DOBŘEJOVICKÝ ZPRAVODAJ

č. 9 / 2022
ZÁŘÍ

ÚVODNÍK

Milí Dobřejováci,

prázdniny jsou už za námi a já věřím, že jste si je užili ve zdraví a pohodě.

Mám velkou radost, že se nám podařilo získat dotaci ve výši téměř 5 milionů korun na připravený projekt chodníků a zastávek na Košumberku. V průběhu prázdnin jsme již zahájili kroky k výběru dodavatele s cílem zrealizovat tuto stavbu do poloviny příštího roku.

Další dobrou zprávou je, že jsme obdrželi dotaci na protipovodňová opatření a systém včasného varování, které budeme realizovat ještě do konce roku 2022.

V srpnu byla dokončena plánovaná oprava povrchu v ulici Sportovní, kde bylo doplněno i chybějící veřejné osvětlení.

Blíží se termín voleb do obecního zastupitelstva, v nichž máte opět po čtyřech letech možnost přímo ovlivnit budoucí směřování obce. Letos se o Vaši přízeň bude ucházet rekordní počet čtyř uskupení, jejichž představení, plány a případně programy naleznete uvnitř zpravodaje. Mnohokrát jsme se přesvědčili, že v předvolebním čase je důležité si informace o to důsledněji ověřovat a nenechat se nalákat na laciné předvolební sliby a dezinformace.

Přeji si, aby vaše účast u voleb byla co největší a společně jsme si zvolili zodpovědné vedení na následující období. Přijďte prosím k volbám 23. a 24. září, protože právě Váš hlas může rozhodnout.

váš starosta
Martin Sklenář



Nová pětimilionová dotace umožní výstavbu chodníků a zastávek na Košumberku

V horní části Dobřejovic dlouhodobě chybí autobusové zastávky a návazná infrastruktura pro pěší. Obec na ně získala dotaci, a tak je již znám termín jejich výstavby.

Vybudování autobusových zastávek Dobřejovice, Košumberk mělo dobřejovické zastupitelstvo v plánu již několik volebních období. *„Po předchozím vedení jsme tento záměr přebrali ve chvíli, kdy obec v tomto místě neměla vůbec žádné pozemky,“* popsal starosta Martin Sklenář. *„Nechali jsme si od projektanta zpracovat několik možných variant řešení a začali jednat s majiteli pozemků o odkupu,“* dodal. Obci se během necelého roku podařilo od čtyř majitelů vykoupit 1189 m^2 pozemků za celkovou cenu pouhých 29 500 korun.

Následovaly práce na projektu a na získání stavebního povolení. *„Po jeho obdržení jsme na Státní fond dopravní infrastruktury podali žádost o dotaci,“* řekl místostarosta Jan Chvátal. V červenci letošního roku schválil výbor fondu příspěvky pro 153 projektů z celkem 382 podaných. *„Mám obrovskou radost, že jsme mezi těmi čtyřiceti procenty úspěšných žádostí a že se nám podařilo dotaci v celkové výši okolo 4,8 milionu korun získat. Tím spíše, že po negativních zkušenostech s dotačními firmami jsme psali žádost sami a uspořili tak obci další nemalé prostředky,“* řekl místostarosta Chvátal.

Vás jistě ale nejvíce zajímá, kdy nové autobusové zastávky, přechody pro chodce, navazující chodníky k ulici U Křížku a Horní či stezka napojující se na dosavadní cyklostezku budou hotové. Vedení obce neztrácí čas, a tak na srpnovém zastupitelstvu byla vyhlášena veřejná zakázka na zhotovitele této stavby v celkové hodnotě okolo 7,5 milionu korun. Vítěznou stavební firmu vybere nově zvolené obecní zastupitelstvo na svém ustavujícím zasedání v druhé polovině října. Stavba bude moci začít ihned po ukončení zimní údržby komunikací v březnu příštího roku. Měla by trvat nejdéle 90 dní a skončit do 30. 6. 2023. Pokud se vše podaří podle plánu, tak v září příštího roku by autobusy mohly zastavovat na nových zastávkách.

„Bohužel se tuto veřejně prospěšnou stavbu snaží zablokovat místní spolek Za naše Dobřejovice pod vedením bývalého starosty Kappela. Přiznám se, že nejsem schopen vůbec pochopit, čeho chce dosáhnout,“ posteskl si starosta Sklenář. Právní zástupce spolku zaslal zastupitelům dopis, v němž je informuje o spolkem podané žalobě na Městský úřad v Říčanech, usilující o zrušení společného povolení na danou stavbu z důvodu údajné nezákonnosti a vyzývá obec, aby nečinila žádné další kroky do rozhodnutí soudu s odůvodněním, aby obci nebo zhotoviteli nevznikla případná újma.

„Obec má pravomocné stavební povolení a dotaci, kterou musí do konce roku 2023 vyčerpat. Budeme činit všechny kroky k výstavbě, tím nikomu žádná újma nevznikne. Naopak činností pana Kappela se v krajním případě může stavba zpozdit a obec by mohla o významnou dotaci přijít,“ uzavřel místostarosta Chvátal.

■ *Milan Hulínský*



CO SE DĚJE NA OBECNÍM ÚŘADU?

Chodníky a přechody na Čestlické jsou hotové

Širší chodníky, nové přechody, semafor a opravená dešťová kanalizace na Čestlické ulici jsou po třech letech příprav a třech měsících stavebních prací hotové.

Tuto z pohledu bezpečnosti chodců velmi důležitou stavbu dokončila stavební firma v plánovaném termín koncem června. *„Stavba zatím funguje ve zkušebním provozu, ve kterém jsou odstraňovány drobné nedodělky a doladěujeme nastavení semaforu či nových lamp veřejného osvětlení,“* uvedl starosta Martin Sklenář. Chystá se ještě úprava okolích ploch - tedy zavezení novou zeminou a dosetí travou. To totiž zatím vhledem k suchému počasí nebylo možné udělat.

„Pokaždé, když teď tímto místem procházím, užívám si dostatečnou šířku chodníku. A vzpomínám na to, jak jsme se zde dříve museli opatrně protahovat s kočárkem mezi sloupem a silnicí, nebo složitě vyhýbat s chodci jdoucími v protisměru. Z výsledku mám opravdu radost,“ připomněl místostarosta Jan Chvátal.

Stavba byla komplikovaná hlavně kvůli potřebě vyměnit poškozenou dešťovou kanalizaci pod chodníkem a množstvím inženýrských sítí, které bylo třeba najít a vyhnout se jim. *„Taková stavba, navíc vedle tak rušné silnice, nejde udělat přes noc. Všem bych vám chtěl poděkovat za trpělivost, se kterou jste snášeli nutná omezení související se stavbou,“* dodal starosta Sklenář.

V průběhu září proběhne kolaudace stavby a následné vyúčtování dvou dotací ve výši takřka čtyř milionů korun, které na tuto akci obec získala.

■ *Milan Hulínský*













CO SE DĚJE NA OBECNÍM ÚŘADU?

V ulici Sportovní je nový povrch a osvětlení

Ulice Sportovní se dvacet let po svém vybudování konečně dočkala veřejného osvětlení. Opravena také byla propadlá dlažba na většině komunikace.

Dlouholeté problémy ve Sportovní ulici byly způsobeny nedořešením vlastnických vztahů po výstavbě bytových domů v roce 2000. Teprve před dvěma lety se obci podařilo s developerem domluvit převod pozemků včetně silnice na obec.

Následně obec musela vyřešit řadu problémů, které se v této části nahromadily. Především byly propadlé části vozovky v důsledku nedostatečného hutnění při výstavbě kanalizace. Nerovnosti a kanály vyčnívající přes pět centimetrů z vozovky začínaly být nebezpečné. Navíc celá komunikace sjížděla po svahu dolů, kde ničila plot sousedního rodinného domu. V celé ulici také chybělo veřejné osvětlení.

„Jsem moc rád, že se nám v průběhu letních prázdnin podařilo tyto vleklé problémy vyřešit,“ uvedl starosta Martin Sklenář. Obcí vybraná stavební firma rozebrala dlažbu v takřka celé ulici, povrch pod ní zhutnila a vyrovnala. Ve spodní části ulice vybudovala betonovou opěrnou zídku a vedle ní rozšířila chodník vedoucí pod spodním bytovým domem k ulici Košumberk. Pracovníci stavební firmy také natáhli pod silnicí nové kabely veřejného osvětlení a připravili místo pro umístění čtyř lamp s úspornými LED svítidly. Nakonec dlažbu vrátili zpět a poškozené kusy nahradili novými.

„Firma vše stihla dokončit před termínem. Věřím, že výsledek okolobydlícím bohatě vynahradí krátkodobá omezení v důsledku stavby,“ uzavřel starosta.

■ *Milan Hulínský*





Výměna svítidel bude stát o půl milionu méně

Zastupitelstvo obce vybralo firmu, která vymění svítidla veřejného osvětlení za úsporná. Vítězná cenová nabídka je o půl milionu levnější, než se původně předpokládalo.

Projekt je motivován především možnou úsporou elektrické energie. To je důležité hlavně v době prudce se zvyšujících cen energií. *„Náklady na výměnu svítidel budou mít díky získané dotaci a úspoře elektřiny návratnost okolo tří let. Proto jsme se rozhodli uskutečnit tuto akci co nejdříve,“* uvedl místostarosta Jan Chvátal.

Obec v polovině června vyhlásila veřejnou zakázku na zhotovitele těchto prací. Výzva k podání nabídek byla zveřejněna elektronicky na tzv. profilu zadavatele a napřímo bylo navíc obesláno sedm firem. Nabídku nakonec podaly dvě společnosti. Hodnotící komise a následně i zastupitelstvo vybralo nabídku společnosti ELTODO OSVĚTLENÍ, s.r.o., která nabídla nejnižší cenu ve výši 2,289 mil. Kč bez DPH.

„Podání nabídek více firem nejspíše bránil náš požadavek na rychlou instalaci i velké nároky, které na budoucí svítidla klademe. Protože jsme nakonec vybrali kvalitní svítidla s desetiletou zárukou, navíc s úsporou přes půl milionu korun, jsem s výsledkem veřejné zakázky spokojený,“ zhodnotil místostarosta Chvátal.

Výměna svítidel bude probíhat postupně v celé obci (mimo ulice Nad Robotou, U Sadu, Okružní a Sportovní) a skončí ještě letos.

■ *Milan Hulínský*

VÝZVA

Výměnu svítidel komplikují na mnoha místech v obci větve, které z okolních pozemků přerůstají k lampám a mnohdy je zcela obklopují. Pokud je to i případ vašich stromů a keřů, žádáme vás o ořezání přesahujících větví v průběhu měsíce září tak, aby se dalo bez překážek dostat k lampě a svítidlo ze stran ani zepředu nic nezastiňovalo. Děkujeme.

43. ŘÁDNÉ ZASEDÁNÍ ZASTUPITELSTVA OBCE

Poslední zastupitelstvo v tomto funkčním období proběhne ve čtvrtek 8. 9. 2022 od 18:00 v zasedací místnosti obecního úřadu. Zasedání bude opět vysíláno také na facebookovém profilu Obec Dobřejovice.



KRÁTCE ZE ZASTUPITELSTVA

Zastupitelstvo schválilo smlouvu se společností ČEZ Distribuce o provedení přeložky kabelu vysokého napětí, vyvolané plánovanou výstavbou autobusové zastávky na ulici Košumberk. Plánované celkové náklady přeložky jsou 687 479 Kč bez DPH, z toho by obec měla dle smlouvy platit 88,34%. Přeložka je vyvolaným nákladem a je součástí dotace SFDI, z dotace tedy bude uhrazena valná většina nákladů.

Obec byla úspěšná se svou žádostí o dotaci ve výši 656 539 Kč na zpracování nového elektronického povodňového plánu, umístění automatického měření průtoků Dobřejovického potoka a na pořízení sirény. V současné době obec připravuje vyhlášení výběrového řízení na zhotovitele.

DOPISY A NÁZORY

Poděkování

Před více než dvanácti lety jsem zvažoval podnět tehdejší paní starostky zapojit se do práce zastupitelstva a kandidovat ve volbách v roce 2010. Jsem rád, že jsem se rozhodl tuto výzvu vyslyšet a získat podporu od voličů. Za ta léta jsem poznal nemálo skvělých dobřejovičáků a přispět tím, co jsem pokládal za dobré, počínaje založením a v prvních čtyřech létech provozováním Dobřejovického zpravodaje, který vychází dodnes.

Nyní mne bohužel možnosti a okolnosti nedovolují v této práci pokračovat. Všem za podporu a součinnost děkuji. Věřím, že nově zvolení zastupitelé budou pracovat s nemenším nasazením a že je, jako tomu bylo i v předcházejících volebních obdobích, dobřejovičáci plně podpoří. Přeji všem hodně úspěchů a pevné zdraví.

■ *Mgr. Martin Čmolík*

Strategická chyba

Neomluvitelné selhání vedení obce a zastupitelstva

Úmyslným nekonáním zastupitelstva obce s Arcibiskupstvím pražským přišla obec o možnost získat 18.545 m² dnes již bývalého církevního sadu, 1.305 m² zahrady a špýchar. Následně církev prodala společnosti se stejným majitelem i dobřejovický zámeček. Tvrzení, že církev údajně nechtěla s obcí komunikovat neobstojí. O tomto postoji církve nikdy zastupitelstvo nebylo informováno. Rovněž tvrzení, že jednání o zámečku podmiňovala církev úpravami územního plánu je podivné ve světle toho, že zámeček prodala subjektu, který územní plán nemůže ovlivnit.

Když nekonalo vedení obce, mělo konat zastupitelstvo.

Už za minulého vedení zastupitelstva byly na schválené studii prokázány široké možnosti využití zámečku pro aktivity sloužící obyvatelům Dobřejovic. A přístup Arcibiskupství (dnes už asi bývalý největší vlastník nemovitostí v obci) k jednání s obcí byl velmi vstřícný. Současnému vedení obce využití zámečku zřejmě nepasuje do " Vize". Kdo za tímto postojem obce stojí a komu to přinese prospěch?

Je to trestuhodné. Připomeňme si naše zastupitele v DZ č.7-8/2022 str.4.

■ *Dudek Josef*

Nikoli chyba, ale logika

Rád bych uvedl na pravou míru některá tvrzení z předchozího příspěvku.

