jako majitel domu.

6) A máte pro nás nějakou užitečnou radu na závěr?

Určitě. V souvislosti s majetkovými pojistkami mne jich napadá hned několik. Za prvé bych doporučoval zkontrolovat si u své smlouvy, zda máme sjednané pojištění odpovědnosti. Pokud ne, tak bych určitě doporučil toto si připojistit, a to s pojistnou částkou vyšší než milion korun. Zejména pojištění odpovědnosti z držby nemovitosti je velice důležité. Za druhé bych těm, kdo pronajímají byt, doporučil mít sjednané také pojištění odpovědnosti nájemníka a nájemce. No a za třetí praktická rada: je dobré uchovávat si účtenky a dražší movité věci mít vyfocené. To se vyplatí především v případě, kdy dojde k jejich krádeži a vy tak budete mít v ruce důkaz pro pojišťovnu.

Děkuji vám za rozhovor.

Redaktor: **Bc. Hana Vrbová**



**MARTIN
ŠILHAVÝ**

Ekonomický poradce
www.martinsilhavy.cz

Jaro je tady, hurá na kolo!

