

WWW.NAZADUSI.ESTRANKY.CZ

LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ

**Číslo:****45. / 2009****pro týden****25. 11. – 2. 12. 2009****pravidelně nepravidelný týdeník z Loužnice a okolí**

Z DOMOVA



BLÁZNIVÉ POČASÍ – letošní bláznivé počasí, nezavařilo, jen nám lidem, ale i přírodě. Jablonož již sama netuší co je za roční období a tak pro jistotu má na svých větvích listy, jablka i květy....



SVĚTLO SVÍTÍ - Po dlouhých týdnech, kdy byla odstraněna konzole z domu čp.

59, protože paní Helena B. dělala problémy s jejím návratem, se OÚ Loužnice rozhodl a vytvořilo se jisté „přemostění“, tím se tento způsob vyřešil a část Loužnice zase večer a ráno svítí. Nejdříve se uvažovalo o postavení nového sloupu na veřejné osvětlení, ale nakonec to nebylo potřeba.



LOUŽNIČTÍ HASIČI ZASAHovali – Info policie ČR - V neděli 22. 11. 2009 v 12,15 hodin došlo na silnici



mezi Bratřikovem a Loužnicí k dopravní nehodě. Ve směru od Tanvaldu jel s vozidlem Nissan Almera 40letý muž z Liberce. V důsledku nepřiměřené rychlosti nezvládl průjezd pravotočivé zatáčky, na mokrému povrchu vozovky dostal smyk, vyjel vlevo do protisměru a narazil do protijedoucího vozidla Š Octavia. Vozidlo Š Octavia bylo nárazem odhozeno na svodidla. V důsledku nehody došlo k lehkému zranění spolujezdkyně ve

vozidle Nissan, kdy doba léčení je předběžně jeden týden. Způsobená škoda představuje částku 160 000 Kč. Nehoda dále zůstává v šetření Skupiny dopravních nehod. K dopravní nehodě byli přizváni i naši Loužničtí hasiči. Více foto najdete na: http://janeklouznice.rajce.idnes.cz/dopravni_nehoda_pod_Hu_acem_22.11.2009_-_foto_David_Sourek/



NAPSALI O NÁS:

V Jabloneckém deníku vyšly články o Loužnických hasičích:

KOZLŮV HASIČSKÝ POČIN: V Loužnici řádlí úplňkový žhář



Loužnice - Jen si to představte. Je krásná noc, měsíc na obloze září v plné své kulaté kráse, nastal úplňk. Pro někoho magický okamžik, pro

dobrovolné hasiče v Loužnici to však znamenalo před několika lety stres. Řádlil u nich totiž takzvaný úplňkový žhář. „Vždycky za úplňku hořely staré stodoly,“ vzpomínal starosta SDH Loužnice Petr Krupka. Požár takové stodoly, která sousedí s dalším domem, není žádná legrace. „Když se to včas nepodchytí, je to špatné,“ uvedl starosta. Plamen přeskočí a je hned neštěstí. Noční požáry trvaly rok, než nezvedence chytli. Ve vedlejší vesnici Držkově měli v ten samý čas stejný problém. Téměř každý měsíc zde při úplňku hořelo. Prý se jednalo o tutéž osobu.

Autor: Jaroslava Očenášová

<http://jablonecky.denik.cz/hasici/kozluv-hasicky-pocin-v-louznici-radli-uplnkovy-zh.html>

VEŠKERÉ AKCE V OBCI MAJÍ NA BEDRECH HASIČI LOUŽNICE

– Dobrovolní hasiči. To jsou prý takoví ti dobráci, kteří dělají všechno jen pro zábavu a nic za to nedostanou. Dalším dílem pokračujeme v seriálu s názvem Lidé sv. Floriána. Právě svatý Florián je patronem profesí, které souvisejí s ohněm – tedy i hasičů. Jako předcházející čtvrtky představujeme v tištěném



Jabloneckém deníku další ze sborů dobrovolných hasičů na Jablonecku a jejich "obyčejný" život. Sbor dobrovolných hasičů Loužnice

"Když hoří, tak je to rychle, rychle přijed'te, ale že by nám za to pak někdo alespoň poděkoval, to ne," postěžoval si starosta Sboru dobrovolných hasičů v Loužnici Petr Krupka.

Hasiči tedy nemají na různých ustláno, a to ani po finanční stránce. Obec je sice dle slov starosty SDH docela slušně podporuje, ale s žádostmi o dotace nejsou úspěšní. „Z grantů nic nedostaneme, v pětce prý nic nepotřebují...“ uvedl Petr Krupka.

Pětka neboli jednotka sboru dobrovolných hasičů obce kategorie JPO V., je v Loužnici takzvaná zálohová skupina, která požár zajistí do příjezdu profesionálních hasičů nebo dobrovolných hasičů



lépe vybavených a potom po uhašení požářiště ještě hlídá. Přisun peněz tedy není nic moc, hasiči si

musejí na sebe vydělávat sami.

SDH v Loužnici vznikl v roce 1886 a první valné hromady se zúčastnilo 35 členů. Dnes čítá sbor okolo 70 členů, z nichž jich je okolo padesáti činných.

Pořádají různé akce, mezi nimiž byly i takzvané Traktůrky. Letos se však uskutečnil poslední, a to 9. ročník. „Chtěli jsme to dotáhnout do desátého, ale není na to už čas,“ uvedl Petr Krupka.

Lidí ubývá a zajistit takovou akci vyžadovalo poměrně velké časové nasazení. Jelikož se však zrušení akce setkalo s nelibostí občanů, hasiči už vymýšlejí něco nového, co by Traktůrky nahradilo. Jsou v obci u všeho

Hasiči jsou v obci však stěžejní, vykonávají tady hodně práce. „Veškeré akce mají na bedrech hasiči,“ připomněl starosta SDH Petr Krupka, který je zároveň místostarostou obce Loužnice.

Zimní běhy na lyžích, Čarodějnice, výlety, to jsou také činnosti, při kterých hrají hasiči hlavní úlohu. Společenské akce však v dnešní době převažují ve velké míře ty typicky hasičské.

Zásahová jednotka tvořená devíti členy slouží pouze pro obecní účely, tedy hasí jen místní požáry. V ostatních případech vyjíždí vypomáhat jako záloha. A to ne často.

„Naposledy jsme vyjeli vloni, když hořela stráž u silnice na Železný Brod,“ sdělil Petr Krupka s tím, že je lepší, když auto stojí v garáži.

Technika v Loužnici

A hasičům v Loužnici stojí v garáži konkrétně cisterna Škoda 706 RTH, stříkačka PS 12, a také jeden historický klenot – stříkačka z roku 1953. S požárníkem uměním seznamují v Loužnici také děti. Jezdí s nimi například na tábor, kde se věnují jak „hasičině“, tak zábavě, párkrát do roka se zúčastňují soutěží, ale jen těch menších.

„Problém je v tom, že my nedáme dohromady družstvo v určité věkové kategorii,“ posteskl si Marcel Pohl ze SDH.

Děti v Loužnici totiž zase tolik není a vzhledem ke generační propasti, která se ve vesnici vytvořila, jsou různě staré.

Více najdete na stránkách Jabloneckých novin:

<http://jablonecky.denik.cz/hasici/veskere-akce-v-obci-maji-na-bedrech-hasici20091119.html>

Oskenované novinové články najdete na:

http://janeklouznice.rajce.idnes.cz/NAPSALI_O_LOUZNICI_-_v_Jabloneckem_deniku/



KUMPÁNI LOUŽNICE - V sobotu 21.11.2009, proběhlo v Hospůdce Na Záluší, setkání všech členů Loužnického moto klubu „Kumpáni“. Oslavili zakončení letošní sezony společnou večeří a popřáli si vše dobré do další sezony.



STOLNÍ TENIS – LOUŽNICE

MUKAŘOV B - LOUŽNICE B 1:17

Domácí tým nastoupil jen ve třech a to v domácím prostředí je dost překvapující. Naši hráči neměli tak žádnou větší práci, když Jehlička, Pavlata a Blažek P. neztratili ani bod a jen kapitán mužstva Blažek Tomáš nechal domácím vybojovat čestný bodík, když podlehl Němcovi 0:3. Jasná výhra, nic jiného se ani nečekalo od prvního týmu tabulky.

Body: Jehlička 4,5 Pavlata 4,5 Blažek P. 4,5 Blažek T. 3,5



BIŽUTERIE E - LOUŽNICE A 4:14

Také v tomto zápase proti našemu mužstvu nastoupili domácí jen ve třech a to Mádle, Sudek a Mašek. A v této sestavě neměli nejmenší šanci. Sice hned ve čtyřhře dvojice Sudek-Mádle zle trápila Palduse se Slavíkem Jardou pět setů a hned první dvouhra Slavíka M. proti Mádlemu, také skončila výhrou našeho hráče až 3:2, pak již to bylo z naší strany jasná záležitost. Jen proti nám uspěl Mádle třemi body a čtvrtý a tím poslední získal proti Abrahamovi Sudek. Třetí hráč Mašek jako nováček na naše hráče neměl. Jasná výhra A mužstva na stolech na Proseči.

Body: Slavík M. 4,5 Paldus 3,5 Slavík J. 3,5 Abraham 2,5

LOUŽNICE A - BIŽUTERIE F 11:7

Hned další zápas jsme doma přivítali další tým Bižuterie, tentokrát jejich lepší F. Hosté se opírají o výborného Théra, který to také u nás potvrdil a solidní hráče Šilhána a Hubáčka. Klíčové pro výsledek zápasu byly hned čtyřhry, které jsme jasně vyhráli, a když se dařilo získat proti nejslabšímu Richterovi všechny body, výsledek se pro nás vyvíjel dobře. Sice v nejhezčím zápase obou jedniček Slavíka M. proti Thérovi nevyšel našemu kapitánovi závěr pátého setu a prohrál, ale ostatní bojovností zejména proti Hubáčkovi získává potřebné body k vítězství 11:7.

Body: Slavík M. 3,5 Paldus 3,5 Slavík J. 2,5 Abraham 1,5

Komentátor stolního tenisu Loužnice – M. Slavík



ZIMNÍ AKCE V LOUŽNICI

**VYHLÁŠENÍ SOUTĚŽE „O LOUŽNICKÉHO SEDLÁKA 2009“ -**

Až do „Zeliády“ (přibližně do první soboty v prosinci), probíhá již druhý ročník v soutěži o „O LOUŽNICKÉHO SEDLÁKA“. Stačí donést do Hospůdky na Žáduši fotografie vašeho výpěstku s váhou a velikostí. Do soutěže můžete přinést jakýkoliv výpěstek z Vaší zahrádky či políčka. Nebo se podívejte na fotky: http://janeklouznice.rajce.idnes.cz/LOUZNICKY_SEDLAK_2009/

**Již nyní je nástěnka s výpěstky vystavena,
na chodbě v Hospůdce na záduší a můžete zde hlasovat, pro nejlepší výpěstek.**

**BARBORKY**

Ve čtvrtek 3.12.2009, v podvečerních hodinách, potkáte v naší obci družinu „Barborek“ Foto loňské Barborky:

<http://www.nazadusi.estranky.cz/fotoalbum/nase-akce/barborky-2008>

MIKULÁŠ, ANDĚLÉ a ČERTI

Nezapomeňte, že v sobotu 5.12.2009, v podvečer, se ke zvonici snese poselstvo z nebes, svatý Mikuláš a Andělé a z pod skály vylezou z pekla čerti, aby prošli naší obcí a navštívili Loužnické dětičky. Foto loňský čerti:

<http://www.nazadusi.estranky.cz/fotoalbum/nase-akce/mikulas-2008>

**„ZELIÁDA 2009“**

12.12.2009 se koná v Hospůdce na záduší „ZELIÁDA“, tak si připravte sklenice, na vzorky, prohlédněte kérhanice a Ti co letos nenakládali ať si připraví chuťové pohárky na ochutnávání. Každoročně již od roku 1999 se u nás v Hospodě Na Žáduši pořádá tradiční klání o nejchutnější nakládané Vysocké zelí. První cena je zápis na kameninový zelník, který je „putovní“, ale je vystaven celoročně v hospodě. Porotou jsou všichni návštěvníci a udělují anonymním soutěžícím svoje body, při vyhlášení výsledků je již tradicí, že jsou oceněni první 3 výherci a také ten poslední, ten dostává cenu útěchy. Tak Vás všechny srdečně zveme, přijďte se podívat a zasoutěžit si, nebo ochutnat nějaké místní speciality, samozřejmě se zelím.

Jak se kérhalo v Loužnici jukněte na:

http://janeklouznice.rajce.idnes.cz/KTERAK_SE_V_LOUZNICI_KERHA_ZELI_DO_KERHANICE/

Foto z loňské zeliády: <http://www.nazadusi.estranky.cz/fotoalbum/nase-akce/zeliada-2008>

**ŠTĚDRODENNÍ PROCHÁZKA SE SVAŘÁKEM**

Tak jako i v minulých letech i letos na Štědrý den, po obědě, se uskuteční procházka okolo naší obce a ať je počasí jakékoliv, jistě nám jej zpříjemní čaj, svařák a horká čokoláda pro děti. Pokud bude zamrzlé koupaliště, jistě se bude bruslit a sejdem se na ledě. A pokud nebude led, vypustíme na vodu lampionky.

A jaký byl štědrý den v roce 2008? Podívejte se zde: http://janeklouznice.rajce.idnes.cz/LOUZNICE_-_STEDRY_DEN_24.12.2008/

**ŠTĚPÁNSKÁ DISCO**

V pátek 25.12.2009 vypukne od 21 hodin, již tradiční a vyhlášená Štěpánská diskotéka

Hrát nám bude DJ Matěj

Foto z loňské disko: <http://www.nazadusi.estranky.cz/fotoalbum/nase-akce/stepanska-disko-2008>



ZAHRADA

„KAPR Z LESA“

Odmítáte na Vánoce rybu, každoroční řízek vám už ale leze krkem?



Udělejte si procházku do lesa a podíváte se, kolik chutných hub i v tomto období najdete. Nezkoušeným houbařům se

to může zdát přehnané, ale prosincová příroda dokáže vytvořit ideální podmínky pro růst chuťově nejen velmi vynikajících, ale dokonce i léčivých hub. Jednou z nich je penízovka sametonohá (Flammulina velutipes) nazývaná také královnou zimy nebo dokonce vánoční houbou. Druhou hlíva ústříčná (Pleurotus ostreatus), kterou objevíte i v každém dobře zásobeném supermarketu, případně si ji můžete sami pěstovat. Pěstební substrát si objednáte přes internet, zařídíte se podle příložených pokynů a za nějaký čas sklízíte vlastní úrodu – jednodušší už to být nemůže.

Nejenže jde v obou případech o dobré a jedlé houby, skutečně jsou i léčivé. Nebude to náhoda, že některé civilizační choroby se mezi skalními houbaři téměř nevyskytují. Největší zásluhu na tom mají především glukany v obou uvedených houbách obsažené, což jsou polysacharidy vyživující buňky obranyschopnosti organismu (tedy makrofágy, mikrořágy, leukocyty a lymfocyty). Tyto buňky neustále kolují tělem člověka s cílem najít a zničit všechno cizí a našemu tělu nepřátelské. A k maximální aktivitě je stimulují právě glukany, které tak pomáhají naše tělo naladit k maximální obraně.



To není v zimním období k zahoezení. Uvedený výčet příznivých účinků není úplný, přesto si mezi nimi určitě najdete ten, který by měl blahodárný význam právě pro vás:

1. Urychlují přirozenou regeneraci buněk a jsou proto úspěšně využívány při léčbě onemocnění jater, cukrovky, astmatu, alergií, upravují krevní tlak, zlepšují funkci prostaty.

2. Zvyšují čisticí schopnost buněk zajišťujících obranyschopnost organismu a podporují tak přirozené odstraňování toxinů, alergenů, cholesterolu a nežádoucích látek ze stravy a léčiv).

3. Chrání zdravé buňky při chemoterapii a ozařování a podporují krvetvorbu, proto jsou ideální jako doplňková léčba nádorových onemocnění a leukémie.

4. Urychlují jakoukoliv léčbu a napomáhají lepšímu vstřebávání vitamínů, protože zlepšují metabolismus.

5. Pomáhají při únavě, stresu, depresích, nejruznějších zátěžových stavech, rekonvalescenci a zmírňují účinky elektrického smogu.

Hlíva vyrůstá ve velkých trsech na živém i mrtvém dřevě listnatých stromů, tedy nejen na stromech stojících, ale i padlých a na pařezech. Nejčastěji ji najdete na buku, jilmu, vrbě či topolu, ale i na listnáčích na zahradě. V kuchyni z ní uděláte třeba i držkovou polévku. Penízovka roste rovněž na živém i mrtvém dřevě listnáčů – kromě vrby, topolu a jilmu si oblíbila i lípu a opět jí ke spokojenému růstu stačí i starý pařez. Vynikající je do polévek, přidat ji můžete i do silvestrovského rosolu z huspeniny s hráškem a mrkvičkou.

Pokud v lese či na zahradě nepochodíte, nevadí. Přinejmenším hlívu ústříčnou dnes koupíte v každém dobře zásobeném supermarketu. Nebo zavítejte do pražské Lípové ulice číslo 4. Odtud určitě neodejdete s prázdnou.

Štědrovečerní houbové recepty:

"Kapr" bez kostí



Chuť obalované ryby získáte s hlívou ústříčnou raz dva. Stačí čerstvá očištěná plodnice hlívy, kterou z obou stran potřete sardelovou pastou (nebo tuňákovou či lososovou – podle chuti) a obalíte ji v trojobalu

stejně, jako kdybyste připravovali smaženého kapra. Správně osmažené kousky můžete podstrčit i dětem, ani nepoznají, že jde o houbu a máte jistotu, že jim kostička v krku nehrozí.

Bramborový salát se sametkou

"Sametka" je dalším lidovým názvem pro penízovku sametonohou, jejíž čerstvé plodnice vám chuťově úžasně obohatí váš domácí bramborový salát.

Čerstvě nasbírané plodnice jednoduše očistíte a vložíte alespoň na deset minut do vlažné vody, aby zregenerovaly. Nemusíte je ani vařit, ale rovnou, v čerstvém stavu je nadrobno nasekejte a zamíchejte do salátu. Můžete se spolehnout, že bude vynikající.





RADY BABKY KOŘENÁŘKY

BOJÍTE SE CHŘIPKY?

Co vám pomůže posílit imunitu?

Na česnek sázely už naše prababičky. Zřejmě tušily, že posiluje obranyschopnost organismu. Také kořen třapatky nachové (Echinacea) zvyšuje imunitu a působí proti infekčním onemocněním. Sušený a rozdrcený kořen se dá koupit, stačí 30 až 50 g drogy zalít litrem vroucí vody. Pijte tři až pět šálků tohoto čaje denně.



Velmi podobné účinky mají i plody šípku, který jste si určitě nasušili, případně ho ještě teď najdete ve volné přírodě na keřích. Šípkový čaj oslazený medem je navíc i velmi chutný.



Hlíva ústříčná zvyšuje při dlouhodobějším užívání (50 až 60 dní) celkovou tělesnou obranyschopnost. Čerstvou můžete konzumovat v

jakékoliv kulinářské úpravě, sušená a rozemletá na prášek se dá přidávat do jídel podobně jako koření. Úplně ale stačí, přidáte-li každé ráno půl kávové lžičky do jogurtu.

Plody rakytníku řešetlákového užívejte ve všech možných podobách nejen pro vysoký obsah



vitaminu C. Tedy jak

čerstvé plody, které se dají sklízet i teď (po prvních mrazících jsou nejlepší), tak zpracované jako šťávy, džusy či zavařeniny. Účinně pomáhají při nachlazení, chřipkách i angínách.

Vhodná je jejich konzumace i při nedostatku vitaminů a minerálů, tedy hlavně v zimě a na jaře.

Tělu během podzimu a zimy prospívá i čištění, proto je dobré pít čaj z květů sedmikrásky, která organismus současně i posiluje. Polévkovou lžicí čerstvých nebo sušených květů



zalijte půl litrem vroucí vody, tohoto čaje pijte dva až tři šálky denně. Když už vás nachlazení, viróza či chřipka skolí, opět sáhněte po bylinkách. Česnek medvědí je účinný

nejen při léčbě nachlazení nebo onemocnění horních cest dýchacích, poradí si dokonce i se zlatým stafylokokem. Připravujte si česnekovou pomazánku nebo si ho jemně pokrájejte na namazaný chléb. Právě teď zúročíte, pokud jste si na jaře vybrané bylinky uložili do mrazničky. Pokud ne, sáhněte po kuchyňském česneku, je dostupnější a pomáhá také.

Při kašli, zánětu průdušek, zahlenění a chrapotu pijte nálev z květu divizny velkokvěté, ideálně dva

až tři šálky denně. Zalijete polévkovou lžicí čtyřmi deci horké vody a necháte 10 až 12 minut louhovat. Při zánětu horních cest dýchacích pomáhá i nálev z květu topolovky černé, protože účinně tiší bolest při kašli. Připravíte ho zalitím 7 až 9 sušených květů půllitrem teplé (ne vroucí) vody. Louhujte 10 až 15 min a přidejte pár kapek citronu. Pijte tři a půl šálku denně. Podobné účinky i přípravu má i sléz



maurský, jehož sušené květy běžně koupíte v lékárně. Rozdrcené okvětní plátky růží - čerstvé i sušené - dezinfikují a zklidňují zanícené sliznice, proto mohou při nachlazení také ulevit. Stačí vrchovatou polévkovou lžicí podrcených okvětních plátků (sušených i

čerstvých) vylouhovat ve vodě prolež varem. Po 10 až 15 minutách slijte a dochutěte medem nebo meduňkou, skořicí či sušenými šípky. Uleví se vám a ještě si pochutnáte.

Vhodná je i forma léčení nemoci cest dýchacích inhalací. Pro tento účel se používá list máty peprné

a list eukalyptu neboli blahovičnicku. Stačí si do kastrůlku připravit jednu až dvě hrsti listů, spařit je 1,5 až 2 litry vroucí vody a následně nad ním inhalovat s plachetkou přehozenou přes hlavu 5 až 10 minut. Zdravá strava s dostatečným množstvím vitaminu C by měla být základem. Na posílení organismu doporučuji



UME ocet, který má desinfekční účinky a pomáhá v boji s chřipkou a nachlazením. Měli bychom ho používat jako klasický ocet. Stačí, když si dáte do šálku čaje jednu lžičku octa. Do rána se budete cítit líp. V chřipkovém období je dobrý zázvor, výborný je kandovaný." Strašákem posledních měsíců je kromě klasických respiračních onemocnění rovněž prasečí chřipka. Rady, jak se viru A (H1N1) ubránit, jsou stejné jako u klasické chřipky.

RECEPT NA ZÁZRAČNÝ ČAJ:

1 čajová lžička zeleného čaje, špetka pepře, 3 hřebíčky, menší čajová lžička mletého zázvoru
Přelijte šálkem vřelé vody, pět minut vylouhujte, sceďte a pijte po doušcích. Čaj není zrovna chutný, ale zato velmi účinný. Po druhém doušku pocítíte velké vnitřní teplo, prohřeje celé vaše tělo, vypočtete se a ráno se budete cítit skvěle.

ZE SVĚTA


<http://jablonecky.denik.cz/>

TURNOV - Hlavně polévkami a hustými kašemi, takzvanými kucmouchy se živilo dříve lidé v oblasti Českého ráje a Pojizeří. Vyplynulo to z výzkumu, který provedlo turnovské Muzeum Českého ráje. Návštěvníci si v něm mohou nyní prohlédnout inventář městských kuchyní z přelomu 19. a 20. století. Výstava nazvaná V babiččině kuchyni od Tří králů do



Vánoc připomíná i obyčeje a obřady spojené s lidovými stravovacími zvyky regionu. „Uvařit a vystavovat pokrmy v muzeu nešlo, máme tu jen pár ukázek z toho, co se peklo,“ řekla ředitelka muzea Vladimíra Jakouběová, která pod stejným názvem vydala knihu s 300 místními recepty.

Muzeum vystavilo nástroje na přípravu pokrmů z masa, mléka, zeleniny, medu a koření. V budoucnu by chtělo připravit stálou expozici v Dolánkách na Dlaskově statku - tam by šlo jidla i vystavovat.

„Prostory k tomu úplně lákají,“ podotkla ředitelka s tím, že muzeum tam již 20 let pořádalo výstavy k jednotlivým svátkům v roce.

Recepty, které Jakouběová sebrala, jsou od pamětníků, z kronik a také z rodiny. Velkou část z nich tvoří jídla všedního dne, která jedli lidé pracující celý den na poli, kteří neměli čas stát u plotny. Masa se v Českém ráji a Pojizeří objevovala na stole jen v neděli a zbytky hospodyně zpracovaly v týdně do kucmouchu. Nevařil se jen z brambor, ale také z luštěnin nebo zeleniny. Velkou tradici má v regionu včelařství a výrobky z medu, perníky, ale také medové vdolky. Historici zjistili, že většina současných obyvatel vůbec netuší, co místní lidé dříve jedli. Chybně si myslí, že to bylo kyselo a bramboráky. „Bramboráky se tu sice dělaly, ale říkalo se jim hanušky, jejich obměnou byl frncálník, bramborák se zapečenou švestkou. S bílou kávou je to vyložená delikatesa,“ poznamenala Jakouběová.



ZOO LIBEREC - Zoologická zahrada Liberec přišla o sedmnáctiletou bílou tygřici Isabellu. Při rutinním vypouštění šelem z ubikací do vnějších výběhů k ní pronikli lvi a smrtelně ji zranili. Podle mluvčího zoo Ivana Langra se událost seběhla během

několika sekund a nešlo jí zabránit. Nejstarší zoo v

Česku zahalil smutek. "Postarali" se o něj lvi Sultán a Elsa, kteří jsou v liberecké zoo od roku 2001. Po jejich útoku v největším výběhu pavilonu šelem zemřela bílá tygřice Isabella - ironií osudu predátor původně z Indie. Se lvy z Afriky by se normálně nepotkala.

Zoo si není vědoma žádného pochybení ani technické závady. Jak k tomu došlo, to je opravdu jen teorie, neselhal ani lidský faktor, chovatel nepochybil ani na vteřinu.

Propouštěcí bezpečnostní vrata, která se v u-profilech zvedají nahoru přes soustavu kladek. Zavírají se vlastní vahou. Mají závlačky, ale ty jsou při průchodu zvířat vysunuté.

Zvířata v pavilonu šelem se z ubikací do výběhů pouštějí postupně přes společnou "křižovatku". Nejdříve tuto trasu absolvovala Isabella. Pak chovatel do křižovatky pustil lvy - ti jako smečková zvířata chodí spolu.

"Velmi pravděpodobně nalehli na šubr, bezpečnostní vrata, jimiž předtím prošla Isabella do venkovní expozice. Oba dva tou masou svalů, již disponují, dvířka nadzvedli, pak je mohli tlapou otevřít," nastiňuje možnou verzi Langr.

Oba lvy následně pracovníci zahrady zahnali do jejich výběhu. Co se v křižovatce stalo, nebude ale snadné zjistit - do této prostory totiž ošetřovatelé nemají přístup ani vizuální kontakt. Zoo uvedla, že při události nebyli ohroženi zaměstnanci ani návštěvníci. "Prostory zvířat a lidí vzájemně odděluje několikanásobné jištění, takže žádný fyzický kontakt šelem s okolím není v žádném případě možný," prohlásila zoo.

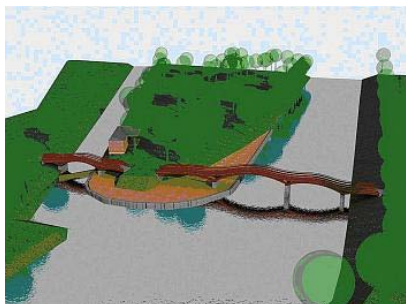
Konec rotací ve výběhu, lvi budou stále na "místě činu"

Pracovníci zahrady už zapracovali na tom, aby se podobný případ neopakoval. "Nechceme podcenit tu skutečnost, že by si tu cestu lvi mohli zapamatovat. Zatímco dosud ta zvířata rotovala ve venkovních expozicích, střídala si výběhy teď už rotovali nebudou. Lvi budou chodit stále do toho samého," řekl iDNES.cz Langr. O případných dalších technických opatřeních prozatím zahrada nerozhodla.

Pro libereckou zoo je smrt Isabelly druhou smutnou událostí v jediném měsíci. Třetího listopadu zde zemřel jediný zdejší samec lachtana hřivnatého jménem Nico, který předtím spolkl kámen velký jako pěst. Nepřežil operaci, při níž mu chtěli cizorodý předmět ze žaludku vyjmout.



DRŽKOV – I pro Držkovské myslivce byl 14. Listopad slavným dnem, za doprovodu honců - obhlédli honitbu. A po této účelné, ale také příjemné procházce pasovali na myslivce Honzu Vondráčka.



SEMILY – Jako vzdušný zámek se jevil ještě loni záměr Semilanů vybudovat lávku přes Jizeru v severním

cípů odpočinkového areálu Ostrov. V minulých letech se na projekt nepodařilo získat peníze, ovšem nyní situace vypadá nadějněji. Lávka by mohla překlenout řeku již příští rok díky spolupráci s Poláky. Ti na své straně plánují postavit cyklostezku v okolí Jelení Góry. Po propojení semilského a jelenogórskeho projektu bude možné získat na stavbu lávky peníze z unijního programu přeshraniční spolupráce. „Město Semily společně s městem Jelenia Góra bude žádat o dotaci na realizaci společné akce z programu přeshraniční spolupráce Česká republika – Polská republika Cíl 3 ve výši 85 procent investičních nákladů projektu včetně jeho propagace,“ uvedl investiční technik semilské radnice Daniel Mach. Celkové náklady na přípravu a budování cyklostezky investoři odhadují na více než 14 milionů korun. Lávka naváže na již rozestavěnou cyklostezku Greenway Jizera, jejíž asi kilometrový úsek je už hotov v semilských Řekách. Cyklostezka dál povede plánovanou lávkou přes Jizeru podél řeky na nábreží Svatopluka Čecha. Poláci zase připravují cyklostezku v okolí Jelení Góry podél říčky Bóbr. Obě cyklostezky, z české a polské strany, se propojí na hraničním přechodu mezi Harrachovem a polskými Jakuszyce. „V rámci programu budou Semily vedoucím partnerem, protože rozsah stavby je výrazně větší na českém území,“ podotkl Mach. Stavba cyklostezky, tedy i lávky na Ostrov, by měla proběhnout v příštích dvou letech v závislosti na zisku unijní dotace. „Je nutno zvolit takový termín realizace stavby mostních pilířů, kdy bude možné založit pilíře do koryta řeky,“ upřesnil Daniel Mach. V budoucnosti tak cyklisté získají možnost odbočit z cyklostezky Jizera na polskou stranu a bez překážek dojet do Jelení Góry.

JABLONEC nad NISOU - Den otevřených dveří.



Jablonecká teplárna v pátek otevřela své dveře veřejnosti. Do jejich prostor zavítalo během dne na dvě stě lidí. „Den otevřených dveří jsme pořádali

poprvé loni a letošní zájem veřejnosti byl ještě vyšší. Lidé si v teplárně mohli prohlédnout technologie, ptát se na to, co je zajímavé a v neposlední řadě soutěžit. Jednou z cen bylo například roční vytápění za symbolickou cenu sto korun,“ řekl ředitel společnosti JTR Tomáš Balcar.



TANVALD – Náklady na vznik sochy se vyšplhají na tři sta tisíc korun, ve veřejné sbírce se zatím podařilo vybrat jen patnáct tisíc. Pouhých patnáct tisíc korun se zatím v Tanvaldě podařilo vybrat ve veřejné sbírce na podporu vzniku sochy Járy Cimrmana. Za poslední tři měsíce se tak výtěžek zvýšil jen o dva tisíce korun. Město

slibuje, že Cimrmanova socha v Tanvaldu v příštím roce vyroste i přes neúspěch sbírky, bude ale muset většinu potřebných nákladů zaplatit samo, případně se spoluúčastí Divadla Járy Cimrmana. „Do sbírky zatím přispěli jen malí sponzoři a výtěžek za několik měsíců je opravdu slabý. Stále doufáme, že se objeví nějaký větší sponzor, který bude ochoten poskytnout výraznější finanční dar,“ komentoval starosta Tanvaldu Petr Polák. Jak dále uvedl, sám nepočítal s tím, že by byla sbírka natolik úspěšná, že by pokryla větší část nákladů, které se pohybují kolem tří set tisíc korun. Na druhou stranu se ale nepočítalo s tím, že by byla sbírka výrazně neúspěšná. Aktuálně nahromaděná částka by pokryla jen zlomek celkových nákladů. „V každém případě počítáme s dofinancováním a socha Járy Cimrmana by v příštím roce skutečně měla stát,“ řekl tanvaldský starosta. Podle informací z Divadla Járy Cimrmana je výroba sochy stále v jednání, pracovat se na ní zatím nezačalo. Ke slavnostnímu odhalení by mělo dojít v červnu v rámci další Spanilé jízdy cyklostezkou Járy Cimrmana.

KULTURA



AKCE ŽELEZNÝ BROD

Městské kino:

Na měsíc prosinec pro Vás připravujeme tyto filmy:

3.12. PROTEKTOR - milostné drama, ČR

8.12. LIBUŠE - historický / fantasy, USA / ČR

Na měsíc leden 2010 pro Vás připravujeme:

12.1. 2BOBULE - komedie, ČR

19.1. 3 SEZONY V PEKLE - milostné drama, ČR

21.1. ZATAŽENO, OBČAS TRAKAŘE

MIKULÁŠSKÁ BESÍDKA PRO DĚTI

Městská sokolovna, 28.11.2009

Fit studio Jany Boučkové a TJ Sokol Železný Brod ve spolupráci s Městem Železný Brod zvou všechny děti a jejich rodiče na Mikulášskou besídku, která se uskuteční v sobotu 28. listopadu od 16:00 hodin v Městské sokolovně.

ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMEČKU

náměstí 3. Května, 30.11.2009 od 16:30 hodin
Srdečně Vás zveme na již tradiční podvečer přivítání adventu - Rozsvícení vánočního stromečku v pondělí 30. listopadu od 16:30 hodin na náměstí. Přijďte si společně s dětmi našich mateřských škol zazpívat vánoční koledy, zahřát se u svařáčku nebo ochutnat voňavé cukroví a jiné laskominky ...

Městské divadlo

ČERVENÁ KARKULKA - DS Tyl Železný Brod

05.12.2009 - Městské divadlo Železný Brod uvede v sobotu 5. prosince 2009 od 10:00 hodin premiéru pohádky „Červená Karkulka“.

Osoby a obsazení: vypravěčka: Tereza Rydvalová, maminka a babička: Iveta Adamčíková, vlk: Olda Macek, myslivec: Libor Brykner, Karkulka: Alena Matějková, režie: kolektivní, kostýmy, kulisy: Zdislava Bohuslavová, Petr Hluchý, Roman Matějka, světla: Luboš Hudský

Pohádka je vhodná pro všechny děti od 2 let.

Vstupné: děti 20 Kč, dospělí 40 Kč.

Veřejná generální zkouška proběhne v pátek 4. prosince od 19:00 hodin.

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ - Sklářská škola

Den otevřených dveří se koná v pátek 27. listopadu 2009, od 8.00 do 16.30 hodin. Zájemcům o studium předáme informace o našich studijních oborech:

1] Obor Produktový design.

K vidění bude vynikající počítačové zázemí, profesionální grafické programy a 3D modelování.

2] Obor Aplikovaná chemie – nahlédněte do výuky v odborných učebnách a laboratořích.

3] Obor Výtvarné zpracování skla – šest různých oddělení: malování skla, broušení skla, skleněná bižuterie a šperk, rytí skla, skleněné figurky a hutní tvarování skla.



POSVÍCENÍ SE ZABÍJAČKOU

aneb vepřové řody na zásadském hřišti
sobota 28. listopadu 2009
v areálu zásadského fotbalového hřiště

Připravena restaurace s kapacitou 70 hostů, nově vytápěné kryté sezení pro 100 hostů a vytápěný stan pro 100 hostů!

**OVAR - JITRNICE - JELITA - TLAČENKY
ZABÍJAČKOVÝ GULÁŠ - TOČENÉ SVIJANY
RUM ZA 15 Kč - ZABÍJAČKOVÁ TOMBOLA**



11:30 Ukázka výroby tradičních zabíjačkových specialit spojená s jejich konzumací
12:00 Živá dechová hudba
13:00 Vystoupení mažoretok
13:30 Dětské odpoledne - soutěže a dílničky pro děti ve vytápěné hlavní budově včetně hlídání
14:30 Divadlo pro děti
15:45 Dětská diskotéka
16:30 Zabíjačková tombola
17:00 Ohňostroj
17:15 Hudební folková skupina FAR FUN z Liberce
Celé odpoledne bavič a imitátor Slávek Lelek
Soutěž o ceny s elektrickým trakařem a další...

Vloni jste snědli více jak 800 jelit a jitrnic - přijďte překonat rekord! Srdečně Vás zve Fotbalový klub Zásada.

Více na www.fotbalzasada.cz

Princ **EVOSA** **Bytové INTERIÉRY** **STIZ s.r.o.** **MILU RYDVALOVÁ**
NEX plus **Městys ZÁSADA** **OBAL PLAST**
FM 101.4 **STAVO UNION** **Style BOHEMIA** **CALFEX**

AKCE JABLONEC n/N:

5. SALON 2009

23.10.2009 - 31.1.2010 - Asociace umělců medailérů, Muzeum skla a bižuterie

JAN KOPKA – JEDNA DIASHOW - DVA EXTRÉMY

25.11.2009 od 20:00 - Dva opačné extrémy v podání jabloneckého bikera Honzy Kopky při jedné diashow. Na kole v zimě za polární kruh do Laponska a v letě do tropů Austrálie. Dobrodružné úniky z přetechizovaného světa a od svazujícího komfortu do náruče čisté přírody. Klub Na Rampě

FASHION SHOW & PARTY + PROJEKCE

27.11.2009 od 20:00 - Autorská módní přehlídka - designers: mirka, radun, kafka + friends, sound: dj's, support: babasfenomen. Klub Na Rampě

ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU

29.11.2009 od 17:00 - Účinkují: Taneční škola DaM a dětský pěvecký sbor Rolnička a Iuventus, Gaude! Jen tento den bude pod stromem umístěna vánoční schránka. Mírové náměstí

ČERNÁ KRONIKA



JABLONEC N.N. - V úterý 17.11.2009 v 16,25 hodin byl v ulici Mostecká v Jablonci n.N. hlídkou Městské policie kontrolován 40-letý muž z Jablonce n.N. Z muže byl cítit alkohol. Přístroj Drager mu naměřil hodnotu 2,64 promile alkoholu. Stejný čin muž spáchal v červenci letošního roku, kdy mu byl následně vysloven zákaz řízení a zadržen řidičský průkaz. V současné době muž ve Zkráceném přípravném řízení čelí podezření ze spáchání trestného činu Ohrožení pod vlivem návykové látky, Maření výkonu úředního rozhodnutí a Řízení motorového vozidla bez řidičského oprávnění, za což může být potrestán odnětím svobody v trvání až 3 roky.

JABLONEC N.N. - Autonavigace, 12 lahví kvalitního vína a 10 lahvíček parfémů různých značek, to je lup, který odcizil neznámý pachatel v průběhu noci ze středy na čtvrtek z vozidla zaparkovaného v ulici Vysoká v Jablonci n.N. Pachatel u vozidla Toyota Corolla rozbil skleněnou výplň dveří vozidla. Způsobená škoda byla vyčíslena na částku 18 000 Kč.

JABLONEC N.N. - V úterý 17.11.2009 v 21,00 hodin byl v ulici Janovská v Jablonci n.N. zastaven 44-letý muž z Lučan n.N. jedoucí ve vozidle Renault Chamade. Muž jevil známky požití alkoholu. Hlídka přistoupila ke kontrole přístrojem Drager a ten ukázal, že muž řídil v 1,75 promilemi alkoholu v dechu. Muž u sebe navíc neměl řidičský průkaz. V současné chvíli muž čelí podezření ze spáchání trestného činu Ohrožení pod vlivem návykové látky, za což může být potrestán odnětím svobody v trvání až jeden rok. Muži byl současně vysloven zákaz řízení.

VELKÉ HAMRY – Nárazem do kamenného patníku skončila v pondělí jízda opilého řidiče na území Velkých Hamrů. K nehodě došlo krátce před půl devátou večer. S vozidlem Škoda Fabia chtěl triapadesátiletý muž z Olomouce projet pravotočivou zatáčku. Vlivem silné podnapilosti ale nezvládl řízení vozidla, vyjel z vozovky na neoplocenou zahradu a narazil do kamenného patníku,“ popsala mluvčí jablonecké policie Ludmila Knopová. Přístroj Drager muži naměřil hodnotu 2,77 promile alkoholu v dechu. Vzniklá škoda představuje částku pět tisíc korun. Provinilý řidič je podezřelý ze spáchání trestného činu ohrožení pod vlivem návykové látky, za což mu hrozí až rok vězení.

ZLATÁ OLEŠNICE - Hned dva řidiči byli v neděli večer přistiženi ve Zlaté Olešnici, že usedli za volant

pod vlivem alkoholu. V 21,20 hodin byl zastaven 45-letý muž ze Zlaté Olešnice řídící vozidlo Škoda 130. Provedená dechová u muže odhalila vysokou hladinu alkoholu – 3,70 promile. Muž doznal, že těsně před jízdou vypil sedm 11stupňových piv. O pět minut později byl o kousek dál kontrolován 67-letý muž z Mělníka řídící vozidlo Š Favorit. Tento muž řídil s 2,71 promilemi alkoholu v dechu. Oba dva muži přišli o svůj řidičský průkaz a v současné době ve Zkráceném přípravném řízení čelí podezření ze spáchání trestného činu Ohrožení pod vlivem návykové látky, za což mohou být potrestáni odnětím svobody v trvání až jeden rok.

TANVALD - V průběhu noci z neděle na pondělí odcizil neznámý pachatel v Tanvaldě větší množství nafty. Naftu odcizil z autobusů zaparkovaných v areálu firmy sídlící v Krkonošské ulici. Pachatel z obou autobusů odcizil 420 litrů nafty a ještě poškodil víčka nádrží, takže celkově způsobená škoda přesahuje částku 12 000 Kč.

JABLONEC N.N. - Pouhých 5 minut stačilo neznámému zloději k tomu, aby v Jablonci n.N. v ulici U Přehrady odcizil zaparkované vozidlo Hyundai Matrix. Majitelka vozidla, které jej zaparkovala v 19,20 hodin. Když o pět minut později chtěla s vozidlem odjet, už na místě nestálo. Způsobená škoda činí 220 000 Kč.

TANVALD – Zraněného muže zachraňovali v sobotu krajští hasiči z koryta řeky Kamenice v Tanvaldu. Hlášení o zraněném muži v řece přijalo operační středisko hasičů po jedenadvacáté hodině. Na místo vyjeli profesionální hasiči z Velkých Hamrů. „Našli zraněného muže, který spadl asi z desetimetrového srázu do koryta řeky. Pomocí nastavovacích žebříků slezli ke zraněnému, vytáhli ho z vody a zafixovali do transportního rámu. Velitel zásahu na místo povolal lezeckou skupinu profesionálních hasičů z Jablonce,“ uvedla mluvčí krajských hasičů Iva Michalíčková. Po základním ošetření lékařem zdravotnické záchranné služby vytáhla lezecká skupina nosítka se zraněnou osobou z řeky.

CHUCHELNA - Do zahradního domku v Chuchelně na Semilsku se vloupal pachatel, který z objektu odcizil zahradní nářadí, motorovou pilu a náhradní díly k vozidlu. Poškozeným je 53 letý majitel, kterému vznikla škoda ve výši kolem 18 300 Kč. K uvedenému došlo v době od 21.11.2009 do 22.11.2009.

POČASÍ



STŘEDA 25.11.	11 °C / 7 °C		NEDĚLE 29.11	7 °C / 1 °C	
ČTVRTEK 26.11.	8 °C / 4 °C		PONDĚLÍ 30.11.	8 °C / 2 °C	
PÁTEK 27.11.	9 °C / 4 °C		ÚTERÝ 1.12.	9 °C / 3 °C	
SOBOTA 28.11.	8 °C / 3 °C		STŘEDA 2.12.	4 °C / 2 °C	



Pět týdnů před vánocemi to vypadá spíš pesimisticky. Svátky budou spíš na blátě, jestli přijde sních, tak jedině do hor a do podhůří. Takový je aspoň dlouhodobý výhled počasí na příštích třicet dní. Celé období jako celek má být co to teplot slabě nadprůměrné a srážkově průměrné. **Jak tedy bude?**
21.-30.11.2009 - Zpočátku období převážně oblačno až zataženo, občas déšť v horských oblastech přechodně srážky smíšené. Postupně oblačno až polojasno a místy přeháňky, v horských oblastech sněhové. Po ránu místy mlhy nebo nízká oblačnost. Noční teploty 6 až 1 °C. Denní teploty 6 až 11 °C, postupně 3 až 7 °C.

1.-10.12.2009 - Zpočátku období převážně oblačno, občasné déšť nebo déšť se sněhem, v horských oblastech sněžení. Postupně oblačno až polojasno a srážky - většinou sněžení, jen místy. Ranní teploty 3 až -3 °C. Denní teploty -2 až 4 °C, zpočátku období až 7 °C.

11.-20.12.2009 - Převážně polojasno, v nížinách zataženo nízkou oblačností a mlhavo. Jen přechodně oblačno se sněhovými přeháňkami, v nižších polohách srážky dešťové nebo smíšené. Ranní teploty 2 až -4 °C. Denní teploty -1 až 5 °C.

stavba sokolovny – paní Hlůžová a Opočenská (rok cca 1956 – 1957)



PRANOSTIKA



30.11.

Na svatého Ondřeje konec pocení.

Na svatého Ondřeje se někdy člověk ohřeje.

Na svatého Ondřeje ještě se zem ohřeje.

Na svatého Ondřeje mrz, chystej sedláče vůz.

Přijdou-li větry s Ondřejem, dobré zimy se nadějem.

Hrozí-li Kateřina sněhem, přinese jej Ondřej.

Ondřejův sníh zůstane ležet sto dní.

25.11.

Jak je teplo o Augustinu, tak bude studeno na Kateřinu.

Svatá Kateřina strčí housle do komína.

Svatá Kateřina zavěsila housle do komína.

Na svatou pannu Kateřinu sluší se schovati pod peřinu;

pak na svatého Mikuláše tuť jest zima všechna naše.

Na svatou Kateřinu schováme se pod peřinu.

Zima-li na Kateřinu, přilož sobě o peřinu!

Od svaté Kateřiny do svatého Ondřeje (30. 11.)

sotvaže se pod peřinou ohřeje.

Svatá Kateřina přichází bíle oděna.

Hrozí-li Kateřina sněhem, přinese jej Ondřej.

Sníh na svatou Kateřinu věští vysoké obilí.

Svatá Kateřina prádlo máchá a svatá Barbora je škrobí.

Je-li Kačenka nemocná, bývá Barborka naškrobená.

Je-li Kačenka ucouraná, je Baruška naškrobená.

Řekla Káča Barce: „Nechme toho tance!“

Martin a Kateřina na blátě - vánoce na ledě.

Když Kateřina po ledě už chodívá, Eva (24. 12.)

potom blátem oplývá.

Kateřina na ledě, vánoce na blátě.

Chodí-li svatá Kateřina po ledě, chodí svatý Štěpán po blátě.

Den Kateřiny povětrí ledna předpovídal.

Přitrhla-li zima s Kateřinou, bývá do omrzení.

Jaké počasí na svatou Kateřinu, takové jest v příštím lednu.

29.11.

Na Saturnina skučí meluzína.

Sníh svatého Ondřeje ozimínám nepřeje.

Na svatého Ondřeje špatný hospodář, který neseje.

Sníh na svatého Ondřeje vzešlému žitu mnoho nepřeje.

Sníh svatého Ondřeje ozimům a vzešlému žitu nepřeje.

Sníh svatého Ondřeje žitu velmi prospěje.

O Všech svatých větry-li jsou, znamenají zimu proměnlivou;

přijdou-li ale s Ondřejem, dobré zimy se nadějem.

Svatý Ondřej tichý - nebude len lichý.

Poletují-li na svatého Ondřeje včely, bude neúrodný rok.

Má-li Ondřej na stromech kapky, bude příští rok hodně ovoce.

Svatého Ondřeje slzice naplní ovocem truhlice.

Svatý Ondřej dělá led a svatý Jiří jej láme.

Svatý Ondřej mosty staví, Jiří je odploví.

Vlhký rok nebo suchý takto poznáš: sklenici plnou vody pítí máš,

na den svatého Ondřeje to činívej.

Přebíhá-li vrchem voda, to znej: vlhký rok ten;

stane-li se zároveň, suchý a vyprahlý bude rok ten.

Na svatého Ondřeje hod' dřívko na vodu: přeplyne-li, bude mokrá rok;

zůstane-li na povrchu tiše, bude suchý rok.

1.12.

O svatém Edmundu Kampiáně ledový vítr fičí se stráně.

Na svatého Eligia daleko široko tuhá zima má po čtyři neděle trvati.

Když mráz na prvního prosince, vyschne nejedna studnice.

GRATULUJEME

a pevné zdraví přejeme našim spoluobčanům a přátelům, kteří tento týden slaví narozeniny.

- ✓ 26. 11. 2009 OSLAVÍ NAROZENINY **Vladimír Stehno**
- ✓ 1. 12. 2009 OSLAVÍ NAROZENINY **Alena Kopalová st.**
- ✓ 1. 12. 2009 OSLAVÍ NAROZENINY **Miroslav Princ**
- ✓ 2. 12. 2009 OSLAVÍ NAROZENINY **Jana Marková**

**A JEŠTĚ JINÁ VÝROČÍ:**

- 26.11. 1346 – Karel IV. byl v Bonnu korunován králem Svaté říše římské.
- 27.11. 1921 – Alexander Dubček, československý politik († 7. listopadu 1992)
- 28.11. 1414 – Kostnický koncil: Jan Hus byl v Kostnici zatčen.
- 29.11. 1877 – Thomas Alva Edison poprvé představil svůj fonograf na veřejnosti.
- 2.12. 1946 – Gianni Versace, italský módní návrhář († 15. července 1997)

Významné dny v tomto týdnu:

- ✓ 25.11. Světový den proti násilí na ženách, Bosna a Hercegovina: Národní den (1943), Surinam: Den nezávislosti (1975)
- ✓ 29.11. Mezinárodní den solidarity s palestinským lidem
- ✓ 2.12. Mezinárodní den za vymýcení otroctví

PSÍ KALENDÁŘ:

listopad 2009						
Po	Út	St	Čt	Pá	So	Ne
23 Bugsy	24 Jimmy	25 Keks	26 Sorbone	27 Jolla	28 Tracy	29 Mína
30 Ray						
prosinec 2009						
Po	Út	St	Čt	Pá	So	Ne
	1 Žaky	2 Norik	3 Corado	4 Lola	5 Elba	6 Charley
7 Greg	8 Olsan	9 Clif	10 Civil	11 Aret	12 Grand	13 Kelly
14 Molly	15 Enzo	16 Jerry	17 Kenny	18 Arna	19 Orfeus	20 Blank
21 Hardy	22 Goffy	23 Moris	24 Sonny	25 Fera	26 Connie	27 Karo
28 Sian	29 Ašar	30 Čaky	31 Briny			

LOUŽNICKÉ TRADICE

POSVÍCENÍ

V naší obci se vždy slavovalo posvícení na svátek



svatého Martina. I když zde nebyl žádný blahobyt, po celý rok se jídávali brambory, zelí, houby.

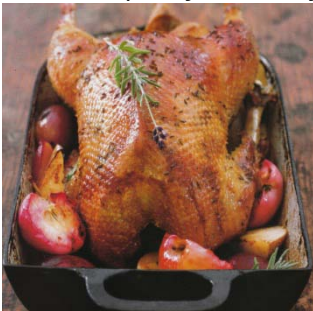
Na posvícení nechyběly na stole koláče a k tomu nějaká pečínka,

většinou domácí kachnička či husička.

Podle legendy slavil první posvícení Šalamoun, když světil svůj chrám v Jeruzalémě. Každý rok v ten stejný den pak pořádal hostinu pro své přátele na počest vysvěcení chrámu.

Jak již tato legenda naznačuje, posvícení byla výroční slavnost, která se slavila v neděli před nebo po svátku svätce, jemuž byl zasvěcen místní kostel.

Posvícení bývalo jedním z nejoblíbenějších svátků



prostého venkovského lidu, kterým zároveň oslavovali ukončení polních prací. Posvícení v Čechách a hody na Moravě se slavily na podzim, tedy v období kdy již byl nový mák do buchet, zásoba

čerstvé mouky a vajec, zralé švestky na povidla a vykrmené husy na pekáč, zkrátka ideální doba na posvícení.



Za starých časů se posvícení slavilo téměř v každé farnosti v jinou dobu. Lidé chodili na posvícení konaná v okolních obcích nejen aby navštívili své příbuzné a přátele nebo aby něco utržili prodejem různého zboží, ale také proto, že se jim díky této slavnosti naskýtal možnost dobrého jídla a zároveň odpočinku od práce. A tím, jak se lidé bavili, pracovní morálka

trpěla. Císař František Josef II. chtěl nějakým způsobem sjednotit oslavy v celé zemi a proto roku 1787 vydal nařízení, kterým lidu nařídil slavit posvícení v jeden čas. Termín stanovil na neděli po svátku svatého Havla. Poslušní poddaní přijali toto nařízení velice nadšeně. Od té doby slavili třetí neděli v říjnu tzv. „císařské hody nebo také havelské posvícení“ a mimo nich dále i svoje místní posvícení tzv. „naše posvícení“.

Dříve se posvícení slavilo většinou od sobotního večera do úterního rána, někde do čtvrtka, místy



dokonce týden tzv. „od starého posvícení do mladého posvícení“, tedy od neděle do neděle. Avšak samotné přípravy na posvícení začínaly mnoho dnů předem čistěním stavení a dvorku. Zároveň s oslavami se konávalo mnoho

zásnub a uzavíralo plno sňatků. O posvícení se scházelo celá rodina včetně širokého příbuzenstva a všichni svorně zasedali u bohatě prostřených stolů. Obecně platilo: Čím více hostů, tím větší pocta pro hostitelku.

Dva dny před posvícením, tedy v pátek se zabíjela kuřata, kachny a husy, aby bylo dostatek masa.

Chasníci postavili na návsi vysokou a rovnou posvícenskou májku, ozdobenou pestrými pentlemi jako svědka a strážce nadcházejícího veselí.

V sobotu před hodovou nedělí se posílaly přátelům z okolí koláče s pozváním, aby přišli na posvícení či na hody a proto se zvácím koláčům začalo říkat „zváče“.

Zároveň s koláči se pekla posvícenská husa. V neděli zahajoval posvícení slavnostní oběd, který se podával po návratu ze slavnostní mše a dokončení kuchyňské práce, zpravidla až kolem druhé hodiny odpolední. Tradičně nesměly na stole chybět různé koláče, husa nebo kachna se zelím, knedlíky, omáčky a na zapití pivo. Lidé si při obědě vyprávěli a povídali o úrodě, dobytku, o svatbě, o pohřbu, zkrátka se probíralo vše, co se událo od jejich posledního setkání. Po obědě se šlo do kostelíka na požehnání a jen skončilo požehnání, ozvala se hudba z hospody nebo z prostranství, kde byla umístěna májka.

Nejdůležitějším symbolem posvícení byla dobře vykrmená posvícenská husa. Ta musela mít hodně sádla. Někde jí kvůli tomu dávali do volete minci, prý aby hodně trávila. Jinde husu krmili šíškami zadělávanými s dřevěným uhlím. Aby měla husa žluté sádlo, dostávala kukuřici. Při zabíjení neměl nikdo husu litovat, mělo se za to, že by se dlouho trápila.

Hostům, kteří se vraceli domů se dávala výslužka (koláče, buchty, zelí a maso).



**LIKÉR PRO TENTO TÝDEN****JEŠTĚ NENÍ POZDĚ: PODZIMNÍ OŘECHOVKA Z JADER VLAŠSKÝCH OŘECHŮ**

1/4 kg oloupaných jader vlašských ořechů, 1 l vodky, skořice, 3 hřebíčky, 1/2 l voda, 250g cukr krupice a 250 g třtinového cukru. Ořechy nasypeme do sklenice, přidáme 1 l vodky, větší kus skořice a 3 hřebíčky, přidáme v 1/2 l vody rozvařený cukr. Vše necháme (v teple) v nádobě alespoň 5 týdnů vylouhovat. Poté likér scedíme, protřepeme a stáčíme do lahví.

**BYLINKA PRO TENTO TÝDEN****VLAŠSKÉ OŘECHY**

Vlašský ořech je druh ořechu, plod ořešáku královského, který se skládá z poživatelného jádra obklopeného

pevnou dřevnatou skořápkou. Vlašské ořechy rostou na ořešáku přibližně od čtvrtého roku, co je mladý stromek vysazen. Plody jsou na stromě obaleny do ochranné vrstvy, ve které dozrávají. Ze začátku je toto pouzdro zelené a během dozrávání tmavne a praská. Když je ořech zralý, vypadne z ochranného pouzdra na zem nebo spadne i s pouzdem. Ořechy dozrávají od srpna do září.

Vlašské ořechy jsou velmi starou potravinou, která je nejspíše konzumována již od neolitu, jak dokládají archeologické nálezy z oblasti Périgordu ve Francii. Jádro vlašského ořechu je atypické tvarem a barvou, která se může měnit jádro od jádra. Často bývá od velmi světlé až po tmavě žlutou barvu, přes zlatavou až po hnědou, jsou i odrůdy s jádrem červeným (u čerstvých ořechů rumělkově rudým, u suchých vínové - tmavší nafialověle červené barvy). Po sklizni se ořechy suší, buď samovolně, nebo za pomoci horkého suchého vzduchu. Tímto procesem dochází k poklesu vlhkosti na požadovaných 8 %, což zaručuje, že ořechy nebudou snadno napadány plísněmi.[1]

Ořešák královský (*Juglans regia*) se dožívá až stovky let. Dorůstá výšky asi 20 metrů. Plodem je nepravá peckovice s jádrem. Jádro, tzv. Vlašský ořech, je výtečná pochoutka s léčivými vlastnostmi. V evropské medicíně patří k drogám kromě jader rovněž list a oplodí. Listy se sbírají v červnu, slupky a nezralé plody v červenci a srpnu a zralé plody během září. Latinský botanický název ořešáku "*Juglans*" vznikl ve starém Římě podle boha Jupitera, jemuž byl tento strom zasvěcen: *Jovis glans* - Jupiterův žalud. Listy ořešáku mají antiseptické vlastnosti.



Zkušeni zahrádkáři je nepřidávají do kompostů, protože v něm znesnadňují roli mikroorganismů. Důležitá je protizánětlivá schopnost listů, které obsahují silice, třísloviny, flavonoidy, juglon (chemicky podobný vitamínu K), hořčík, kyselinu elagovou, karotenoidy, přírodní kyselinu askorbovou.

Nález z listů dezinfikuje, používá se jako kloktadlo při zánětech v dutině ústní, omývá se jím akné, záněty kůže a opruzeniny. Naše lidová medicína ho doporučuje k zastavení krvácení třeba při zánětech trávicího ústrojí se sklonem ke kapilárnímu krvácení. Ořešák se též přidává do koupelí při nadměrné potivosti nohou.

Z vlašských ořechů se lisuje vysoce kvalitní olej, který je zdrojem nenasycených mastných kyselin. Nachází se v nich železo, selen, zinek, vitamín E a skupina vitamínů řady B. Ořechy svým tvarem tak trochu připomínají mozek a opravdu prospívají mozkové činnosti. Mají rovněž protizánětlivé vlastnosti a podporují chuť k jídlu. Moderní výzkumy potvrdily, že příznivě působí na srdečně - cévní choroby, regulují krevní tlak, snižují hladinu cholesterolu a působí proti ateroskleróze. Jako doplňková potrava se podávají pacientům s artritidou či zánětlivými vyrážkami.

Vlašské ořechy mají sladkou chuť, teplou povahu a působí na dráhy ledvin, plic a tlustého střeva. Vyživují ledviny, prohřívají oblast kolem pasu a kolenou. Dále zahřívají plíce, zlepšují astma, posilují střeva a podporují peristaltiku.

Léčebný efekt vlašských ořechů se projeví při pravidelné a dlouhodobé konzumaci. Jako prevenci bychom si měli dopřát asi pět ořechů denně. Ořechy musíme skladovat na tmavém a suchém místě, protože olej v jádrech totiž snadno oxiduje. Žluklé ořechy pak mají hořkou pachut' a ztrácejí léčebné vlastnosti, dokonce mohou organismu uškodit.

Vyloupaná jádra je nezbytné skladovat bez přístupu vzduchu nebo je naložit například do medu. Optimální je promíchat 1 kg jader s 1 kg medu a společně zahřívát, až se med rozpustí.

Také ořechový olej bychom měli uchovávat v temnu, chladu, suchu a bez přístupu vzduchu. Ten zastudena lisovaný spotřebujeme co nejdříve.

**LOUŽNICKÁ POCHOUTKA**

Tento týden vaříme s vlašskými ořechy :

JABLEČNÉ KUŘE S MEDEM A VLAŠSKÝMI OŘECHY

střední nebo větší kuře (1,5kg) 1 ks, na potření: sůl, med, čerstvý zázvor nebo mletá skořice, drůbeží vývar, jablko, tuk na pečení, strouhané vlašské ořechy
Očištěné kuře ze všech stran i uvnitř osolíme a naplníme směsí z jablek nakrájených na plátky, asi 2 lžic medu a asi 2 - 3 lžiček na nudličky pokrájeného zázvoru nebo 1 - 2 lžiček sušeného, lze nahradit 1 lžičkou mleté skořice. Otvor zašijeme nebo uzavřeme jehlou na maso (špejlí) a vložíme do vymaštěného pekáče. Celé kuře ještě obložíme pokrájenými jablky a podlijeme vývarem nebo vodou. Na povrchu poklademe vločkami tuku na pečení a přikryté dáme do vyhřáté trouby péci. Během pečení občas podlijeme výpekem. Asi po 50 minutách zmírníme teplotu v troubě na 120 - 150 °C, kuře potřeme rozehřátým medem a pečeme ještě asi 20 minut za častého polévání vývarem s výpekem a dbáme na to, aby se med nepřipálil. Hotové jablečné kuře (až se maso začne oddělovat od kostí) rozporcujeme a podáváme s medem, zázvorem a jablky, kterými bylo kuře obložené. Nakonec polijeme výpekem a celou porci posypeme strouhanými ořechy.

SLANÁ BÁBOVKA

400 g mouky, 150 měkkého másla, 2 vejce, 20 cl vlažného mléka (nesmí být horké), 150 g špeku, 100 g sekaných vlašských ořechů, špetka soli, kostička droždí



Smíchejte droždí s 10 cl mléka a troškou mouky, nechte stát, ať to dvakrát nabude. Mezitím vytvořte ze zbytku mouky, vajec a mléka těsto, počkejte asi 15 minut a pak přimíchejte změkklé máslo. Potom přidejte drožďovou smíchaninu, kterou jste udělali na začátku. Nechte asi hodinu kynout, poté se přidej na malé kostičky rozkrájený suchý špek a vlašské ořechy. Dá se to do vymaštěné bábovkové formy a zase počkáme, než těsto vystoupá až po okraj formy. Peče se to asi 50 minut při teplotách mezi 200 – 210 °Celsia. Jestliže povrch „bábovky“ příliš hnědne, přikryjte hnědnoucí těsto pečícím papírem.

ŠPANĚLSKÉ PTÁČKY S VLAŠSKÝMI OŘECHY

400 g vepřového masa, 80 g šunky, 40 g oleje, 80 g kyselé okurky, 80 g cibule, 2 vejce, 40 g hladké mouky, 20 g másla, 40 g vlašských ořechů, 3 lžice hořčice, sůl, mletý pepř



Maso propláchneme pod studenou tekoucí vodou. Poté ho nakrájíme na plátky, které naklepeme, osolíme, opepříme a potřeme hořčicí. Na každý plátek dáme kousek šunky, uvařeného vajíčka, plátek okurky a trochu sekaných vlašských ořechů. Plátky svineme a vytvoříme z nich závitky, které pevně omotáme reznou nití, aby se nerozpadly.

Na rozpáleném oleji zpěníme cibulku, na které pak krátce po všech stranách osmahneme závitky. Poté je podlijeme horkou vodou a dusíme pod pokličkou. Závitky občas obrátíme a podlijeme, aby se nepřipálily. Když jsou měkké, tak je vyjmeme, šťávu vysmahneme, až zůstane jen tuk - zaprášíme moukou a za stálého míchání opražíme. Potom zředíme vlažnou vodou, dobře rozmícháme a ještě chvíli povaříme. Nakonec přidáme na zjemnění máslo. Podle chuti můžeme dosolit a dopepřit. Omáčku přelijeme přes závitky, které jsme předtím zbavili nití. Podáváme s rýží či houskovým knedlíkem.

ZVĚŘINOVÁ PAŠTIKA se sušenými švestkami a vlašskými ořechy

500g zvěřiny (nejlépe srnčí či z divočáka), 500 g vepřového boku, 50 g másla, 1 větší cibule, pepř, bobkový list, 500g neškvářeného vepřového sádla, 150g sušených švestek, 100g vlašských ořechů, zavařená brusinky, jeřabiny nebo červený rybíz, 2 dcl bílého vína na podlití, 2 vejce, 2 cl slivovice.

Zvěřinu i bok nakrájíme na větší kostky masa. Osmahneme je na másle, a jakmile se „zatáhnou“, čili po několika minutách, osolíme, přikryjeme a necháme dusit. Jakmile bude mít maso již hnědou barvu, podlijeme ho vínem, maso s vínem ještě chvíli dusíme, než se tekutina odpaří a pak necháme kousky vychladnout. Připravíme si malý pekáček, který vyložíme plátky neškvářeného syrového vepřového sádla tak, aby bylo dno i boky zcela zakryté. Na plátky sádla rozmístíme bobkové listy. Nakrájíme si na proužky sušené švestky a jádra vlašských ořechů. J. Již vychladlé maso pomeleme na mlýnku a přidáme jednu střední cibuli, kterou celý proces zakončíme. Pomleté maso pak zpracováváme jako těsto: přidáme dvě vejce, švestky, ořechy, tři lžičky zavařených brusinek či jeřabin, tři lžičky rybízové marmelády, mletý pepř a podle chuti dosolíme. Na závěr doporučuji ještě dodat skleničku (asi 2 cl) alkoholu –slivovici. „Těsto“ – směs vložíme do pekáčku na sádlo a rozprostřeme po celé ploše až do krajů. Seshora opět položíme bobkové listy a zakryjeme zbytky plátků sádla. Pekaček přikryjeme, vložíme do většího pekáče, zalijeme vodou tak, aby byl pekáček asi ze dvou třetin ponořen a tak, aby voda nemohla ani při varu vniknout k masu. Při teplotě cca 175°C takto „pečeme“ ve vodní lázni asi jeden a půl hodiny. Poté vyjmeme a necháme do druhého dne zcela vychladnout a odležet. Odleželou paštiku nakrájíme na plátky, odstraníme sádlo a podáváme jako předkrm pro výjimečné příležitosti s brusinkami, jeřabinami a citrónem.



ČTENÍ NA POKRAČOVÁNÍ- Z LOUŽNICKÉ HISTORIE: 68. DÍL

BABIČKO, POVÍDEJ, JAKÉ TO BYLO, KDYŽ JSI BYLA MALÁ.....

Aneb jak se žilo v Loužnici od počátku osady do II. světové války

Domy v Loužnici: popisné číslo: 32.

„U Vítů“ název z dávné doby. Dům byl vystavěn ještě na sklonku 18. století a byl součástí Vondrova statku. Pak byl prodán. Kolem roku 1907 vyhořel a již nikdy nebyl obnoven. Stál před domem V.Lufinky a přes silnici před vilou rodiny Linkovy a Hrubé. Dnes je zde jen sklep a stodola dosud stojí, je poslední roubenou stodolou ve vsi (ze starých knih). Toto popisné číslo dostalo později hospodářské stavení Miloslava Linky, který tento pozemek se sklepem koupil.



„Stavení“ jest oplocený komplex budov, rodinná vila Miloslava Linky a dále budovy sloužící hospodářství – byty pro čeledě, stáje, kůlny a stodoly. Na místě, kde stojí vila, stával dům paní Marie Hnykové- Holubářky, který byl vystavěn v roce 1909 a v roce 1912 vyhořel. Hospodářský dům, v roce 1907 vyhořel.

ROK	MAJITELÉ
2009	Miloslava Hrubá



Ze vzpomínek pana Miloslava Linky: „....V roce 1922 jsme poblíž našeho podniku koupili, vyhořelý, jednoposchodový dům.

Zdálo se, že je to výhodná koupě, ale adaptace by si vyžádala slušný obnos, snad tolik, že by za úpravu a nutné změny byl postaven dům nový. Když byl dům v prvním poschodí i s nábytkem zařízen, domníval jsem se, že pro tak naši početnou rodinu z nevyhovujícího starého domu se přestěhujeme do nového. Všichni jsme rodiče přemlouvali, ale vše bylo marné. Já když jsem se oženil, nastěhovali jsme se do třech místností v přízemí, abych nechal první poschodí pro rodiče.

V mém bytě jsem měl zařízenou kuchyň a ložnici, na obývací pokoj otec stále pro mě peníze neměl, přes prázdný, nezařízený pokoj

jsem chodil do ložnice po dobu pěti let. Náš otec všem prohlašoval, že podnik peníze dal, z něj že se peníze nesmějí vytahovat „jinak bysme dlouho neobchodovali“.

Do nového domu chodily spát, než se provdaly, moje sestry, ale rodiče zůstali po dobu jejich života věrní starému domu. Starý dům byl jen o dvou místnostech, ale všichni a velmi rádi ještě nyní mile vzpomínáme na vše tam prožité, zvláště na Vánoční svátky nás bylo vždy plno kolem stolu.

Náš otec musel vidět, kdo a kdy vchází a vychází do podniku a koně, než vyjeli, měl tak naučený, že museli dostat cukr a být pohlazení. Nebyl-li někdy otec doma, musela cukr přinést maminka.....“ **Více kniha: Život se sklepem – Miloslav Linka**

NĚCO PRO ZASMÁNÍ

**JAK CHOVAT PUBERTÁKA:**

Puberták je domácí zvíře velmi náročné na chov. Rozhodnete-li se chovat doma pubertáka, budete mu muset vyhradit dostatečný prostor. Rozpínavost těchto živočichů, pokud jde o teritorium, totiž spolu s věkem stoupá.

Krmení: Puberták je všežravec, který občas přechází do fáze monožravce. Podle vědeckých výzkumů stráví puberták, ač má na rozdíl od krávy toliko jeden žaludek, jakoukoli potravu, která se momentálně nachází v jeho dosahu. Spásání potravy probíhá celodenně, prakticky nepřerušovaně. Ve fázi monožravce se však může stát, že se puberták dlouhodobě živí pouze jedním druhem potravy, například tradičními českými brambůrky nebo hamburgery. Veškeré snahy ze strany chovatele o přikrmování zdravou výživou přicházejí nazmar a je potřeba se s touto skutečností smířit. Většina pubertáků má po celou dobu chovu obzvláště vysokou spotřebu prémiového krmiva, a proto je nutné, aby si pubertáky drželi pouze chovatelé, kteří si to mohou finančně dovořit, případně mají možnost úvěru či půjčky.

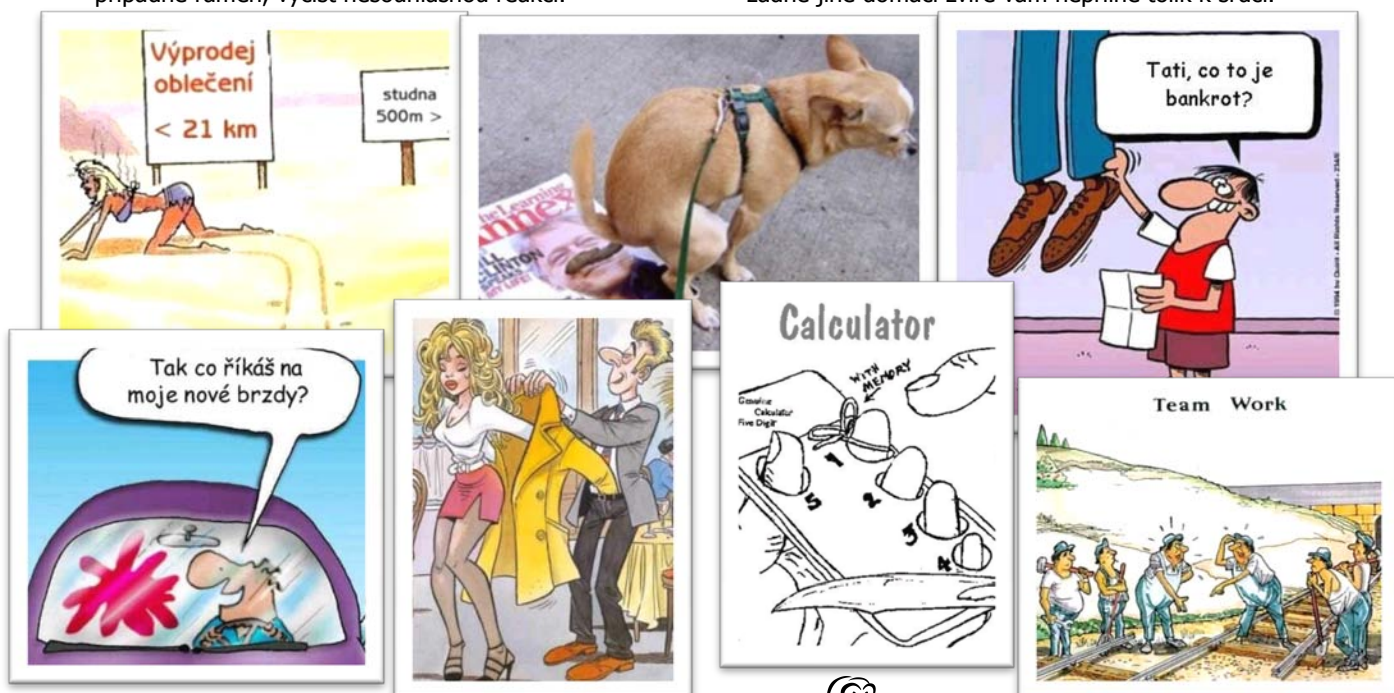
Celková péče: Puberták je zvíře náchylné k depresím. Léčba a předcházení depresím spočívá v kupování značkových oblečků a obuvi, želatinových medvídků Haribo a počítačových her, aby se váš puberták nenudil. Komunikace s pubertákem je závislá na úrovni dosažené při výcviku (viz níže, bod Denní režim). Chovatel se musí naučit rozumět řeči těla, aby byl schopen z trhavých pohybů hlavou, případně ramen, vyčíst nesouhlasnou reakci.

Pozitivní reakce nedává chovaný, puberták v žádném případě najevo. Z našich zkušeností ovšem víme, že po cca 200 trhnutí ramenním kloubem již většina chovatelů ví, na čem je.

Denní režim: Pubertáka je nutno podrobit komplexnímu výcviku. Od přírody je to tvor líný, který je schopen veškerou svou energii vynaložit na správné oddechování při spánku, resp. na změnu polohy na gauči z levého boku na pravý a naopak. Výcvik sestává z výuky jednoduchých příkazů, jako například: "Jdi do školy", "Vyčisti si ty zuby", případně "Umyj nádobí". Někteří pubertáci reagují na výcvik příznivě a po pár letech jsou schopni reagovat na cca 4 příkazy z 20. Jiní pubertáci výcviku odolávají a osvojí si příkaz pouze jeden. Většinou jde o povel "Jdi se najíst", v menší míře "Jdi spát".

Komerční využití a návratnost investic:

Puberták je domácí zvíře chované výhradně na ozdobu a nelze očekávat, že z něj vydolujete jakoukoli činnost generující přírůstek pro rodinu. