




## Jak se oživuje Žižkov?

**Určitě jste už zaznamenali, že se na Žižkově konají Sousedské slavnosti čili sousedská setkání. Lví podíl na tom má trojice na fotografii. Zleva to je učitel, přesněji průvodce v kolínské ScioŠkole Petr Vrchota, ředitelka Rodinného centra Poděbrady Michala Michlová a kazatel a správce poděbradského sboru Církve bratrské – Bételu Pavel Paluchník. Schází tam čtvrtá do party, v den rozhovoru marodná Alena Šeberlová z Polabského muzea, která k oživení nejmladší části města také velmi přispěla. Je moc dobře, že se tihle lidé dali dohromady a že jsou na stejné vlně. Díky nim mezi nově postavenými domy vzniklo místo pro hry, sport a odpočinek. Díky nim se ze sousedů stávají kamarádi a děti se cítí v bezpečí.**

 Text: Monika Langrová  
Foto: Zdeněk Frejvald,  
P. Vrchota a archiv  
CB Poděbrady

### Kdy a jak jste se potkali s poděbradským Žižkovem?

PV: Na Žižkov jsem se přistěhoval před pěti lety. Pocházím z jižních Čech, žil jsem v Plzni, Praze, cestoval po světě. Proč jsem se rozhodl pro Poděbrady? Před jedenácti lety jsem v létě na zámku potkal svoji ženu. Byla to letní láska, ze které se vyvinul trvalý vztah. Město jsme si zamilovali, mnohokrát ho potom ještě navštívili. Když jsme zakládali rodinu, shodli jsme se, že nás Praha už mírně omrzela a chceme žít na menším městě. Napadly nás Poděbrady a pak už to šlo ráz na ráz. Během pár měsíců jsme našli na Žižkově bydlení a nastěhovali se.

PP: Oproti Petrovi jsem starousedlík, protože zde bydlím už šestým rokem. (smích) Říkám to proto, že před šesti lety tady nebyl žádný bytový dům, jenom pole a jeden vybydlený problematický barák. Výstavbu jsme s celým naším společenstvím v Bételu vnímali nikoliv jako něco, co nám zkazí klid, ale naopak jako příležitost

k setkávání. Jakmile vyrostl první dům, udělali jsme adventní zpívání i pro sousedy a začali se s nimi trochu víc poznávat.

MM: Já jsem z Nymburka, ale vcelku se mi líbí pracovat ve městě, kde nebydlím, je to osvobozující. Samozřejmě Poděbrady znám, protože jsem tu strávila kus mládí se svými kamarády. Pracovní jsem se sem dostala v roce 2021 po covidu. Působila jsem v kolínské neziskovce, která pomáhala té poděbradské, aby nebyla úplně bez peněz. Pak

jsem dostala nabídku a nastoupila do žižkovského rodinného centra jako ředitelka. Podařilo se nám ho opět rozeběhnout, lidé do něj docházeli čím dál víc. Započala válka na Ukrajině a do centra přišla Alena Šeberlová se svojí dvouletou dcerou a zeptala se, zda bychom mohli ukrajinským maminkám a dětem nějak pomoci. Tak jsem se s Alčou seznámila. No a přes kamarádku jsem zase sháněla lektora doučování pro děti ze znevýhodněného prostředí a ona mi doporučila Petra.

### A kdy jste se rozhodli tuhle část Poděbrad oživit?

PV: Jakmile jsme se zabydleli, hledal jsem skupinu lidí, se kterou bych se mohl aspoň pozdravit nebo si zajít na pivo. A protože se mi narodil syn, myslel jsem i na to, že jednou vyroste a bude chtít mít kolem sebe vrstevníky. Bylo by tedy fajn, aby se s nimi znal, měli společné zájmy a ideálně všichni vyrůstali na jednom místě. Sledovali jsme s manželkou, co se

děje pod našimi okny a viděli, že se tam nic neděje. Zjistil jsem, že to trápí i naši sousedku na patře Alenu Šeberlovou. Bavili jsme se mimo jiné o tom, co vyrůstá, nebo spíše nevyrůstá za naším domem. Když jsme si byt kupovali, bylo na krásných propagačních letáčích od investora vyobrazeno, jak budeme žít v zeleném prostředí, všude budou lavičky a dětská hřiště. Kolem nás však byla jen holá pláň obehnaná vysokým plotem, za nímž probíhala další výstavba. Říkali jsme si, že se to časem změní, až se okolní domy zkolaudují. Ale ani potom se nic nedělo. Před koncem roku 2021 jsme se s Alenou dohodli, že na městě existuje výzva v tak zvaném participativním rozpočtu, v jehož rámci lidé veřejně hlasují pro projekt, jenž město následně zrealizuje. Přihlásili jsme se s projektem „Oživený Žižkov“ na přeměnu nevyužívaného pozemku v bezprostřední blízkosti našeho domu. Název vymyslela moje žena. Využili jsme facebookovou skupinu, vzhazovali jsme letáčky do schránek okolních domů, aby sousedé projekt podpořili. Skončili jsme na druhém místě. Následně proběhla série jednání s představiteli města a také s obyvateli Žižkova. Ptali jsme se na jejich potřeby, mapovali jsme, co by si tady přáli. Hledali jsme vhodný průsečík, abychom uspokojili potřeby různých věkových i zájmových skupin. Na základě diskusí potom městský architekt Milan Košar sestavil návrh úprav daných prostor, který je postupně realizovaný.

PP: Větší spolupráce mezi mnou, Petrem a Alenou začala od okamžiku, kdy mi do schránky

přišel letáček, pod kterým byl podepsaný nějaký Petr Vrchota a nějaká Alena Šeberlová. (úsměv) Žádali nás, abychom svým hlasem podpořili projekt „Oživený Žižkov“ v Participativním rozpočtu města Poděbrady. Konkrétně se jednalo o přeměnu pozemku poblíž Čechovy ulice mezi bytovými domy na místo pro trávení volného času, sport a sousedská setkávání. Řekl jsem si, aha, to se týká i plochy přímo u Bételu. Zvedl jsem telefon a zavolał Petrovi. Zjistil jsem, že to je zajímavé a že by se mi líbilo, kdyby tam hřiště vzniklo. Od té doby jsme na jedné lodi. Některá jednání a setkávání sousedů proběhla také v Bételu, sál byl vždycky plný, bylo vidět, že lidé měli zájem situaci řešit. Úpravy prostor ještě nejsou u konce, ale rozdíl oproti tomu, jak dříve vypadaly, je obrovský.

### Zelená louka se proměnila, nic nebránilo tomu uspořádat sousedské setkání...

PV: My jsme již dříve organizovali jednoduché aktivity. Založili jsme za tím účelem i facebookovou skupinu (dnes se jmenuje Oživený Žižkov a má 229 členů, pozn. red.). Ještě na zelené louce proběhl jednou či dvakrát Halloween a lampiónový průvod. Už při úvahách nad projektem nám šlo hlavně o to vytvořit pomocí úprav a prvků prostředí, kde se budou moct potkávat sousedé. Samozřejmě na uspořádání akce ve větším rozsahu bylo zapotřebí sehnat dotaci a s tím nám velmi pomohla Michala.

**Pokračování rozhovoru na straně 3**

## SOUTĚŽ o vánoční cukroví



## Editorial

Milé čtenářky, milí čtenáři,

k něčemu se Vám přiznám. Jsem tulák po rozsvícených oknech. Hned to vysvětlím. Nevím proč, ale nejraději pracuji v noci. Byt utichne, mozek pookřeje a já píšu a píšu. Klidně do dvou tří hodin. Vlastně si čas v tu chvíli ani neuvědomuji. (Tak mě napadá, že by se noviny měly jmenovat spíše Večerník pro Poděbrady... Teď bych sem nejraději dala smajlík, ale vím, že to není dvakrát profesionální... ©) Hned jak mám práci hotovou, zmocní se mě dobrý pocit, že jsem to zvládla. Otevřu dveře na balkon, ať je léto, nebo zima, kouknu nejdřív na oblohu a pak sleduji, zda je ještě někdo vzhůru. Mám radost, jakmile uvidím světlo v okně. To si vždycky v duchu řeknu: „Nejsem sama.“ Stojím, zhluboka nasávám vzduch a putuji očima po rozsvícených oknech. Rozbouřený mozek se uklidňuje a mě zalévá hřejivý pocit jakéhosi tajného nočního přátelství. A potom, protože je venku zrovna listopadové, zalezu příjemně prokřehlá pod teplou sprchu a pak do peřin a oddám se snění. Když jsme u toho, sousloví splněný sen je asi nejčastější, které se v novinách objevuje. Mnoho Poděbradáků mělo svůj sen, který si díky svému nadání, pili, chcete-li umanutosti v dobrém smyslu slova, pracovitosti a vytrvalosti splnili. Americký spisovatel a vědec Joseph Campbell řekl: „Jdi za svým snem a Vesmír ti otevře dveře tam, kde dříve byly pouze zdi.“ To otevírání dveří v našem městě vysvětluje, proč tu tak často fouká. Ale teď vážně. Já vím, že se opakuji, ale opravdu je tady obrovská koncentrace výjimečných lidí a já jsem moc ráda, že Vám je prostřednictvím našich stránek můžeme představit. V dnešním vydání je to parta, která si vysnila, že budou oni – a hlavně jejich děti – žít v prostředí, kde se lidé znají a vzájemně si pomáhají. Není to utopie, je to oživený Žižkov. Petr, Miša a Pavel nám prozradili, jak toho dosáhli. Sportovní stránka tradičně cinká medailemi a skvělá Hanka nám opět věnovala do soutěže krabičku vánočního cukroví, za což jí moc děkujeme. Přejí Vám krásné podzimní dny a nespomeňte na to, co řekl Walt Disney: „Chceme-li si splnit sen, musíme o něm snít.“

Monika Langrová, vedoucí redakce







MILKUJEME  
podzim.

Užijte si podzim  
plný vaření a pečení  
s MILKEM a Pavlem Berkym.

Společně se pustíme do přípravy podzimních receptů  
ze sezonních ingrediencí od 30. 10. do 12. 11. 2023.

Soutěžíme o utěrky Pavla Berkyho  
a tašku plnou MILKO výrobků.



Přidejte se na [polabske.cz/milkujemepodzim](https://polabske.cz/milkujemepodzim)



Inzerce

pouze  
v aplikaci

super  
ZOO

# BLACK FRIDAY

**-20 %** při nákupu  
nad 790 Kč

Akce probíhá od 20. 11. do 26. 11. 2023.  
Slevový kód a podmínky akce naleznete  
v aplikaci Super zoo.



Super zoo Poděbrady  
U Bažantnice 1506

**Plaček**  
PET PRODUCTS



Pokračování rozhovoru  
z titulní strany

Přišla a řekla, že vše zařídí, a z nás upřímně řečeno spadl balvan, protože jsme na to s Alenou a Pavlem už neměli kapacitu. Míša dotáhla spoustu praktických organizačních věcí. Ukázalo se, že pokud na jedné věci dělá víc lidí, dosáhnou úplně jiného výsledku, než když je člověk na všechno sám. MM: Koncem minulého roku přišla grantová výzva Kauflandu „Milion pro Poděbrady a okolí“ podporující komunitní život ve městě. Nabídla jsem se, že pomohu se sepsáním žádosti, protože vím, jak na to a navíc jsem už v minulosti byla v kontaktu s Nadací Via, při které fond Kauflandu vznikl. Začali jsme to s Petrem a Alenou řešit a přirozeně se přidal Pavel. Na první společnou schůzku dorazili ještě Marta Bryndová, Honza Kroča, Tomáš Paulus. Padly první návrhy a postupně krystalizovaly v Sousedské slavnosti a Adventní zpívání u altánu. A tak se vlastně zrodila spolupráce občanské iniciativy Oživený Žižkov, Církve



bratrské – Bételu a Rodinného centra Poděbrady. Grant jsme dostali a v červnu se na Den otců uskutečnilo první sousedské setkání na Žižkově a v září druhé. Toho se účastnilo na tři sta lidí. Důležité je, že odpoledne nebylo jen o zábavě, ale měli jsme tam infostánek, v kterém si již zmíněná kolegyně Marta aktivně odchyťava-

la účastníky a ptala se jich, co by si na Žižkově přáli mít. Moc mě potěšilo, že se druhého setkání účastnila i skupinka seniorů. Chtěli bychom, aby se při těchto akcích generace mezi sebou prolínaly.

**Při scházení na focení jste se zdravili s každým, koho jsme minuli. Zvláště děti byly hodně spontánní. Právě kvůli tomu všechno děláte, že?**

PV: Ano, to jsme si s Alčou přáli. Vidět své děti vyrůstat v místní komunitě. Velmi souzním s řečením, že nejlepší je, pokud dítě vychovává celá vesnice. Kupříkladu v Africe nebo i jiných částech světa je tohle běžné. Mám pocit, že se v našich podmínkách zavíráme do nukleární rodiny a moc si tam nikoho nepouštíme. Snad se nám to díky vzájemným setkáváním daň bourat. Na trávě u dětského hřiště se po škole scházejí kluci od čtyř do osmnácti let na fotbal, což mi připomíná moje dětství a jsem z toho nadšený.

MM: Myslím si, že se jedná o jedinou cestu prevence patologických jevů. Kdo je součástí komunity, necítí se sám. Děti

učíme komunikovat. Říkat si, co se dá dělat a co ne. Tak aby to nikomu neubližovalo. Z toho důvodu jsme například stanovili rozumné skončení pořádaných akcí.

MM: Nebudeme zde organizovat rockový koncert nebo sraz motorek. Uvědomujeme si, že tady nikdo nechce mít v osm večer hlučnou zábavu. Snažíme se, aby akce byly přijatelné pro co nejvíc lidí.

PP: Tohle všechno může kultivovat diskusi, hledání společné cesty. Nikdy to samozřejmě není úplně jednoduché. Myslím si, že zvláště Petr si ve facebookové skupině užil své. Řešily se tam mimo jiné detaily, co kde má být postavené, a on opravdu nemohl za skutečnost, jak je altán otočený a že lavička není modrá... V každém případě je dobré, když se vyleze z obývacího a sdílí se společný prostor. Přináší to schopnost snašet se a komunikovat z očí do očí, což je vždy nejlepší.

**Z čeho máte zvláště radost?**

PV: Potěšilo mě, že poslední sousedské setkání už nebylo tolik o vztahu město – komunita, ale komunita navzájem. Mám radost, že místní komunita může svým způsobem svébytně fungovat, dokáže se navzájem propojovat a vyměňovat si zkušenosti.

MM: Hledat sílu v komunitě je základ všeho. Není to „já a ty“, ale „my“. My společně to tady nějak děláme. Tahle rétorika velmi mění psychologické vnímání prostoru. Když mě Petr přizve k diskusi ohledně altánu, nepůjdu proti němu. Budeme se snažit společně hledat řešení.

PP: Z hlediska našeho církevního společenství je tohle všechno značně ozdravné. Jsem rád, že se naši lidé pro sousedský komunitní život nadchli a jsou jeho součástí. Jak jsem ten starousedlík (úsměv), mohl bych si klidně říct: ničeho se neúčastním, byl jsem zde první. Těší mě, že se podařilo protknout i ty, kteří tu byli dřív a nebyli na takové dění zvyklí.

MM: Církve nám dala návod, jak může komunitní život fungovat. Začali jsme chystat první Sousedskou slavnost a najednou se

z Bételu vyrojilo asi dvacet lidí, přinesli stoly, přichystali ovoce, zcela přirozeně se zapojili. Bylo to čisté, byla v tom touha připravit něco pro druhé. Doposud jsem organizovala věci v práci, někdy trochu na sílu. Ale tohle bylo, jako když máte doma na zahradě grilovačku a kamarádi vám spontánně pomáhají. Dosud jsem nic takového nezažila.

PV: Je vidět, že způsob komunitního uvažování je tu zakořeněný. Naskočili jsme do něčeho, co tu už několik let funguje a jenom se to rozšířilo. Zveme další lidi, kteří by se chtěli do naší sousedské komunity přidat a třeba přijít s novým nápadem. Bylo skvělé, když se po červnovém setkání někteří sousedé sami nabídli pomoci s organizací dalšího, protože se jim aktivita líbila. V neposlední řadě jsem moc rád, že se tu lidé znají

a vypomáhají si. Mnohokrát se mi stalo, že jsem byl s dětmi na hřišti a potřeboval jsem někam odběhnout, a tak jsem požádal souseda, zda by mi je pohlídal. Nebo kluci hráli fotbal a pro jednoho z nich přišla maminka. Navrhl jsem jí, ať ho na hřišti, pokud je to možné, ještě nechá, že jí ho pak přivedu domů. Vracíme se k té velké vesnici, o které jsem mluvil. Taková atmosféra sousedského soužití je to nejlepší, co si pro své děti a nás samotné můžeme přát.

**Budou sousedská setkání na Žižkově pokračovat?**

MM: Ano, byli bychom rádi. Už nechceme budovat nic materiálního, zázemí je pro setkávání vytvořeno. Přejde nám, že akce této velikosti, pro danou komunitu, v rozložení aktivit něco pro dospěláky a něco pro děti je to

nejlepší. Opět se budeme snažit na ně získat dotaci. Chut' pokračovat tady určitě je.

**Na závěr ještě dotaz po síti na Alenu Šeberlovou: Co vás nejvíce těší?**

Upřímně, mám velkou radost z toho, že se naše počáteční myšlenka proměnila ve skutečnost. Těší mě, jak je hřiště a jeho okolí dennodenně využíváno, a to jak rodiči s dětmi, tak třeba teenagery, kteří si přišli zacvičit na workout. Díky Sousedským slavnostem a v počátku především díky tomu, že prázdný prostor mezi bytovými domy získal smysl a místní ho začali společně využívat, se nám podařilo dospělé i děti propojit a poskytnout jim příležitost k navázání osobního kontaktu. A to je, myslím, v dnešní době nadmíru důležité.

KRÁTCE

Text: Lukáš Hladký, (mol)

**Chystané modernizace kontejnerů**

Na dalších dvou místech mají být v brzké budoucnosti nové velké kontejnery na tříděný odpad. V Mánesově ulici bude umístěno 6 šedých polopodzemních kontejnerů o objemu 5 m<sup>3</sup>, dva na plast, dva na papír, jeden pro sklo a jeden pro kovy a elektroodpad. V Hakenově ulici bude postaveno 7 zelených kontejnerů, které ale nebudou zapuštěny do země, a to proto, že místem vedou inženýrské sítě. Kontejnery budou mít objem 2 m<sup>3</sup>, přičemž dva budou určeny na plast, dva na papír, dva na sklo a jeden na kovy. V rámci chystané etapy dojde ještě k rozšíření jednoho již existujícího stanoviště – pět polopodzemních nádob z roku 2021 v Palachově ulici totiž nestačí. Přidány budou čtyři kontejnery o objemu 5 m<sup>3</sup>, dva budou určeny na plast, jeden na papír a jeden na elektroodpad. Všech 17 nádob město objednálo od firmy MEVA-TEC za 2,1 milionu korun, navíc bude ještě třeba vysoutěžit firmu, která se postará o stavební práce.

**Komplikace při opravě**

Město uzavřelo první dodatek ke smlouvě s firmou Strabag, která opravuje lávku u zdymadla. Cena se zvýšila o 275 tisíc korun na zatím celkovou sumu 12,9 milionu korun bez DPH. Důvodem je skutečnost, že na staveništi nelze dopravovat mechanizaci pro provádění pilot přes jezovou lávku, a to z důvodu jejího havarijního stavu. Technika tak musí cestovat za pomoci lodí či pontonovým přemostěním plavební komory. Zároveň došlo k prodloužení termínu dokončení stavby na 10. července 2024. Od firmy Raisa byla navíc objednána výměna veškerého osvětlení na zábradlí lávky včetně kabeláže, a to za 690 tisíc korun bez DPH.

**Obnovení ztraceného chodníku**

Na rohu ulic Mírová a Chelčické ho se mohou chodci těšit na obnovení chodníku, který v místě připomínají už pouze zarostlé obručníky. Stavební společnost HALKO zbytky po cestě pro pěší odstraní, naveze šterkopísek a šterkodrt, usadí novou chodníkovou betonovou dlažbu a dokončí obručníky. Nový chodník za 430 tisíc korun má být hotový do konce listopadu.

**Krůček k bazénu**

Město objednálo vypracování podrobného inženýrskogeologického průzkumu, jehož primárním cílem má být zjištění, zda je pozemek v ulici Za Nádražím mezi podchodem a nadjezdem vhodný pro výstavbu krytého plaveckého bazénu či jiný investiční záměr. Dokumentaci vypracuje Ing. Jan Beneda za necelých 200 tisíc korun.

**Pomoc pro pečující rodiny**

V budově MěÚ Poděbrady („Pentagon“) bylo otevřeno Centrum pro pečující rodiny, které pracuje v rámci projektu „Společně pečovat zvládneme“ spolufinancovaného Evropskou unií. Poskytuje podporu všem, kteří se rozhodli starat o svého blízkého v domácím prostředí. K dispozici je tým odborníků, jehož součástí je lektorka ošetřovatelství, sociální pracovník a psycholog. Centrum je místem, kde mohou zájemci čerpat informace a praktické rady a také se potkávat s lidmi, kteří se nacházejí v podobné situaci. K dispozici je tréninková učebna pro nácvik péče a relaxační místnost pro odpočinek a načerpání nových sil. Blíží informace lze získat u paní Jánkové na tel. 778 407 531 nebo na [www.centrum-podebrady.info](http://www.centrum-podebrady.info).

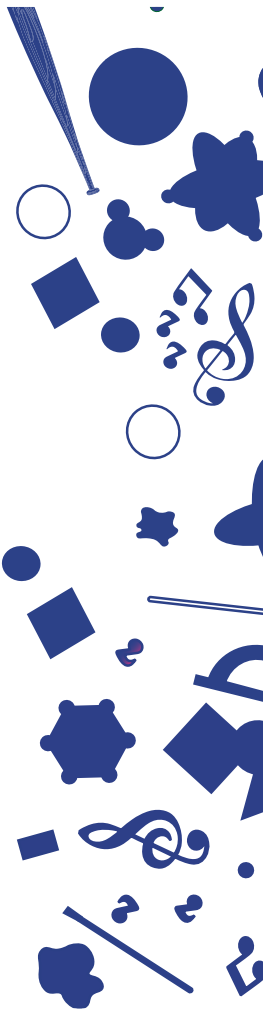
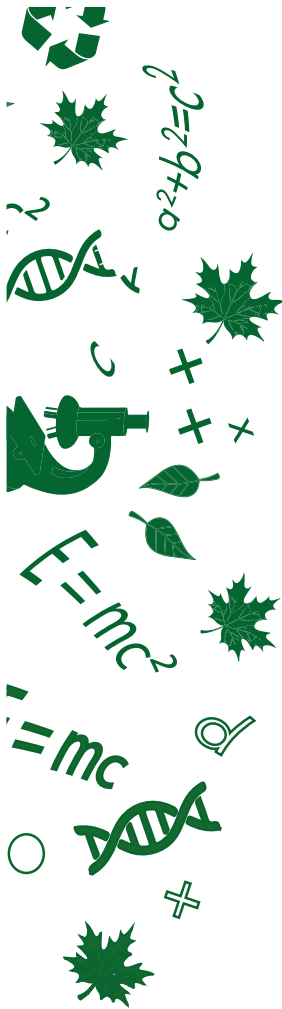
Inzerce

VYHLAŠUJEME KONKURZ  
NA ŘEDITELE ČI ŘEDITELKU

EKO Gymnázia  
a Střední odborné školy Multimediálních studií  
v Poděbradech



[ekopodebrady.cz](http://ekopodebrady.cz)





## SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA

**Speciálně pedagogické centrum v Poděbradech slaví 10. výročí od svého vzniku**

 Text: PhDr. Dana Marková – psycholog, vedoucí SPC

Historie speciálního školství v Poděbradech má více než 100letou tradici, datuje se od roku 1921, kdy zde byla založena pomocná škola, dnes Speciální základní škola Poděbrady. A právě při této škole vzniklo v roce 2013 „Komplexní speciálně pedagogické centrum v Poděbradech“, a to z popudu myšlenky PaedDr. Květy Husové, tehdejší ředitelky této školy. Cílem projektu byl rozvoj poradenských, asistenčních, speciálně pedagogických a psychologických služeb určených pro děti od 3 let věku s tělesným, mentálním a souběžným postižením více vadami, jejich rodiče a pedagogy. Speciálně pedagogické centrum (SPC) bylo dne 3. 7. 2013 zapsáno do rejstříku školských zařízení. Zpočátku sídlilo přímo v prostorách speciální školy, kde byla upravena

místnost pro potřeby psychologických a speciálně pedagogických vyšetření klientů, logopedii a zrakovou stimulaci, pro komunikaci s rodiči a administrativní práci sociální pracovníce. Počet klientů využívajících služeb speciálně pedagogického centra se postupně zvyšoval, poskytování služeb se ukázalo jako potřebné a efektivní. SPC aktuálně sídlí v pronajatých prostorách budovy Městského úřadu na adrese náměstí T. G. Masaryka 1130/18, Poděbrady. Ve školním roce 2022/2023 naše služby využívalo již 739 klientů. Prostřednictvím komplexní odborné poradenské péče zabezpečuje zařízení systematickou diagnostikou, poradenskou či konzultační činnost dle potřeb a charakteru obtíží dětí a žáků. Služba je poskytována dětem od 3 let do ukončení vzdělávání, a to bezplatně. Zajišťujeme respektující a bezpečné prostředí, snažíme se vymezit dostatečný časový prostor, aby vyšetření či konzultace poskytovaly možnost sdílet veškeré podstatné informace. Klientům se při vyšetření v oblasti diagnostiky i intervence věnuje dvojice odborníků, nejčastěji speciální pedagožka a psychologka. Aktuálně nabídka komplexních služeb zahrnuje i konzultace speciální pedagožky se zaměřením



TÝM SPECIÁLNĚ PEDAGOGICKÉHO CENTRA  
ZVE NA

## DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

Při příležitosti 10 let působení SPC

**Dne 2.11.2023  
10:00 - 15:00**

NAJDETE NÁS NA ADRESE:  
NÁMĚSTÍ T. G. MASARYKA, 1130/18,  
PODĚBRADY

**V odpoledních hodinách bude možná  
návštěva Speciální ZŠ v Poděbradech**

Těšíme se na Vás!

na řečový rozvoj a fyzioterapeutky. Samozřejmostí je týmová spolupráce všech pracovníků SPC. Rády vás přivítáme v našem zařízení a necháme vás nahlédnout do světa nových vzdělávacích příležitostí

a individuální péče, kterou naše speciálně pedagogické centrum nabízí. Budeme se těšit na vaši návštěvu 2. listopadu v rámci dne otevřených dveří.

## ZDRAVÍ

**Jak na virózu  
v době pocovidové?**

Milí čtenáři Novin pro Poděbrady, po krásném slunečném létu opět začalo období respiračních onemocnění a ordinace praktických lékařů pro děti, dorost i dospělé se musejí připravit na větší pracovní zátěž. Niže si dovoluji popsat ve zkratce obecný optimální postup pro pacienta, u kterého se objeví příznaky respiračního onemocnění – nejčastěji bolest či škrábání v krku, rýma, kašel, bolesti svalů a kloubů, pálení v očích. Jejich součástí může, ale nemusí být zvýšená teplota, únava, slabost, bolestivé polykání, průjem.

## PÍŠETE NÁM

**Dostavba Nového Žižkova a jiné akce**

Bez ohledu na změny na radnici, v radě města a v zastupitelstvu bylo od začátku jasné, že Nový Žižkov s.r.o. obytnou zónu Nový Žižkov (II. etapa) dostaví. Otázkou bylo pouze to, zda uvažovaný počet bytů je v souladu s územním plánem města, stejně jako počet parkovacích míst. Stavební úřad Poděbrady původní záměr zamítl, Krajský úřad vyhověl odvolání Nového Žižkova s.r.o. a nyní celou věc řeší (pokud již nedořeší) opět stavební úřad Poděbrady. Zkrátka Nový Žižkov se dostaví, byť třeba s drobnými úpravami. Zajímalo by mě,

**1. Otestujte se vlastním antigenním testem na covid-19**

Covid nezmizel, počátkem října bylo oficiálně potvrzeno cca 700 pozitivních pacientů na 100 000 obyvatel.

**2. V případě positivity testu zavolejte tuto informaci svému praktickému lékaři**

Lékař Vám poradí, jak dále postupovat vzhledem k Vašemu věku, zdravotnímu stavu a zdravotním rizikům. V případě vysoce rizikových pacientů je indikováno časně nasazení cíleného antivirotika (léčba v tabletách na 5 dní). Tato cílená léčba zabrání možnému přechodu covidové infekce do těžších stádií onemocnění (zejména oboustranná covidová pneumonie).

**3. Stran režimových a epidemiologických opatření je na místě 5denní omezení fyzických aktivit,**

zda investor (Nový Žižkov s.r.o.) dodrží sliby přednesené na zastupitelstvu města v roce 2019 a v reálu vybuduje: nebytový prostor pro prodejnu COOP (Jednota), dvoutřídní MŠ, dětské hřiště, park ve vnitrobloku, prostory pro dvě ordinace lékařů a další nebytové prostory. Snad se sliby splní. Nové vedení města představilo 14 priorit pro zbytek volebního období. Mimo uvedených 14 bodů postrádám řešení dalších důležitých akcí, přičemž na všechny existují na městě Poděbrady dokumentace. Jedná se o parčík v Divadelní ulici (pan Holas sliboval realizaci v roce 2019), rekonstrukci Jiřího náměstí, rekonstrukci křižovatky Lidická/Opletalova, rekonstrukci podchodu u železničního přejezdu u skláren v ulici

event. symptomatická léčba většinou mírných příznaků – léky na kašel, dostatek tekutin, vitamin C, horečku nad 38 °C snižujeme antipyretiky (Paralen, Novalgin aj.). Samozřejmostí by mělo být nošení respirátoru či roušky na veřejnosti, pravidelné mytí rukou.

**4. O vhodném režimu nemocného včetně ev. pracovní neschopnosti rozhoduje Váš praktický lékař**

Režim pozitivně testovaných pacientů je tedy podstatně volnější než v období let 2020–2022.

**5. Prodělané covidové infekty i podaná očkování dle současných medicínských znalostí nezaručují celoživotní imunitu,** proto je a bude vhodné každoroční podání posilující dávky proti covid-19. Tuto vakcinaci je možné aplikovat společně s chřipkovou

vakcínou (do svalů obou ramen).

**6. Kdo má obavu z aplikace obou vakcín současně,** může chřipkovou vakcínu odložit na období listopad – prosinec 2023. U obou vakcín dochází k výraznému zvýšení ochrany organismu před možnými těžkými komplikacemi covidového infektu či chřipky již v průběhu 5–10 dní.

**7. Rada na závěr** – obecně virózy i četná bakteriální onemocnění jsou tzv. samoúzdavná. Lékem je klidový režim, hodně vlažných tekutin, symptomatická léčba kašle, zvýšené teploty, ucpaného nosu, bolesti v krku (Priesnitz na krk, Panthenol 3 × 1 tbl mezi jídly, spray do nosu nejlépe Nasivin sensitive, Aescin 3 × 2 tbl na 3–5 dní). Pokud se zdravotní stav nelepší, následuje telefon lékařů či jeho návštěva.

**MUDr. Roman Kostínek**

U Bažantnice (Revoluční)/Jiráskova. Doufáme, že dojde také na jejich realizaci.

**Ing. Václav Šeberle**

Příspěvky zasílejte redakci na e-mail: redakce@novinypropodebrady.cz. Redakce nezodpovídá za obsahovou a formální podobu příspěvků v této rubrice.

### Poděkování

Když někomu přejeme „hodně zdravíčka“, ani si neuvedomujeme, jak důležitá to jsou slova. Jejich význam pochopíme až v okamžiku, kdy někoho z rodiny či z blízkých zradí zdraví. To se stalo i v naší rodině, když můj manžel onemocněl zákeřnou chorobou. Vedle zdravotní péče jsme potřebovali i pomoc od úřadů, a proto jsem se obrátila na poděbradský úřad práce, který sídlí na nám. T. G. Masaryka (Pentagon). Potěšila mě maximální vstřícnost, ohleduplnost a spoluúčast v řešení našich problémů. Všem pracovnícům bych chtěla poděkovat za jejich přístup, jmenovitě paní Zbraňkové za trpělivost a ochotu v jednání. Jsem už „dříve narozená“, a tak vyplňování dotazníků a jednání na úřadech není moje silná stránka. Děkuji všem, kteří nám pomohli, a zároveň jim přeji hlavně hodně zdraví.

**Růžena Rychecká**

**Koupím vojenskou vzduchovku** vz. 47, vz. 35 v jakémkoliv stavu. Děkuji za nabídku. Tel. 721 112 733

**Hledám pronájem bytu 1+kk – 3+1.** Poděbrady, Nymburk. Andrea Kučerová. Tel. 725 807 771

**Provedu různé řemeslnické práce dle dohody** | údržba zahrad: sekání zeleně, průřez, řezání dřevin pilou aj. | hloubkové čištění koberců a čalounění, různých podlah profi přístrojem. Tel. 704 070 820

## NOVINY PRO PODĚBRADY

### VZPOMÍNKA

*Kdo byl milován, není zapomenut.*

Před sedmi roky nás opustila paní **Mgr. Olga Trajhanová**, učitelka v Kutné Hoře a Poděbradech.

Celý život věnovala dětem, činnosti v Junáku a v Sokole. Vzpomeňte spolu s námi.

**Rodina Trajhanova, Lancova, Sukova, Sojkova a Svojšova**



 **Pro zábavu – zkuste uhodnout**

**...kde ve městě se nachází tento detail?**

**Správnou odpověď najdete na straně 8.**

Foto: Monika Langrová



## INFORMAČNÍ SERVIS

 **Je víkend nebo svátek a rozbolel vás zub?**

**Víme, kam na pohotovost**

Zubní pohotovost pro Poděbrady, ordinální doba 8–11 hod.

**4.–5. 11.** MUDr. Šimková Martina | Nymburk, Raisova 1542, tel. 325 512 994

**11.–12. 11.** MUDr. Chrz Pavel | Poděbrady, Proftova 370, tel. 325 615 564

**17. 11.** MUDr. Raba Pavel | Poděbrady, Proftova 370, tel. 325 613 310

**18.–19. 11.** MUDr. Vaněk Milan | Poděbrady, Čsl. armády 861/13, tel. 325 614 570

**25.–26. 11.** MDDr. Magát Jakub | Kolín, Komenského 182, tel. 737 547 554

**2.–3. 12.** MUDr. Jana Pekláková | Poděbrady, Jana Opletala 644/8, tel. 734 867 836

## NOVINY PRO PODĚBRADY Tiráž

**měsíčník • vychází první čtvrtek v měsíci**

Vydává: Mgr. Monika Langrová • Korespondenční adresa:

Hellichova 797, 290 01 Poděbrady • IČO: 09337067

• Registrace: MK ČR E 23991  
• Telefon: 723 550 281 • E-mail: redakce@novinypropodebrady.cz  
• www.novinypropodebrady.cz

• Redakce Mgr. Monika Langrová (vedoucí redakce), Lukáš Hladký, stálí spolupracovníci: PhDr. Jana Hrabětová, Milan Čejka, MUDr. Roman Kostínek, Ing. Boris Cacara

• Grafická úprava: Tomáš Čivrný  
• Inzerce: viz výše uvedené kontakty  
• Náklad: 1 200 výtisků  
• Tisk: Tiskárna BOFTISK, s. r. o.

**Příští číslo vyjde ve čtvrtek 7. 12. 2023**

**TERMÍNY VYDÁNÍ V ROCE 2024**

**č. 1 – 4. 1., č. 2 – 1. 2., č. 3 – 7. 3.**

**UZÁVĚRKA DODÁNÍ PŘÍSPĚVKŮ A PODKLADŮ  
PRO INZERCÍ JE VŽDY K 15. PŘEDCHOZÍHO MĚSÍCE**

**CENÍK INZERCE | PŘEDCHÁZEJÍCÍ ČÍSLA K PŘEČTENÍ  
VE FORMÁTU PDF najdete na www.novinypropodebrady.cz.**



Řádková inzerce

**Vysvětlím (doučím) gramatiku AJ (také on-line).** Více informací na tel. 602 552 183

**Prodám ložnici 1953, šicí stroj skříňkový, lustr křišťálový, komodu 1945.** Tel. 720 442 612

**Výkup STARÝCH peřin.** Tel. 606 514 445

**Pohlídám vašeho pejska/pejsky v RD se zahrádkou v Poděbradech.** Venčení, hraní, individuální přístup. Více informací na tel. 608 807 668

**„VYPRÁVĚJ MI SVŮJ PŘÍBĚH...“** Pomohu Vám vyladit Váš život, vztahy, práci a opět najít Váš životní smysl. Konzultace na základě tvůrčí automatické kresby a metody SRT. Tel. 722 589 572


**Sběratel s více než 30letou praxí koupí a ohodnotí starožitnosti všeho druhu, například obrazy, šperky, mince, zlato, porcelán atp.** Platím vždy hotově na místě, nejlepší ceny od sběratele. Nabídky můžete posílat na WhatsApp 732 961 266 nebo na mark.sberatel@seznam.cz.



SLUŽBY

Centrum sociálních a zdravotních služeb získalo Cenu Makropulos

Ministerstvo zdravotnictví v rámci Mezinárodního dne seniorů každoročně oceňuje mimořádné a v praxi osvědčené projekty, které řeší zdravotní a zdravotně sociální potřeby seniorů v Česku. Laureátem výroční Ceny Makropulos pro rok 2023 se stalo Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady o.p.s., které poskytuje sociální služby, služby domácí zdravotní péče a služby hospicové péče.

 Text: Monika Langrová  
Foto – zdroj: Ministerstvo zdravotnictví

Výroční Cena Makropulos je nazvaná podle divadelní hry Karla Čapka, která domýšlí odvěkou lidskou touhou po nekončícím životě. Poselství hry je možno chápat i tak, že nestačí jen přidat léta životu, ale je nutné přemýšlet o kvalitě života přidanych let. Ocenění představuje skleněný hranol s pergamenem a pečeti v etuji a peněžní šek v hodnotě 300 tisíc korun. Na udělení Ceny Makropulos 2023 Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady nomino-



vala MUDr. Jitka Šebková, předsedkyně okresní organizace Sdružení praktických lékařů ČR. „Jsem velice rád, že mohu dnes předat Cenu Makropulos pro rok 2023 zástupcům Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady, zajišťujícího poskytování komplexních sociálních služeb a služeb domácí zdravotní péče. Hlavním důvodem pro mé rozhodnutí byl vedle doporučení výběrové komise i úžasný přístup této služby k těžce zdravotně postiženým pacientům a seniorům, kterým je díky provázanosti zdravotní a sociální péče umožněno důstojně žít a dožít doma v kruhu svých blízkých,“ zdůraznil při slavnostním předání ocenění 4. října ministr zdravotnictví Vlastimil Válek. Centrum sociálních a zdravotních služeb (CSZS) Poděbrady pod svým hlavním mottem „Domov je doma“ zajišťuje všech-ny služby „pod jednou střechou“, a to včetně zapůjčení pomůcek, přístrojů, poradenství a psychologické podpory. Ta je směřovaná

i na pečující rodiny, které mají nezastupitelnou roli v péči o zdravotně postižené pacienty a seniory. Ředitelka centra Emilie Třísková vidí Cenu Makropulos jako odměnu, uznání a pochvalu za vybudování něčeho, co není v našem státě až tak obvyklé. „Během šestatřiceti let, kdy působím v terénních službách na okrese Nymburk, se podařilo nastavit funkční systém péče o občany v domácím prostředí. Nejen o seniory, ale také o občany všech věkových kategorií. Provázanost sociálních a zdravotních služeb pod jednou střechou společnosti zaručuje komplexní pomoc lidem, kteří se nacházejí v tíživé situaci. Ministerstvo zdravotnictví a Ministerstvo práce a sociálních věcí nyní řeší a definuje takzvané zdravotně sociální pomezí a my s ním pracujeme již třináct let. Ocenění je pro mne i velkým závazkem do budoucna. Nadále chceme naplňovat motto naší společnosti a poskytovat široký rozsah služeb, který lidem

umožní žít doma. Naše služby musí být dostupné včas a každému, kdo potřebuje pomoci,“ uvedla Emilie Třísková. Lékař hospicové péče CSZS Poděbrady MUDr. Tomáš Julák je rád, že pracuje v organizaci, která byla oceněna za poskytování zdravotních a sociálních služeb seniorům (a nejen jim) v domácím prostředí. „Domácí hospic jako součást tohoto portfolia mi dává smysl, jde o včasné a efektivní poskytování hospicové péče a rozšíření povědomí o hospicových službách. Domácí hospicová péče znamená hlavně sociální práci se zdravotním přesahem a současně z velké části podporu pečujícími osobám a ujištění, že se o své blízké dokážou postarat až do konce života,“ podotkl k tomu. Rodiny i jednotlivci, kteří se s profesionalitou, ochotou a citlivým přístupem pracovníků poděbradského CSZS setkali, ví, že je výroční cena ve správných rukách. Sama ředitelka centra ji hlavně vnímá jako poděkování zaměstnancům, se kterými ušla kus dlouhé, náročné cesty. Těm, kteří se podílejí na přímé péči. „Ať to jsou pečovatelské, zdravotní sestry, sociální pracovníce, vedoucí, psycholog, či lékaři, duchovní a další pracovníci v týmu – všem patří za jejich obětavou, dobře odvedenou práci projev hluboké úcty a vděčnosti,“ řekla Emilie Třísková.

SOUTĚŽ O KRABÍČKU VÁNOČNÍHO CUKROVÍ Z LOW CARB V SRDCI

Cukroví je jako vždy BEZ MOUKY, CUKRU a LEPKU. Základ tvoří samé oříšky – mandle, pistácie, kešu, lískové a vlašské. Jejich lahodnou chuť doplní ganache krémy z low carb tmavé a bílé čokolády, spousta lyofilizovaného čili mrazem sušeného ovoce – brusinky, černý a červený rybíz, maliny. Dále 100% oříškové máslo a domácí džemy a nejen na ozdobu celé para ořechy. Voní po pravé vanilce, skořici, hřebíčku... Luxusní vánoční cukroví je vyhledávané nejenom vyznavači zdravého životního stylu KETO, LOWCARB, ale i DIABETIKY a CELIAKY.




Foto: Low Carb v srdci

**Otázka: Jaký druh v krabíčce byste v případě výhry ochutnali jako první? Který vás nejvíce láká?**  
od roku 2019  
Krabíčka obsahuje 10 druhů cukroví, jejich názvy najdete na [www.lowcarbvsrdci.cz](http://www.lowcarbvsrdci.cz), e-shop v horní nabídkové liště.

Odpověď zašlete do 30. 11. 2023 na e-mailovou adresu: [redakce@novinypropodebrady.cz](mailto:redakce@novinypropodebrady.cz). Nezapomeňte připojit své jméno a telefonní číslo a souhlas se zveřejněním jmen vylosovaných výherců. Z došlých správných odpovědí vylosujeme 1 výherce, který získá krabíčku (1 kg) cukroví z Low Carb v srdci v hodnotě 1 450 korun.

HISTORIE

O LIDOVÉ SLOVESNOSTI, ANEB JAK SE MEZI LIDEM VYPRÁVĚLO

 Text: PhDr. Jana Hrabětová  
Foto: archiv Polabského muzea

Zájem o život prostého venkovského lidu a o jeho kulturu hmotnou i duchovní projevil jako první osvícenci na konci 18. století. Nejdříve to bylo ve Francii a záhy pak skoro po celé Evropě. Začali také písemně zaznamenávat i nejrůznější projevy lidové slovesnosti, které vznikaly anonymně a šířily se jen ústním podáním. A tak i v našich zemích máme podchyceno velké množství nejrůznějších ukázek lidového podání, do něhož patří především pohádky a pověsti, pak pověrečné povídky, humorky a anekdoty, lidová vyprávění ze života, ale i přísloví, pranostiky, hádanky, dětská říkadla, rozpočítadla atd. Během celého 19. století se o ně zajímali jak naši přední literáti jako F. L. Čelakovský, Božena Němcová či K. J. Erben, tak řada známých i neznámých národopisných sběratelů. Ke konci století, kdy zájem o lidovou kulturu v české společnosti vrcholil a připravovala se velká Národopisná výstava československá (1895), bylo jich mnoho hlavně v řadách maloměstské inteligence, především učitelů. Taková se samozřejmě našli i na našem Poděbradsku.

Pilný učitel Čechetka

K nejpilnějším národopisným sběratelům tehdy patřil novohradský rodák a učitel František Josef Čechetka (1871–1926). Ten od

roku 1890 učil a pilně sbíral nejen lidovou slovesnost, ale i další artefakty lidové kultury nejdříve ve vesnicích kolem Městce Králové a pak do roku 1923 i v Poděbradech, když učil na zdejší měšťance. Není proto divu, že za mnohaletého pobytu na Poděbradsku nejenže objevil řadu námětů, které pak využil ve svých četných historických povídkách, románech a divadelních hrách, ale zachoval nám ve svých národopisných článcích a knihách i mnoho projevů lidové slovesnosti. Trvalou národopisnou hodnotu má jeho „Královéměstec-ko. Monografie s obrázky lidového života“, která vyšla v roce 1895, a pak obsáhla stať o různých stránkách života lidu ve zdejších krajích, která vyšla jako součást monografie „Poděbradsko. Obraz minulosti i přítomnosti (I. díl, 1906).“ Kromě toho až do konce svého života přispíval četnými články do odborných národopisných i regionálních časopisů.

Sběratelé pověstí

F. J. Čechetka nebyl jediným sběratelům v kraji. Na konci 19. století ve vesnicích na Nymbursku zapisovali folklor i další sběratelé především z řad venkovských učitelů. Například z pera libického učitele Františka Jenneho máme záznamy velkého množství regionálních pověstí, které získával velmi často prostřednictvím svých žáků. Sebrané pověsti z Poděbrad a nejbližšího okolí otiskl v Poděbradsku (I. díl, 1906. str. 321–330). Zde je jejich přehled: „O výklady jména Poděbrady není nouze: Místo pode brody; obyvatelé nosili vousy podbradky; v dívčí válce ženy bodaly pode brady; u Schallera čteme i kozí brady; jiný výklad: ‚Pod je brdy‘ (pod vrchy) zdá se nejspřávnější. Král Přemysl I. založil při Labi čtyři

sruby a rybáře tu usadil. Brzy vznikly dvě vsi Karmel a Sychrov v místech dnešního města. Z rybářů se stali lupiči, kteří se vybízeli k loupeži: ‚Pojďte brát‘. Král je dal schytati a na koly narážeti. – Stará osada byla u Labe ‚Na vinicích‘. Když r. 1496 deset haviřů nevinných bylo u Poděbrad státo, přišlo 9 dní a nocí, až déšť smyl krev nevinnou. Voda tekla do bezedné tůně u ‚Jordánu‘. Dub krví haviřů postříkaný nesl žaludu s kápí haviřskou. Zámeckého hejtmána, když se vracel od popravy, zabil blesk. U kostelíčka r. 1624 vyprýštila studánka a po celý měsíc krev z ní tekla. – V ‚Jordáně‘ žil hasrman; naposled utopil vozku i s koňmi, aby vozka dovážel šaty vodním pannám. – I ve Skupici je vodník a každoročně oběť si vyžádá. Pod jezem také býval a vystěhoval se do Zboží. – Voda z Bláhovy studánky zhojí každou nemoc. – Voda v Labi je proto čistá, že na dně jeho leží mnoho pokladů, zlata, které za vojny tu lidé ukryli. Kdo se vodou labskou před východem slunce na velký pátek omyje, uvaruje se vyrážky, nečistoty těla. – Z doby poddanství vypráví se o justiciárovi, který ve dvou osobách současně se zjevoval, o auditorovi, který po smrti na ohnivém voze po městě jezdil. – O zámku je pověst, že chodbou podzemní je spojen s Libicí. – O pobytu krále



Bedřicha II. Pruského (na průho-ně v domku č. 25 r. 1748 ‚u Fridrichů‘) kolují pověsti nejrozmanitější. – ‚Kočičí hrádek‘ blízko nynějšího Sansparelu stával a ‚Siroťci‘ měli u hrádku r. 1420 ležení. Jiná pověst praví, že stával v místech Huslíku a že ho Siroťci postavili. Zničena byla na dobro r. 1862 při stavbě pece cihelné. V krajině bývalých rybníků a tůní byl domov ohnivých mužů; jako soudky se váleli v noci, kotmelce metali, vábíce lidi do bažin k Labi. Koho svedli, toho podupali a ‚utumlovali‘ k smrti. V Polabci se do devátého kolena nikdo neutopí. To o posvícení pohostili sousedé vodníka, výslužku mu dali, že sotva ji unesl. Za to jim dal ten slib. Bor, velký neprostopupný les býval před věky sídlem lupičů a postrachem všech cestujících. Loupežný rytíř Košínecký v Košinci mívál tvrz a dlouho po smrti strašil lidi. V pravé poledne na koni se zjevil, děsil dřevorubce, pasáky, lidi houby sbírající z lesa vyháněl. Pak byl zaklet z lesa vyháněl. Pak byl zaklet v hasrmanu a u jezer strašil. Když ženy na ‚kulturu‘ chodily, vídaly ho v pravé poledne na pařeze; měl hlavu jako větel a břicho jako putýnku a zpíval si. – Černoborka, tajemná čarodějka, v Boru sídlila, léčivými bylinami lidem pomáhala. Křivě byla v Poděbradech obžalována a již měla být upálena. Král Jiří z Poděbrad ji udělil milost (motiv

z dramatozoval J. Santl). – Šumí-li Bor o Štědrý den, zdaří se v příštím roce dobytek i obilí. Mezi Klukem a Polabcem byla svedena dívčí vojna, při níž ženy pode brady bodaly.“

Za zimních večerů

Půvabný obrázek o tom, jak a kde takové pověsti a lidová vyprávění vznikaly a šířily se mezi vesnickým lidem, nám zanechal opět F. J. Čechetka v článku „Jak žili naši otcové“ (Věstník III. 1900, s. 164). „...Polní práce s krku, počasí nestojí za babku, přes tu chvíli mrholí, na blátě tvoří se holomrazy, každý tihne do teplé světnice. Blíží se dlouhé zimní večery, kolovraty stěhují se z púdy – přástky jsou tu se všemi půvaby. Po klekání schází se chasa i staří denně na táč ve stavení, kde jsou holky na vdávání. V krbu hoří smolné pařížky jako uzzenina, v paprsku bliká ve svícnu louč. Kolovrátky vesele vrčí, a pilné přadleny předou o úkol, aby do Martina měly nejméně deset pásem. Ženáci bafají do taktu u stolu, a hoši pomáhají děvčatům, hledají pod lavicí puštěný kužel, kradou hubičky. A jak při tom práce ubývá. Kuželíček v pondělí přadleny nadívají a v sobotu jsou přadlena na plotě. Hospodyně spřádá kracle s vochličky na cívku, přízi skládá na ošatku a když je plna, měří na motáku. Větší děti zaučují se na větřánku přísti, i čeledín, když nadělal loučí, nadívá na hřebínky, krampluje. A s nití na kolovratech přede se o přástkách ‚zlatá‘ nit bájí, písní, pohádek, zde odehrávají se vesnické romány. Světnice plna hovoru a smíchu. Mladí mluví více očima, za to staří, ženy i mužové, vedou hovor, každý něco ví, zvláště babička je nevyčerpatelná. Dnes je večer tajuplných vyprávování o šotkovi,

o mŕách a světylkách. Vypravují o ohnivém muži, jak chodil do Pátku a posměváčka sedláka tumloval. Jiná viděla bludičky u Vinic, v lese velenickém, u Chotánek a znala o nich celou řadu příhod. Pak přejdou na duchy, hejblata, zjevení... Nikdo ani nedutal, když stará Břichňáčka začala: ‚A co byste tomu řekli, že se mně můj nebožtík starej letos zjevil, když...‘ – ‚Jiďte do Peček a neděste děti!‘ zakřikla ji hospodyně, a hluchý smích umlčel ochotnou vypravěčku. Sborem zazní písnička národní, čistá od srdce – za ní druhá, třetí, až do rozchodu. Jindy se mluví o posvátném vojsku v tajemném Oškobrhu, jak slyšeti v kopci o Květné neděli dunění, a jak voje v nejtěžší době vyrazí z hory pod korouhvi svatováclavskou, až země zaduní pod kopyty koňů, leskem mečů oslepi a silou potrou pruské vojsko mezi Cidlínou a Mrlínou. A již navazuje vypravování nové o kněžně Libuši, zakleté v jezeře libickém, o dívčí válce mezi Polabcem a Kluky, o hraběti Šporkovi v Lysé a jeho dívech v Kuksu, o kouscích velkodušného loupežníka Babinského, jenž v Prachovských skalách bydlel, bohatým bral a chudým dával, o Prajzích a jejich králi Fridrichovi, o císaři Josefovi a druhých bezpočtu. Také čtení o Jenověfě, Enšpígluvi, doktoru Faustovi, o Štíflírdi a Brucvíkovi vyplní se mnohý večer. A jak se těšili na přástky tam, kde některý písmák předčítal českou kroniku! Nejlepší bývaly ovšem pohádkové večery, kdy babička na prosbu malých písklat na pecánku dala se do vyprávování. Mužští přítlači-li palcem tabák v dýmce, aby nerušili, ženské přislinily ‚honzí-ka‘, aby neskřípěl, a již fantazie stařenky unáší v lepší svět, zapudí na chvíli starosti denního života, lopoty...“







## DDM SYMFONIE

### Zprávy z dění v Symfonii

• Ve třetím zářijovém týdnu byla zahájena činnost našich kroužků v letošním školním roce. Otevřeli jsme celkem 165 kroužků, ve kterých je přihlášeno 1 909 účastníků.

• Nabízíme poslední volná místa v těchto kroužcích: Šachový kroužek, Nerf 2, Angličtina bez učebnice – let's talk, play and learn 2, Kroužek plastického a papírového modelářství, Hrajeme si, tvoříme a recyklujeme, DRAM a tak – teens, Z dílen světových umělců, Hudební kroužek, Street dance – píďata Lenka, Hrajeme si s mikrokontrolery.

• Od listopadu otvíráme nové kroužky: Salamandří sluj – Deskovky, Kuželky příprava a Novinařina.

• Hledáme asistenta pedagoga na kroužek Atletika v pondělí 16.00–17.00. Dále hledáme lektora nebo dobrovolného pomocníka na kroužky Elektroniky v pondělí 17.00–18.30 nebo úterý 16.00–17.30. Není potřeba hluboká znalost, stačí umět pracovat s pájkou, přečíst základní schéma a znát základní součástky. V případě zájmu pište na karbolkovaj@ddmpodebrady.cz.

• Připomínáme možnost procházek se Skřípalíkem s názvem Tváře domů. Tajemní skřítky se objevily ve 21 domech a objektech v Poděbradech a neměly by je opustit do 13. 11. Skřípalici vám po načtení QR

kódu v jejich blízkosti odvypráví příběh domu.

### Pozvánky a nabídky

• Stále můžete tvořit vánoční přání pro radost a nosit je do 11. 12. do DDM, aby v prosinci udělala radost osamělým seniorům v regionu.

• A také k nám můžete nosit staré nefunkční mobily a tablety do sbírky, kterou pořádá 3. B ze ZŠ Václava Havla Poděbrady pro ZOO Praha. I u nás je sběrné místo.

• V listopadu se můžete těšit na Světýlkovou cestu plnou zábavných úkolů (pátek 10. 11. od 16.30 do 18.30).

• Ten samý den 10. 11. se bude také konat Melicharův charitativní bazárek v čase od 9 do 18 hodin. Dorazte podpořit dobrou věc – pro pomoc, radost, nebo pod stromček si přijďte koupit oblečení, módní doplňky, kabelky, boty, hračky, dětské knížky. Výtěžek je určen na pomoc rodinám dětí s těžkým autismem, mentálním a fyzickým postižením.

• Pro květ vlčího máku, symbol

úcty k válečným veteránům a dalším bojovníkům za svobodu, si můžete v listopadu přijít na recepci DDM. Zapoili jsme se do akce Sběrka ke Dni válečných veteránů probíhající od 1. do 30. 11.

• Zajímají vás outdoorové aktivity? Chcete se zdokonalit v tom, co vás baví? Jste ve věku 14–24 let? Přijďte k nám zažít DofE. V sobotu 11. listopadu v čase 9.00–11.00 připravujeme projekt pro mladé lidi k programu Ceny vévody z Edinburghu.

• Blíží se adventní čas a s ním i naše tradiční Vánoční Symfonie v sobotu 25. 11.

• V prosinci se těšte na Čertovsko-mikulášsko-andělské radovánky, které pro vás chystáme v lázeňském parku v pátek 1. 12.

Více informací na [www.ddmpodebrady.cz](http://www.ddmpodebrady.cz)

Přejeme vám krásné podzimní dny

Vaše Symfonie



## Značková prodejna Ryor Poděbrady

### Limitovaná láskyplná edice s ilustracemi Pura Vida



- Pura Vida Zjemňující cukrový peeling Lemongrass BOŽSKÁ, 211 Kč
- Pura Vida Sprchový gel 3v1 pro muže STEREOTÝPEK, 167 Kč
- Pura Vida Krém na ruce s vůní zel. čaje Matcha KRÁVA, 145 Kč
- Pura Vida Výživné tělové máslo s vůní zel. čaje Matcha KRÁVA, 195 Kč

- Pura Vida svíčka s vůní šeršku JEDNOROŽEC, 264 Kč
- Pura Vida svíčka s vůní santalového dřeva MALÝ PRINC, 264 Kč

*V nabídce máme i značkové parfémy, dárkové předměty, čaje, apod. za akční ceny.*

### ♥ Kdy máme otevřeno?

Po–Pá 8:30–17:30  
So 9:00–13:00

### ♥ Kde nás najdete?

Značková prodejna  
Ryor Poděbrady  
Komenského 40  
(kousek od kolonády)



Sledujte nás  
na Ryor Poděbrady

**Sleva 15 %**  
na produkty Ryor

Možné uplatnit v prodejně Ryor Poděbrady.

**Platí od 2. 11. do 2. 12. 2023**

Platí pouze pro maloobchodní zákazníky.

Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

# VESELÁ TROJKA

Paula Krávková



**pátek 10. 11. 2023**  
od 19:00 hod.

Kongresové centrum Lázeňská kolonáda Poděbrady

Vstupné: 150 Kč (hosté lázní), 220 Kč (veřejnost a na místě)

k zakoupení ◀ GoOut a v recepcích hotelů

[www.lazne-podebrady.cz](http://www.lazne-podebrady.cz)



Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

## KŘESLO PRO HOSTA



**s Yvettou Blánarovičovou**  
**středa 29. 11. 2023**  
od 19:00 hod.

Kongresový sál Lázeňská kolonáda Poděbrady  
Moderace PhDr. Jiří Vaníček

Vstupné 150 Kč (lázeňští hosté),  
200 Kč (veřejnost a na místě)

Vstupenky k zakoupení v recepcích ◀ GoOut a na místě






## PŘÍRODA

### Co to žije na dně v bahně?

**Výlovy rybníků na Nymbursku a snížené hladiny Labe a vodních toků v Poděbradech a okolí nabízí až do pozdního podzimu možnost nahlédnout do života jedné starobylé skupiny vodních živočichů.**

 Text a foto: Ing. Boris Cacara

Celý život tráví pod hladinou. Tam se navíc zavrtávají do bahna a teprve při odhalení dna je lze zahlédnout. Jejich různorodé perleťové schránky jste si mohli také přivést jako vděčný suvenýr z dovolené, od moře i od tuzemských vodních nádrží a rybníků, kde se často povalují v písku. Možná máte ve šperkovnici brož nebo i perlový náhrdelník z jejich schránky. Z lastury mlžů. Mlži (lat. Bivalvia) se v moři objevili již v kambriu, před 540 miliony lety,




**I tato velká lastura velevruba malířského o velikosti 15 centimetrů se nachází pod hladinou ústí Skupice pod poděbradským zámkem.**

jsou tedy současníci trilobitů. Na rozdíl od nich přežili celkem úspěšně všechna období masových vymírání druhů v následných geologických periodách. Do dneška se rozšířili i do sladkých vod až do těch nejmenších potoků a potůčků. Za tu dobu se stihli adaptovat na okolní prostředí, jejich pevné lastury z uhlíčitanu vápenatého se vyskytují v rozmanitých tvarech a barvách, což oceňují sběratelé mušlí a ulit jakéhokoliv věku. Ve vodách Poděbradska se

vyskytuje velevrub, škeble říční i škeble rybníčná, dále okružanka a invazní slávička mnohotvárná a další druhy. Velevrub má druhové jméno malířský (Unio pictorum), anglický název zní painter's mussel. Je to proto, že malíři používali jeho lastury k míchání barev, vždyť ty největší lastury měří až 14 centimetrů a vnitřek je krásně hladký. Velevrub říční je veden jako kriticky ohrožený. Společně s dalším velkým mlžem velevrubem tupým byl ještě v minulé polovině

ti. Přece jen jsme na loňském MČR měly jen jednu účastnici a nyní již devět. Děkujeme i všem obětavým trenérkám, které jsou našim dívkám také životními a sportovními vzory, Nele Vohradské, Anně Špitálské, Betty Kárové, Natálii Kratochvilové a Pavlíně Hlaváčové.

### Nové úspěchy žáků poděbradské gymnastiky

 Foto: archiv Oddílu gymnastiky TJ Sokol Poděbrady

Tréninky v novém gymnastickém sále poděbradským gymnastům svědčí a již nyní se tato společná investice jednoty a města Poděbrady zúročuje. V sobotu 14. října v Kolíně proběhl Memoriál Karla Hartiga. Účast na tomto závodě trenér Miroslav Zmeškal dlouho zvažoval, protože se jedná o náročný podnik, na který trenéři posílají své nejlepší žáky. V konkurenci závodníků z Kladna, Vršovic, Zlína, Kolína, Liberce a dokonce ze slovenských Malacek naši chlapci obstáli. Mezi staršími žáky si stříbrnou medaili vybojoval David Knotner a na místě čtvrtém byl Josef Toman. V kategorii mladší žáci za nás bojoval Radek Pošík s krásným pátým místem. (rs)



### Putování za Zdenou, dcerou krále Jiřího

 Text: Zdeňka Formánková

Klub českých turistů Poděbrady uskutečnil 4. října dlouho odkládaný zájezd do Míšně a partnerského města Tharandtu. Vyjžděli jsme v šest hodin ráno a vrátili se v šest hodin večer. Cestu autobusem přes Německo nám vyprávěním o této zemi, konkrétně o Sasku, krátila naše průvodkyně paní Žmudová. Po dálnici se jelo jako po másle a v devět hodin jsme podle plánu byli v Míšni. Ta je sice proslulá svým porcelánem, my jsme však jeli za dcerou krále Jiřího z Poděbrad Zdenou. Začali jsme tedy výstupem

dvacátého století rozšířen jako běžný a hojný druh. Naši předkové je sbírali především k jídlu pro sebe i pro dobytek. Dokonce je používali pro výrobu knoflíků, vzhledem k jejich silnostěnné lastuře. Rápidní úbytek nastal teprve při regulacích koryt řek, jejich prohlubování a čištění. Daleko rozšířenější je škeble říční. Její schránka je nazeleňalá až hnědá, běžně obývá slepá ramena lužního lesa, tůně i klidné bahnité vody. Její příbuzná škeble rybníční může dosáhnout velikosti až 22 centimetrů a je tak rekordmanem mezi měkkýši v České republice. Význam obou druhů škeblí je zejména v tom, že jsou velmi citlivé na dusíkaté látky a chemikálie, což z nich činí indikátory čistoty vod. To platí i pro ostatní sladkovodní mlže, pokud zmizí z nějakého vodního toku, je něco špatně. Co je na mlžích zajímavého z hlediska životního prostředí? Především to, že to jsou výkonní filtrátoři. Jsou to miniaturní biologické čistírny odpadních vod. Mlži nepřetržitě spodní částí těla nasávají proud

vody a s tímto proudem i jakoukoliv biomasu, odumřelé organické zbytky, fytoplankton či drobné částice říčního dna. Jedná se o jejich potravu, tím čistí vodu i říční sediment. Zatímco v zemině, respektive v kompostech, podobnou funkci obstarávají žížaly, ve vodě je to úloha nejrůznějších škeblí, perlorodek a velevrubů. Ti vývojově jednodušší mlži se mohou dokonce doslova prokousávat hutným bahnem nebo pískem. Přirovnání k čističkám odpadních vod je zde oprávněné, například velcí mlži z čeledi velevrubovitých denně profiltrují až 7 litrů vody. Čím více je mlžů v daném vodním toku, tím čistší tento tok je. Zajímavá je také jejich schopnost dožít se vysokého věku. Zatímco u velevrubů je to až 90 let, což je rozpoznatelné podle sečení rýh na lastuře, jeden ze zástupců mořského mlže rodu Arktika se dožil stáří 507 let. To z něj udělalo nejstaršího žijícího zdokumentovaného živočicha. Pro ochranu mlžů a ostatních měkkýšů


je důležité sledovat stav hladiny vody v suchých obdobích. Nízký stav nesmí být dlouhodobý, škeblím a ostatním vodním živočichům musí být umožněno, aby se dostali ze suchého místa. Jinak je nutný jejich transfer, někdy i tisíců jedinců, za pomoci dobrovolníků z ochrannářských organizací. Také je nutné zabránit neuváženému bagrování vodních toků. Jakékoli prohlubování koryta musí být spojeno se zabezpečením ochrany mlžů.



**Škeble říční bez přerušení čistí labskou vodu.**

## SPORT


### Aneta a Kristýna jsou mistryněmi republiky

 Text: Michaela Holubcová  
Foto: archiv Aerobic teamu Butterfly

V polovině října se v Kladně uskutečnilo Mistrovství České republiky ve sportovním aerobiku a fitness týmech. Pro mnohé účastníky to byl také kontrolní podnik před nadcházejícím mistrovstvím světa v belgickém Gentu (26.–28. 10., pozn. red.). Aerobic team Butterfly se může pochlubit krásným umístěním svých závodnic a také tím, že sedm dívek reprezentuje ČR a město Poděbrady na světovém šampionátu. Junior duo Karolína Prokšová a Anna Třetinová si odvezlo z MČR 3. místo. Pro děvčata je to velmi zdařilý výsledek. Karolína se zúčastnila i závodu jednotlivců a obsadila 6. příčku. V senior triech se představily Anna Hejmanová, Natálie Vínecká a Amálie Paslerová a vybojovaly 5. místo. Největšího úspěchu dosáhla Aneta Bedmová, která se stala Mistryní České republiky v kategorii junior ženy. Aneta a její partačka Kristýna Fryšáková získaly další zlato v kategorii Youth dua. „Mistrovství republiky jsem si moc užila a přála si předvést skvělý výkon, což se mi podařilo. Jsem vděčná za podporu našich úžasných trenérek Michaely Holubcové a Aleny Bedmové a samozřejmě všech, kteří nám pomáhají. Momentálně se intenzivně připravuji na mistrovství světa, a doufám, že předvedu svůj nejlepší výkon. Budu se moc snažit obhájit titul z loňska a stát se i pro letošní rok mistryní světa,“ řekla Aneta Bedmová.



### Sokolské závodnice braly na MČR bronz

 Text: Monika Sobotková  
Foto: archiv Oddílu aerobiku TJ Sokol Poděbrady

Oddíl aerobiku TJ Sokol Poděbrady vyslal do Kladna na Mistrovství České republiky ve sportovním aerobiku a fitness týmech devět dívek. Pro kategorii 8–10 let je soutěž pojmenovaná podle zakladatelky Českého svazu aerobiku Jitky Poláškové. V tomto memoriálu nás zastoupily tři nejmladší závodnice. Klauďie Kadlecová se umístila na 3. místě. Na zkušenou vyjela i dvě osmiletá děvčata Eliška Podhajská (9. místo) a Sofie Novotná (10. místo). Kategorie kadetů (11–12 let) se účastnila Míša Pospíšilová. I když celou sezónu startovala ve II. výkonnostní třídě, měla možnost se předvést i v této nejvyšší a přivezla si ze šampionátu krásné 6. místo. Tímto výkonem si definitivně vybojovala postup do nejvyšší třídy. Stejný postup jsme zvolily u fitness týmu Rebelky. Celou sezónu kraluje ve II. výkonnostní třídě a z MČR si přivezl báječné 6. místo. Rebelky startují ve složení Vanessa Hubalovská, Karolína Křížková, Klauďie Kadlecová, Anna Vaněrková, Míša Pospíšilová, Eliška Točilková a Agáta Novotná. V silně zastoupené kategorii juniorů ve věku 13–15 let, kde startovalo 28 závodnic, jsme měly naši skvělou Aničku Vaněrkovou (na snímku).



Ta získala titul 2. vicemistryně. Jsme rády, že se jí závod povedl tak, jak si vysnila, a užila si krásný pohár a medaili za 3. místo. Chtěly bychom moc poblahopřát všem našim závodnicím za výborné výkony a velký posun ve výkonnos-

### Pozvánky

#### Galavečer boxu po jedenácté

Další charitativní Galavečer boxu v Poděbradech má pořadové číslo 11. K tomu se skvěle hodí i datum konání 11. 11. 2023. Ale je i jedno číslo, které zná každý Čech a celý sportovní svět. A to „68“. Ano, hádáte správně, naše největší hokejová hvězda Jaromír Jágr věnuje svůj podepsaný dres na podporu Speciální základní školy v Poděbradech, konkrétně na výjezd dětí na školu v přírodě. Další hosté, kteří se dražby zúčastní, budou režisér Tomáš Magnusek, herci Martin Dejdar a Erik Karvai. Galavečer boxu se uskuteční od 18 hodin v Kongresovém centru Lázeňská kolonáda. Na programu je Olympijský box, Manažerská extraliga boxu. Večer pořádá Boxing Poděbrady. Více informací na [www.boxingpodebrady.cz](http://www.boxingpodebrady.cz).

#### Zápasy

##### Fotbal – Hřtěš FK Bohemia

**Sobota 4. 11.** | 14.00 | FK Bohemia Poděbrady – TK Slovan Lysá nad Labem, I.A třída

##### Fotbal – Hřtěš SK Slovan Poděbrady

**Sobota 11. 11.** | 10.00 | SK Slovan Poděbrady – Dolnobousovský SK, I.A třída

##### Hokej – zimní stadion

**Sobota 11. 11.** | 17.00 | HC Poděbrady – HK Králův Dvůr, Krajská liga mužů

#### Plán výletů KČT Poděbrady na listopad

So 4. 11. Rtně v Podkrkonoší – Hronov, 13 km | St 8. 11. Kohoutův mlýn, Červené Pečky (NS), 8 km | St 15. 11. Hradec Králové – architektura, 10 km | St 22. 11. TAJNÝ výlet s překvapením, 12 km. Podrobné informace lze najít na vývěsce u Pentagonu nebo na [www.kctpodebrady@netstranky.cz](mailto:www.kctpodebrady@netstranky.cz).

na vrch Berburg, na který vede 193 schodů a na němž se nachází gotická katedrála Meisnerdom zasvěcená sv. Janovi a Donátovi z Arrezu a zámek Altbrechtsburg, údajně první zámecká stavba v Evropě. Navštívili jsme nejdříve katedrálu, kde je pohřbena Zdena Česká zvaná též Sidonie Česká a položili na její hrob kytičku. Vyslechli jsme si její životopis a postupně obešli všechny hroby, o každém nám naše průvodkyně řekla, kdo je tam pochovaný a jaký měl vztah ke Zdeně. Pak jsme obdivovali nádhernou gotiku katedrály. Vzápětí jsme přešli do zámku se třemi poschodími a mnoha nádherně zdobenými sály. Každý dostal zapůjčeného audioprůvodce v češtině, a tak si mohl prohlídku zámku vychutnat. Po prohlídce jsme sešli změtí úzkých křivolakých uliček s průhledy na město do starobylého centra, kde se nám naskytl pohled na největší stavbu na náměstí Markt – nejkrásnější měšťanskou stavbu

v Míšni – radnici. Na náměstí je k vidění také pozdně gotický trojlodní halový kostel Frauenkirche. Od roku 1929 se na něm nachází vůbec první zvonkohra s 37 zvonky z míšeňského porcelánu. Na náměstí jsme se vyfotili před radnicí, posvačili a prošli se pár uličkami, k čemuž nám každou chvíli zahrála zvonkohra. Celé centrum staré Míšně je dlážděno tak zvanými kočičmi hlavami. Autobusem jsme se pak přesunuli do malého městečka Tharandtu, pro nás významného tím, že na zdejším hradě dožila svůj život vévodkyně Zdena – Sidonie, manželka vévody Albrechta Srdnatého. Po její smrti již hrad nebyl obýván. Po úderu blesku a následném požáru vydal kurfiřt August Saský povolení ke stržení objektu. Hrad byl dvoudílný – horní a dolní, na místě dolního dnes stojí kostel Svatého Kříže. V těsné blízkosti hradu nás zaujal nový zámek, který si jako ateliér nechal postavit sochař Ariel – hrabě z Recke-Volmersteinu

místo venkovského domu. Později byl přestavěn v maursko-orientálním tudorovském stylu. V roce 1936 vyhořel a po opravě získal dnešní podobu. Dnes je v soukromých rukou. Viděli jsme, co jsme chtěli, počasí jsme pěkně měli. Výlet to byl náročný, ale stál za to. Děkujeme městu, že nám umožnilo zájezd uskutečnit.

### Patrik to na desítce umí

Během září se juniorský běžec Patrik Chlubna zúčastnil dvou 10kilometrových běhů mezi muži a uspěl na nich vskutku dobře. Na 127. ročníku silničního závodu Běchovice–Praha doběhl v kategorii Muži 19–34 let s časem 00:37:36 na třináctém místě. Ještě dříve se zúčastnil 7. ročníku Zátokovy 10 ve Staré Boleslavi a byl v mužích od 18 do 39 let s časem 00:39:28 pátý, celkově v mužích skončil šestý. 28. 10. se stal absolutním vítězem Sokolského běhu republiky v Poděbradech. (mol)

#### Správná odpověď ze strany 4

Tramvaj se nachází v zahradě rodinného domu na rohu ulic Dr. Horákové a Dr. Beneše.