- Arcibiskupství prodalo Špýchar i přilehlý sad bez vědomí obce. Dozvěděli jsme se o tom až následně při kontrole údajů v katastru nemovitostí. Ještě v roce 2019 tvrdilo Arcibiskupství, že špýchar ani přilehlý pozemek nemůže a nechce obci prodat.
- Na prodej nemovitosti je nutná vůle dvou stran. Ta ze strany Arcibiskupství nebyla a obec samozřejmě musí názor vlastníka respektovat. I když se nám prodej bývalých církevních nemovitostí nedávno vzniklému s.r.o. nemusí líbit, je to otázka interní politiky Arcibiskupství.
- Zmiňovaná studie využití zámečku, schválená minulým zastupitelstvem, počítala mimo jiné s naprosto zbytečným přesunem obecního úřadu ze stávajících vyhovujících prostor.
- Prostorové podmínky historické stavby neodpovídají potřebám obce (velký kulturní sál, prostory pro sport či restauraci…). Zámek nabízí jen řadu malých prostor s omezenou využitelností.
- Zámek má zásadní stavební problémy (vlhkost, krov). Koupě či pronájem a následné oprava a provoz památkově chráněné budovy by byly extrémně finančně náročné.

Proto jsme po zhodnocení všech plusů a mínusů rozhodli se zapojením veřejnosti a zastupitelstva zajistit prostory pro veřejnou vybavenost v nových a opravených obecních budovách na návsi.

■ *Jan Chvátal, místostarosta*

INZERCE

Obecní úřad Modletice
Modletice čp. 6
251 01

PRONÁJEM LÉKAŘSKÝCH ORDINACÍ

Obec Modletice nabízí k pronájmu v nově zrekonstruovaném a zkolaudovaném lékařském domě prostory pro výkon soukromé praxe praktického lékaře pro dospělé a praktického lékaře pro děti a dorost.

K pronájmu nabízíme 2 ordinace.

Ke každé ordinaci patří čekárna, WC pro pacienty, WC pro personál, denní místnost pro personál a úklidová místnost. Parkování přímo u lékařského domu.

Ordinace budou k dispozici od listopadu 2022.

Zájemci neváhejte nás kontaktovat na e-mail: obec@modletice.cz nebo na tel. čísle 725 021 855.

Allianz

Postarám se o vás

S odbornou péčí a přátelským přístupem pomáhám rodinám a firmám v oblasti pojištění, spoření a úvěrů.

Moje Auto · Můj Domov · Životní pojištění · Cestovní pojištění
Penzijní spoření · Stavební spoření · Hypotéky a úvěry · MojeFirma

Markéta Šmídová
Nad Rybníkem 54, Herink

+420 728 879 458
marketa.smidova@iallianz.cz
www.allianz.cz/marketa.smidova

VOLBY DO OBECNÍHO ZASTUPITELSTVA

Volby do zastupitelstva jsou již 23. a 24. září

Volby do zastupitelstva obce Dobřejovice jsou již za dveřmi. O vaše hlasy se v nich bude ucházet čtveřice sdružení nezávislých kandidátů. Přinášíme vám základní informace o tom, jak budou volby probíhat.

Právo volit do zastupitelstva má státní občan ČR, který alespoň druhý den voleb dosáhl věku nejméně 18 let a je v den voleb v obci přihlášen k trvalému pobytu. Pokud tedy v Dobřejovicích žijete, ale nemáte zde nahlášen trvalý pobyt, volit zde nemůžete. K trvalému pobytu se lze přihlásit na Obecním úřadu Dobřejovice vyplněním jednoduchého ohlašovacího lístku. K tomu je nutný souhlas majitele nemovitosti, nebo nájemní smlouva.

Volit dále mohou občané Evropské unie s přechodným či trvalým pobytem v naší obci, kteří alespoň druhý den voleb dosáhnou věku nejméně 18 let. Občan jiného členského státu EU, který doposud nepožádal o zápis do dodatku stálého seznamu voličů a hodlá volit v obecních volbách, musí požádat o zápis nejpozději ve středu 21. září 2022 do 16:00, tj. do uzavření dodatku stálého seznamu voličů. Žádat lze písemně či osobně v úředních hodinách na obecním úřadu.

U těchto voleb můžete volit pouze v místě trvalého bydliště, není tedy možné zažádat o volič. průkaz a volit v jiné obci.

Informace o způsobu hlasování najdete přehledně uvedené vpravo. Na následujících čtyřech stranách vám své kandidáty a program představí všechny čtyři dobřejovické volební strany - tedy v našem případě sdružení nezávislých kandidátů.

Těšíme se na viděnou ve volební místnosti a přejeme vám šťastnou ruku při výběru osobností, které další čtyři roky povedou obec. ■ *Milan Hulínský*

INFORMACE K HLASOVÁNÍ

- Komunální volby se konají v pátek 23. září 2022 od 14:00 do 22:00 a v sobotu 24. září 2022 od 8:00 do 14:00.
- Volební místnosti je na obecním úřadu na adrese Na Návsi 26.
- Volební lístek dostanete dopředu do vaší poštovní schránky, k dispozici budou také ve volební místnosti.
- S sebou si vezměte občanský průkaz nebo cestovní pas.
- Je jeden volební lístek se všemi stranami a kandidáty.
- Nekroužkuje se, ale křížkuje!
- Každý volič má tolik hlasů, kolik členů má zastupitelstvo (tedy 9).
- Volební systém umožňuje rozdělit hlasy mezi kandidáty z více stran. Volič může zakřížkovat buď celou stranu, nebo jednotlivé kandidáty z různých stran podle svých osobních preferencí.
  - **Strana:** Volič křížkem označí čtverec vedle názvu strany na hlasovacím lístku, pro kterou se rozhodl. Tím kandidáti strany dostávají jeho 9 hlasů.
  - **Jednotliví kandidáti:** Volič pomocí křížků vedle jím vybraných jmen (zde může vybírat z více stran) rozdělí maximálně 9 hlasů.
  - **Kombinace:** Volič vybere jednu stranu a následně například čtyři kandidáty jiných stran. Hlasy dostanou jednotliví kandidáti. Zbývající hlasy (v příkladu 9 - 4 = 5) získají kandidáti vybrané strany dle pořadí, v jakém jsou na kandidátce zapsáni.

INZERCE



VOLBY DO ZASTUPITELSTVA OBCE- KANDIDÁTKA Č.1



DOBŘEJOVÁCI

Společně zlepšujeme život v Dobřejovicích



Jan Chvátal
místostarosta obce Dobřejovice, lídr SNK Dobřejováci

Milí sousedé! Čtyři roky od minulých voleb do zastupitelstva uplynuly a vy opět rozhodujete, kdo nadále povede naší obec.

Když si vybavím, v jaké atmosféře probíhaly minulé volby, nejde si nevzpomenout na články ve zpravodaji plné osobního napadání, či emotivní jednání tehdejšího zastupitelstva, petice a referenda, ve kterých jsme se dožadovali toho, aby tehdejší vedení obce jednalo v souladu s přáními nás - dobřejovických občanů.

Po volbách v roce 2018 se situace v Dobřejovicích zásadně zlepšila. Obec získala nové vedení, na kterém jsme se podíleli také my, „Dobřejováci". V zastupitelstvu jsme získali dva hlasy a já jsem navíc měl tu šanci každodenně pro vás pracovat na pozici místostarosty.

Společně se nám za čtyři roky podařilo dát obec do pořádku. I díky vašemu zapojení například vznikla strategie, jak by obec měla za deset let vypadat. Dokázali jsme také rozšířit nebezpečně úzký chodník na Čestlické, vykoupit a opravit ulici Sportovní či získat tři budovy v centru obce pro budoucí rozvoj. Postavili jsme nové cesty, vysadili nové stromy a dokončili mnoho dalších záměrů. Pracovali jsme na tom, aby Dobřejovicemi projíždělo co nejméně aut co nejbezpečněji. A pro obec jsme také získali přes 12 milionu korun dotací.

Do dalších čtyř let kandidujeme s jasnou vizí, co všechno chceme v Dobřejovicích vylepšovat. A se zkušenostmi z minulých let, které dokazují, že tyto plány jsme schopni naplnit.

Na závěr mám na Vás velkou prosbu: ať už se rozhodnete volit kohokoli, přijďte prosím k volbám! Jinak se vzdáváte možnosti ovlivnit budoucnost Dobřejovic na řadu let dopředu.

To nejdůležitější z našeho volebního programu

Do dvou let:

- Opravíme a dostavíme budovu u fotbalového hřiště. V ní bude nová hospoda, zázemí pro fotbalisty a prostory pro volnočasové a sportovní aktivity.
- Postavíme tolik potřebné nové chodníky, přechody, autobusové zastávky na horní části ulice Košumberk.
- Snížíme spotřebu elektřiny placené z obecního rozpočtu na polovinu.

Do čtyř let:

- U fotbalového hřiště vybudujeme nové multifunkční a dětské hřiště, cvičební prvky, parkoviště, chodníky a vysadíme novou zeleň.
- Místo opuštěné budovy na návsi vybudujeme nový objekt s poštovní pobočkou, ordinacemi, službami, byty, knihovnou a komunitním centrem.
- Připravíme projekty na výstavbu nové budovy s restaurací a velkým společenským a kulturním sálem na místě stávající pošty a také na opravu a přestavbu budovy obecního úřadu.
- Připravíme projekt na úpravu veřejných prostranství na návsi, včetně přeložky silnice.
- Budeme pokračovat ve vysazování nových stromů a zlepšování péče o zeleň.

Celý volební program najdete na www.dobrejovaci.cz

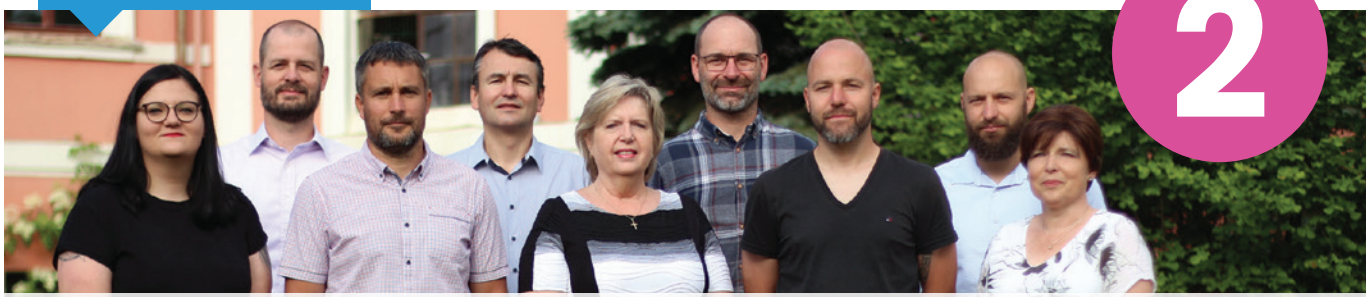
1	**Ing. Jan Chvátal** místostarosta Dobřejovic 43 let, z ulice Slepá
2	**Ing. Aleš Kotrbatý** vedoucí provozu 26 let, z ulice Nad Hliníkem
3	**Ing. Josef Lát** předseda představenstva 50 let, z ulice Čestlická
4	**Bc. Tomáš Kleiner** provozní ředitel 37 let, z ulice V Porostlým
5	**Ing. Milan Pospíšil** akustický technik 47 let, z ulice U Křížku
6	**Lenka Richtrová** účetní 39 let, z ulice Košumberk
7	**Václav Medřický** důchodce 69 let, z ulice Slepá
8	**Ing. Jozef Papp** manažer 52 let, z ulice Žitná
9	**Jiří Zeman** živnostník 66 let, z ulice Na Průhoně

Kontakty

web: *www.dobrejovaci.cz*
mail: *info@dobrejovaci.cz*
tel: *603 289 057*
facebook.com*/dobrejovaci*

VOLBY DO ZASTUPITELSTVA OBCE - KANDIDÁTKA Č.2

Jsme tu s vámi...



2

Sdružení nezávislých kandidátů

MODERNÍ DOBŘEJOVICE

...jsme tu pro vás



Martin Sklenář 44 let

starosta



Pavla Mikušková 58 let

úřednice,
předsedkyně kulturní komise,
zastupitelka



Martin Joza 46 let

OSVČ,
předseda finančního výboru,
zastupitel



Ladislav Bezouška 46 let

podnikatel,
člen povodňové komise,
zastupitel



Ilona Reimannová 56 let

manažerka



Markéta Zdeňková 33 let

zdravotní laborantka,
kronikářka obce



Jiří Brabec 41 let

OSVČ



Tomáš Kubíček 39 let

OSVČ,
trenér mládeže FK Dobřejovice



Jan Hajný 46 let

obchodní manažer

ROZHLÉDNĚTE SE KOLEM SEBE A POSUĎTE, CO VŠE SE ZA POSLEDNÍ ČTYŘI ROKY V DOBŘEJOVICÍCH UDĚLALO.

Jsme připraveni pokračovat v naší dosavadní práci a společně s Vámi vytvořit v Dobřejovicích kvalitní místo pro život.

Co se nám již podařilo:

- Nákup klíčových nemovitostí v centru obce
- Rozšíření chodníků a nový přechod pro chodce v ul. Čestlická
- Vybudování pěších a cyklostezek do okolních obcí
- Okružní křižovatka na Herink
- Zamezení výstavby betonárny
- Příprava projektu rekonstrukce budovy u hřiště s novou restaurací
- Zpracování Strategického plánu obce
- Zajištění míst v ZŠ Čestlice

Co nás čeká:

- Provedení rekonstrukce budovy u hřiště s kvalitní restaurací
- Vybudování zastávek a chodníků v ul. Košumberk
- Realizace opatření ke zklidnění dopravy na návsi
- Vybudování domu služeb s obecními byty
- Výstavba společné ZŠ s obcí Čestlice
- Revitalizace Dobřejovického potoka
- Dobudování protihlukových valů
- Dokončení pěších a cyklo stezek okolo obce

... a mnoho dalšího

Dokončené, právě realizované, a plánované projekty naleznete na internetových stránkách obce www.dobrejovice.cz

PŘIJĎTE K VOLBÁM 23. a 24. září 2022

váš hlas může rozhodnout

modernidobrejovice.cz

VOLBY DO ZASTUPITELSTVA OBCE - KANDIDÁTKA Č.3


Anežka Charvátová


Pavel Brotánek


Zbyněk Kudláček


Jaroslav Hájek


Štěpán Petrunčík


Vladimír Cirek


David Pšenička


Kateřina Krejčí


Julie Gutová

ZSD
#NENINAMTOJEDNO

DEVĚT LIDÍ Z DOBŘEJOVIC. RODÁCI A TI, KTEŘÍ TU BYDLÍ SKORO CELÝ ŽIVOT S RODINAMI, KTERÉ ZDE PODNIKAJÍ, ZNAJÍ SE, POMÁHAJÍ SI A #NENIJIMTOJEDNO!

- I nadále se chceme podílet na rozvoji obce a spolurozhodovat o její budoucnosti
- Zapojit se do komisí a výborů
- Vyslechneme Váš názor a budeme se snažit najít to nejlepší řešení
- Podpoříme práci všech spolků v obci, stávající i nové obecní a spolkové akce, rekonstrukci budovy na hřišti včetně zázemí a restaurace
- Zeleň a její údržba nám není lhostejná
- Nejsme pro rozšiřování stávajícího zastavěného území obce

#NENINAMTOJEDNO
A VÁM?

VÍCE O NÁS NA
WWW.FACEBOOK.COM/ZASLUSNEDOBREJOVICE

VOLBY DO ZASTUPITELSTVA OBCE – KANDIDÁTKA Č.4

SPOLEČNĚ, ALE JINAK


Jiří Kappel


Dagmar Hloušková


Zbyněk Škvára


Alina Cupiková

Společně s Vámi chceme vytvářet obec, která svým vzhledem, prostředím a atmosférou, bude příjemným místem k životu. Nechceme, aby v jejím centru zeleň nahradily předimenzované nepotřebné stavby, parkoviště a asfalt. Tyto nápady mohou také obec ekonomicky zruinovat! Chceme aby se do obce vrátil společenský život a rozvíjely se vztahy mezi našimi spoluobčany

Uděláme to jinak, dáte-li nám důvěru a dostatek hlasů:

- zastavíme projednávání změny územního plánu, které vytváří podmínky pro zabetonování návsi. Z centra obce ***vytvoříme klidný zelený prostor pro setkávání***, vybavený městským mobiliářem, drobnými architektonickými prvky, s dětskými hřišti. Pokusíme se s novým majitelem dominanty obce, Dobřejovického zámečku, návazně na jeho záměr s jeho využitím, o zapojení alespoň jeho části do života obce.

- budeme řešit ***zklidnění dopravy*** nikoliv mluvením a květináči, ale vrátíme se ke dříve schválenému projektu, který již mohl být realizován. Zahodíme návrh na obkroužení návsi ulicí, plné pomalu jedoucích aut. Pokud je kruhák v centru pro řadu občanů neskousnutelný, zvážíme, zda je lepší zachovat stávající uliční čáry. V centru zúžíme Čestlickou, získaný prostor využijeme pro chodníky a zeleň.

- ***uděláme vše pro zamezení výstavby komerčních zón*** v okolí, které by do obce přivedly další stovky aut. Konkrétně jde o obchodní zónu podél D1 a další, podmíněnou výjezdem na Říčanskou v Průhonicích. Jednání o zóně podél D1, kterou zastavil ústavní soud, Čestlice znovu otevřely. Tyto projekty měly a mají podporu dnešního vedení obce.

- ***nepřipustíme další zhoršování stavu Mlýnského rybníka.*** Výše zabahnění umožňuje ptákům prakticky chodit po hladině, ale neumožňuje chov kvalitních ryb ani jiné aktivity. Základním předpokladem pro jeho vyčištění a kultivaci jeho okolí je vyřešení majetkových vztahů. Je nejvyšší čas!

- jednou z priorit je ***zprovoznění hospody na hřišti***, kterou stávající vedení obce nechalo zavřít. Obec s více jak 1.200 obyvateli nemá hospodu! Schválená studie chce objekt výrazně rozšířit a zásadně předělat. Tento záměr nemá šanci být v příštím roce hotov. Protože objekt je již napojený na sítě, nic nebrání tomu najít nájemce a hospodu, zatím v omezeném režimu rychle otevřít. Současně připravíme komplexní rekonstrukci budovy, tzn. přestavbu restaurace a vybudování kvalitního zázemí pro fotbal. ***Cíl – ukončit rekonstrukci do podzimu příštího roku.***

- zvýšíme ***podporu stávajícím spolkům v obci***, tak, aby se jejich činnost vrátila min. na úroveň před covidem. Přivítáme a podpoříme i nové aktivity, které by ve svém souhrnu měly vést k většímu zapojení lidí do života obce a tím i prohloubení vztahů mezi sousedy a k obci.

- ***vrátíme nezávislost Dobřejovickému zpravodaji***; přestane být předraženým reklamním plátkem vedení obce

- považujeme stávající plochy určené pro výstavbu domů nebo jiných objektů v obci za maximální, nebudeme je dále rozšiřovat. Výjimku může tvořit pouze naléhavá potřeba výstavby pro občanskou vybavenost.


Lukáš Král


Jana Součková


Štěpán Mráz


Doycho Tolbuhinov

Podrobnější informace o fungování obce a jak ho chceme změnit najdete na

www.zanasedobrejovice.cz

Volte kandidátku číslo

4

Z OKOLNÍCH OBCÍ A JINÝCH ZDROJŮ

Šance na vyřešení vašich dluhů je tu znovu

Opakování mimořádné oddlužovací akce, tentokráte pod názvem „Milostivé léto II“ začíná již prvního září.

Lidem v exekucích, kteří váhají šanci využít, doporučujeme nezávaznou konzultaci na naší Help lince 770 600 800, nebo prostřednictvím e-mailu jakprezitdluhy@clovekvtisni.cz.

Zbavit se dluhů bude opět možné za velmi výhodných podmínek. Minulé Milostivé léto pomohlo desetitisícům lidí často ve zdánlivě bezvýchodné situaci, jako může být i ta vaše. Vyřešili své nesplacené závazky a mohli začít lepší život. Mít vlastní bankovní účet, možnost platit kartou, stabilněji bydlet i se třeba rekvalifikovat a získat lépe placenou práci, nebo moct přemýšlet, co si koupím, možná i kam pojedu na dovolenou.

Lidé, kteří uvízli v dluhových pastech, budou mít opět díky Milostivému létu II, možnost splatit pouze jistinu, tedy původní dluh, a jednorázový poplatek exekutorovi. Veškeré úroky, poplatky advokátům či penále, které mnohdy mnohonásobně převyšují výši původního dluhu, jim budou odpuštěny. Příležitost vyřešit svízelnou situaci bude po dobu tří měsíců, od 1. září 2022 do 30. listopadu 2022.

Změnit život pomohlo minulé Milostivé léto například panu Viktorovi. *„Dluhy, složitá situace v rodině a neúspěšný pokus o abstinenci ho dovedly až k pokusu o sebevraždu. Se štěstím v neštěstí skončil v nemocnici, kde začal spolupracovat se sociálním pracovníkem. Ten ho informoval o Milostivém létě a pomohl mu zjistit, že z jeho 12 exekucí jich 10 splňuje podmínky pro jeho využití. S žádostí o pomoc s dalším postupem pak pana Viktora nasměroval na naši poradnu,“* vypráví dluhová poradkyně Člověka v tísni Klára Soukupová.

„Díky finanční pomoci přátel a sbírky SOS Milostivého léta se nakonec podařilo uhradit 11 exekucí. Panu Viktorovi tak zbyl jediný dluh, který si už dle svých možností postupně splatí sám. Vzhledem k velké podpoře svých blízkých se rozhodl svůj život změnit úplně. Nyní absolvuje léčbu závislosti na alkoholu a plánuje si najít i novou práci,“ doplňuje jeden z nakonec velmi nadějných osudů.

Podmínkou využití Milostivého léta II je zahájení soudně vymáhané exekuce před 28. říjnem 2021. Ta musí být vedená pro dluh u veřejnoprávního subjektu, kterým může být: zdravotní pojišťovna, Česká televize, Český rozhlas, ČEZ, krajské nemocnice, městské dopravní podniky a další obecní, krajské či státní organizace.

„Dluhy u těchto subjektů narostly často kvůli úrokům, penále a dalšímu příslušenství do nesplatitelných výšin. Tisíce lidí by je bez Milostivého léta už neměli šanci splatit možná do konce života. Příkladem může být dluh na nájemném za městský byt, který se z tisícikorun vyšplhal na stovky tisíc, v jiném případě i milionů korun,“ uvádí Daniel Hůle.

Množství exekucí je přitom opravdu velké. Dle posledních dostupných dat Exekutorské komory bylo v České republice ke konci minulého roku 698 tisíc lidí v exekuci a celkový počet exekučních řízení činil 4,426 milionu. Na jednoho dlužníka tak v průměru připadalo zhruba 6 exekucí. Konkrétně ve Středočeském kraji bylo v exekuci více než 69 tisíc lidí s celkově 418 tisíci exekucemi.

■ *zpracováno dle tiskové zprávy společnosti Člověk v tísni*

MILOSTIVÉ LÉTO 2

POSLEDNÍ ŠANCE ZATOČIT S EXEKUCEMI!

Člověk v tísni

Akce „Milostivé léto“ je časově omezená. **Probíhá od 1. 9. 2022 do 30. 11. 2022.** Uhrazením jistiny a poplatku exekutorovi vám budou odpuštěny veškeré úroky, poplatky advokátům či penále.

JAKÉ PODMÍNKY MUSÍTE SPLŇOVAT?

- Exekuce byla **zahájena před 28. 10. 2021.**
- Exekuci vymáhá **soudní exekutor.**
- Exekuce je vedená pro dluh **u veřejnoprávního subjektu**, kterým může být: zdravotní pojišťovna, Česká televize, Český rozhlas, ČEZ, krajské nemocnice, městské dopravní podniky a další organizace, které vede či vlastní obec, kraj či stát (dluh na nájmu u obce, poplatek za odvoz odpadu, pokuta za jízdu na černo apod.).

CO JE POTŘEBA UDĚLAT:

1. **Od 1. 9. 2022 do 15. 11. 2022** doručte exekutorovi doporučený dopis, ve kterém ho informujte, že využíváte Milostivé léto. V dopise požádejte o vyčíslení **dlužné jistiny** a **sdělení čísla účtu**, na který zaslat peníze. Vzor dopisu najdete na **www.milostiveleto.cz**.
2. **Od 1. 9. do 30. 11. 2022** zaplaťte na sdělený účet dlužnou jistinu a poplatek **1 815 Kč**. Do 30. 11. 2022 musí být částka na účtu exekutora.

ZA JAKÝCH OKOLNOSTÍ NELZE MILOSTIVÉ LÉTO VYUŽÍT?

- Máte exekuci pro dluh vůči **soukromoprávním věřitelům** (úvěry, hypotéky, dluhy u operátorů nebo nájmy soukromých majitelů bytů apod.). To neplatí v případě, kdy se soukromoprávní věřitel dobrovolně k Milostivému létu připojí.
- Dluhy, které odkoupil soukromoprávní subjekt – např. dluh původně u dopravních podniků, odkoupený inkasní společností.
- Dluh ještě není v exekuci nebo je v exekuci, která byla zahájena po **28. 10. 2021**.
- Vaše dluhy nevymáhá soudní exekutor, ale např. úřad v daňovém a správním řízení.

POTŘEBUJETE PORADIT?

- Na **webu www.milostiveleto.cz** si můžete zkontrolovat, zda se na vaši exekuci Milostivé léto vztahuje. Najdete tam vzor dopisu pro exekutora a další doplňující informace.
- Dotazy můžete psát na e-mail: **jakprezitdluhy@clovekvtisni.cz**.
- **Chcete to raději probrat po telefonu?** Zavolejte na **770 600 800**, po–pá, 9.00–22.00 h.

www.milostiveleto.cz

FOTOSTRANA

Zveřejňujeme další, tentokráte opravdu netradiční, pohledy na naší malebnou obec. V dalších číslech Zpravodaje v této rubrice samozřejmě také moc rádi otiskneme vaše fotografie ze života v Dobřejovicích. Vaše fotografie můžete zasílat na e-mail zpravodaj@dobrejovice.cz.



Jozef Papp



Jan Chvátal

INZERCE

La Bottega Oaks Deli Bistro v čele se šéfkuchařem Janem Klimentem přináší do regionu prvotřídní gastronomii



V květnu byla na nově vzniklém náměstí, které je součástí rychle rostoucího rezidenčního komplexu Oaks Prague, otevřena nová restaurace. Jejím šéfkuchařem je Jan Kliment, který vás do Nebřenic nedaleko Popoviček srdečně zve nejen na italskou kuchyni, ale i na speciální menu založené na lokálních surovinách. Položili jsme mu několik otázek.

Zkušenosti jste získal mimo jiné v restauraci pražského hotelu Four Seasons, kde jste získali při vašem působení michelinskou hvězdu. Co vám to dalo do dalšího působení?
Získat michelinskou hvězdu stojí hodně sil i práce. Ještě složitější je její obhajoba, protože musíte udržet dlouhodobě kvalitu všech jídel. Do dalšího působení mi to dalo samozřejmě hodně. Uvědomil jsem si také, že můžete vařit z lokálních surovin a pracovat zároveň i s drahými produkty, jako třeba letní lanýže, a vytvořit v této kombinaci prvotřídní gastronomii i v Česku.

Nyní jste šéfkuchařem nově otevřeného La Bottega Oaks Deli Bistro v Nebřenicích, které je součástí nového komplexu Oaks Prague. Na co byste hosty z okolí pozval?
Určitě bych je pozval na jedinečné místo se specifickou atmosférou a výborným jídlem, nejen italským. À la carte menu uspokojí každého, od snídaně přes oběd až po večeři. V letních měsících si lze vychutnat italskou pohodu na terase. Pravidelně připravujeme i speciální menu.

Nemusí se hosté bát, že se jedná o vysokou a drahou gastronomii?
Určitě se bát nemusí, naše jídla jsou cenově uzpůsobena tak, aby si je hosté mohli dovolit a hlavně je ochutnat.

Specializujete se na italskou kuchyni, co byste z jídelního lístku vypíchl?
Doporučil bych tatarák z mořského vlka, ten je u nás hodně oblíbený. Dále pak náš mozzarella bar nebo agnolloti del plin plněné vepřovým masem s máslovou omáčkou se šalvějí a sýrem Pecorino Romano. I další položky na menu stojí za ochutnání. Přijdou si zde na své jak milovníci masa, ryb a těstovin, které sami vyrábíme, tak i milovníci chutných a osvěžujících salátů.

Jaké chystáte speciální menu na podzim?
Ke konci září připravujeme speciální menu, kde budou hrát prim mušle. Říjen bude pak ve znamení hub. Hosté se mohou těšit i na vinné párování a speciální drinky k těmto tematickým pokrmům.

Na jakou akci se můžeme těšit v září?
Těšit se můžete na Prague Mussel Week, který se koná od 26. 9. do 2. 10. a my budeme součástí této krásné akce. Rádi bychom pozvali hosty na mušlový týden. **Budeme nabízet mušle s 1+1 porcí zdarma. Pro získání slevy stačí, aby si hosté vygenerovali voucher na stránkách www.praguemusselweek.cz a předložili kód při objednávce.**



LA BOTTEGA
Oaks Deli Bistro

SPOLKOVÝ A SPOLEČENSKÝ ŽIVOT

Červencové letní kino

Letošní první promítání letního kina se kvůli dešti nemohlo uskutečnit v původním termínu koncem června. Nakonec se konalo 22. července od půl desáté večer. Promítal se film Tajemství staré bambitky 2.

Jedná se o filmové pokračování úspěšné pohádky Iva Macharáčka z roku 2011. Do svých rolí se vrátili Tomáš Klus, Kamila Janovičová, Ondřej Vetchý, Jiří Lábus a Miroslav Vladyka. Nové postavy ztvárnili Veronika Khek Kubařová, Valentýna Bečková, Markéta Plánková či Václav Noid Bárta.

Z Jakuba a Aničky se stali král a královna. Mají také dceru Johanku. Loupežník Karaba se napravil a stal se vzorným dědečkem. Stále se věnuje hrnčířskému řemeslu. Zlotřilí rádcové Lorenc a Ferenc se však rozhodli pomstít prostřednictvím vedlejšího království a královny Julie, která je ještě mladá a nezkušená.

Krásná pohádka přilákala v podvečer k rybníku Skalník zhruba 150 dětí a dospělých nejen z Dobřejovic. Samozřejmě nechyběl ani popcorn a v teplém počasí pivo a limonáda. Film tentokráte poprvé promítala společnost Putovní kino. Obecenstvo bylo nadšené. Další letní kino bude promítat 28. 8. 2022 od 20:30 skvělou komedii Mimořádná událost. Těšíme se na Vás.

Markéta Zdeňková, členka Kulturní komise



AKCE V OKOLÍ

3. – 4. 9. / Podzim v zahradě, Pomologické dny
Komentované prohlídky genofondového sadu, pomologická poradna, výstava jabloní a hrušní. Praktické ukázky drcení a moštování ovoce, ochutnávka moštů. Více na www.pruhonickypark.cz.

4. 9. od 14:00 do 19:00 / Otevření pumptracku v Čestlicích.
Otevření se sportovním programem. Koná se v ulici Polní - za čestlickou sportovní halou.
Více na www.cestlice-obec.cz.

4. 9. od 10:00 do 18:00 / Město sobě - Jesenice
Město Jesenice připravilo akci, na které nebude chybět oblíbený veletrh volnočasových aktivit, farmářský trh či koncerty kapel UŠI MUSIC BAND, DUO Acousticz či Xindl X. Koná se u ZŠ Jesenice a rybníku Pančák. Více na www.mujesenice.cz.

24. 9. od 14:00 / Vinobraní Herink
Sedmý ročník tradiční akce, které pořádá Obec Herink, společnost BUDA-MONT, Stodola Herink, Vinotéka Herink a Nábytek Herink.
Můžete se těšit na:
- Welcome drink z Révy Rakvice
- Živou hudbu, skvělou zábavu
- BURČÁK, víno, pivo, točenou limču a spoustu skvělého jídla.

Více informací najdete na facebooku Stodola Herink.

INZERCE

Správa Průhonického parku (Botanický ústav AV ČR)
hledá posilu do týmu na pozici:

VEDOUCÍ TECHNIK OBNOVNÝCH PRACÍ
v projektu IROP- Průhonický park (2022 – 2023)

Co budete mít na starost:
- komplexní řízení realizace podprojektů na obnovu zeleně, parkových cest a informačního systému pro návštěvníky (ve spolupráci s celým realizačním týmem)
- koordinaci, kontrolu a dokumentování prováděných prací, administrativní zajištění podprojektů, vedení dokumentace, plánovaní, vyjednání a předkládání změn
- komunikaci s dotčenými orgány státní správy

Co Vám můžeme nabídnout:
- motivační mzdové ohodnocení, pestré zaměstnanecké benefity
- mobilní telefon a notebook
- flexibilní pracovní dobu a možnost občasné práce z domova
- **perspektivu prodloužení úvazku na Správě Průhonického parku na dobu neurčitou po skončení projektu**

Předpokládaný nástup: ihned nebo dohodou.

Více na: www.ibot.cas.cz/cs/vacancies/vedouci-technik-technicka-realizace-obnovnych-praci-v-projektu-irop/

Strukturovaný životopis s motivačním dopisem zasílejte paní J. Odvárkové:
e-mail: jaroslava.odvarkova@ibot.cas.cz, telefon 271 015 140.

Varování Policie ČR

Prodáváte zboží na různých bazarových portálech – Vinted, Bazoš?

Ozve se vám kupující, projeví zájem o nabízené zboží a pošle vám odkaz na platební bránu, kam složí peníze. Kupující také může poslat odkaz na přepravní společnost, která kromě platby zajistí i přepravu zboží.

Již v tomto okamžiku pozor!

Tyto odkazy jsou podvržené a nikdy do nich nezadávejte žádné údaje o platební kartě nebo vašem internetovém bankovnictví!

Místo peněz za zboží, které prodáváte, přijdete o peníze z vašeho účtu. Kupující - pachatel - má klíče k vašemu trezoru, ale vy u něj nestojíte!

Jak omezit riziko podvodu?

Dbejte pravidel příslušného bazarového portálu a vždy komunikujte pouze na jeho platformě a ne prostřednictvím odkazu, na který kliknete.

Pokud to bazarový portál neumožňuje, předávejte prodávajícímu pouze jediný údaj, který k zaplacení potřebuje, a to je číslo vašeho účtu a banku. Při jakýchkoliv pochybnostech obchod okamžitě přerušte a vše ukončete.

V případě podezření, že jste se stali obětí podvodníka, kontaktujte Policii ČR a volejte 158

CO, KDY, KDE V DOBŘEJOVICÍCH

Lekce jógy Kateřiny Strykové

Dobrý den, jmenuji se Kateřina Stryková. Jsem tanečnice, lektorka Zdravotní tělesné výchovy a více než sedmnáct let se věnuji joze, kterou miluji. Po tříleté pauze budu opět mít své lekce také v Dobřejovicích, tentokráte ve Spolkovém domě.

Lekce budou probíhat vždy v pondělí, a to od 17:45 do 19:00 pro začátečníky a od 19:00 do 20:15 pro mírně pokročilé. Cena jedné lekce je 250 korun. Všechny lekce vedu v duchu ashtanga jogy, kdy se zaměřujeme na dech a na správné provádění pozic. Joga je velmi ucelené cvičení, kdy zapojujeme všechny svalové partie, naučíme se správně držet svoje tělo, abychom předcházeli bolestem zad, rozpohybujeme páteř, aby byla pružná, naučíme se relaxovat a samozřejmě hlavně dýchat. Na všechny se moc těším! Prosím zájemce, aby se přihlašovali na telefonní číslo 605 268 758, začínáme již 5. září!



■ *Kateřina Stryková*

Jóga. Jóga? Jóga! Jógáááá!

Jak to, že na Instagramu nebo YouTube vypadá tak elegantně a jednoduše, ale když to zkusíte, tak je... Těžká? Náročná? Nudná? A co na ní všichni vidí?

Víte, u každého, kdo praktikuje jógu, přijde „moment“. Moment, kdy se něco posune a najednou vám jógová praxe umožní vidět sebe a svět kolem vás jiným způsobem. Moment, kdy třeba vypadnete z pozice a budete se jen smát a nehodnotit to a nehroutit se z toho. Moment, kdy se konečně sami vyhoupnete do stojky a nebudete tomu moct uvěřit. Moment, kdy začnete jen tak být. A to je ten moment, kdy se všechno změní a vy si nebudete umět představit žít bez jógy. Už nebude těžká, ani náročná ani nudná.

Kdy přijde váš „moment“ záleží na vás samotných, ale dost i na vašem jóga instruktorovi. Jmenuji se Andrea Dudaško, studovala jsme jógu mnoho let v Indii i v Indonésii a od září budu mít pravidelné jógové hodiny v Dobřejovicích. Přijďte se mnou najít váš „moment“.

Můj moment přišel, když jsem konečně pochopila, jak vydržet v pozici Vrány déle než mikrovteřinu. Nejde jen o to, jak máte silné ruce nebo jestli unesete celé vaše tělo jen na zápěstích. Kouzlo je v tom nekontrolovat svým zrakem co dělají nohy a co ruce, ale důvěřovat svému tělu a obrátit zrak dopředu. A najednou to jde. Najednou je tam ta potřebná stabilita. Stabilita a vy se udržíte v pozici vteřiny, desítky vteřin, minuty… Pochopíte, že jde o to, kam zaměříte svoji pozornost. A najednou vám dojde, kam ve svém životě zaměřujete pozornost. A to byl můj moment, který mě naučil, že i v životě si mám vybírat, kam zaměřuji svoji pozornost a udělal pro mne jógu nedílnou součást mého života.

Kolem cvičení jógy koluje spousta mýtů. Ale to je právě to – jsou to mýty, ne realita. Věřte tomu nebo ne, jóga není jen pro ženy. Nemusíte být flexibilní, abyste mohli dělat jógu. Jóga není náboženství. Jóga není „příliš těžká“ nebo „příliš snadná“. Jóga není jen pro vegetariánské hippies.

Jóga je pro každého na každé úrovni a jóga se hodí do každého životního stylu.

Na svých hodinách učím, jak praktikovat jógu moudrým způsobem. To znamená, jak si zdokonalovat vaši praxi a dojít k nejlepšímu výkonu s optimální bezpečností. Moudrý způsob jógy lze aplikovat na všechny styly jógy bez ohledu na typ postavy nebo úroveň zdatnosti.

Moje lekce jógy jsou kombinací dechových cvičení, pohybu a meditace. Navíc vysvětluji, jak pozice dělat správně, abyste si neublížili a vysvětluji benefity jednotlivých pozic pro naše tělo a mysl.

■ *Andrea Dudaško*

Lekce jógy Andrey Dudaško

Lekce, které od září nabízím v Dobřejovicích jsou: klasická Hatha jóga, XXL jóga a jóga pro seniory.

Hatha je prastará praxe k procvičení celého těla i mysli. Cvičení je pojmenováno po slunci a měsíci. Ha znamená slunce, tha znamená měsíc. Hatha jóga je ta klasická fyzická jóga, kterou znáte. Každá moje lekce je jiná a zaměřená na různé benefity pro naše tělo: lepší trávení, lepší koncetnrace, posílit svaly na nohou, zpevnit střed těla… Přijďte si zacvičit a užijte si všechny pozitivní účinky jógy.

Při XXL józe se procvičují především pozice, které zvládnou i normální slovanské postavy. Opravdu, jóga není jen pro vysportované a štíhlounké modelky. Dá se pohodlně praktikovat i když nenosíte velikost S nebo M. Přijďte si posílit svaly, protáhnout tělo a mít ze sebe radost.

Jóga pro seniory se skládá ze speciálně upravených sestav a cviků, aby je zvládl každý, i s třeba omezenou pohyblivostí. Cviky se dají provádět třeba na židli. Opravdu, s jógou můžete začít v každém věku. Pravidelně učím jógu v domově pro seniory Sue Ryder v Praze - Michli a vidím, jak jim jóga prospívá. Udělejte ze sebe pomocí jógy aktivního seniora a užívejte si život o to víc.

Nemusíte si lámat hlavu s tím, co si vzít na sebe. Vím, že internet je plný dokonalých jogínek s dokonalou postavou a v dokonalých přiléhavých topech v dokonalých pozicích. Já osobně nemám postavu jako jogínky-modelky z internetu, ani těsné a značkové oblečení. Mám legíny, tričko a hlavně, já mám svůj moment :)

A pokud vás zajímá, jak vedu hodiny, tak vás zvu, ať si přijdete zacvičit. V dobřejovickém Spolkovém domě budu od září každou středu.

16:00 - 16:55 Jóga pro seniory
17:00 - 17:55 XXL jóga
18:00 - 18:55 Hatha jóga

Kde: Spolkový dům Dobřejovice
Cena jedné hodiny je 150 Kč, při předplatném deseti lekcí je cena 130 Kč a jóga pro seniory je za 70 Kč.

Prosím zájemce, aby se přihlašovali na telefonu 731 171 695



nebo přes facebookovou skupinu „Jóga s Andreou Dobřejovice“, kde najdete i pravidelné aktualizace o mojí józe v Dobřejovicích a tipy pro jógový život. Začínáme už 7. září! ■ *Andrea Dudaško*

CO, KDY, KDE V DOBŘEJOVICÍCH









CO, KDY, KDE V DOBŘEJOVICÍCH



ŘÁDKOVÁ INZERCE:

Provádím zednické a malířské práce, obklady, dlažby a další práce dle domluvy. Více na telefonu 721757399

DŮLEŽITÉ KONTAKTY

Obecní úřad Dobřejovice

Na Návsi 26
251 01 Dobřejovice
Tel.: 323 603 310,
607 058 184
E-mail: urad@dobrejovice.cz

Obecní knihovna
U Kapličky 44, Dobřejovice
Otevírací doba:
pátek 15:00–17:00

Pošta Dobřejovice
Na Návsi 3
251 01 Dobřejovice
Tel.: 954 225 170

Obecní policie Vestec
Tel.: 739 156 156

Finanční úřad
Tel.: 323 627 305,
323 627 333
podatelna 2122@fs.mfcr.cz
www.financnisprava.cz

Okresní správa sociálního zabezpečení Praha-východ
Tel.: 284 005 401
Fax: 284 005 404
E-mail podatelny:
posta.ph@cssz.cz
ID datové schránky: yr2acxh

Úřad práce, kontaktní pracoviště pro Prahu-východ
Tel.: 950 151 111
Fax: 950 151 302
e-mail: posta@py.mpsv.cz

Koordinátor sociální práce
Tel.: 725 369 985 (Po a St)
Tel.: 774 780 543 (Út a Čt)
Volejte vždy od 9 – 16 hod.

Poruchy veřejného osvětlení
Telefon: 800 101 109
– je nutné uvést číslo lampy, která nesvítí, a ulici.

Poruchy elektřiny
Telefon: 800 850 860

Poruchy plynu
Telefon: 272 767 300

Informační linka koronavir
Telefon: 1212

Při vážných zdrav. problémech
Telefon: linky 155 či 112

Informace o obci
www.dobrejovice.cz

MĚSÍČNÍK DOBŘEJOVICKÝ ZPRAVODAJ / Ročník 2022, číslo 9 / 2022 (září) / šéfredaktor Milan Hulínský / Vychází 2. září 2022 / Uzávěrka říjnového čísla je 18. září 2022.
Vydává Obec Dobřejovice, Na Návsi 26, 251 01 Dobřejovice / Číslo registrace MK ČR E 19932 / E-mail: zpravodaj@dobrejovice.cz / Náklad: 630 výtisků / Cena: neprodejné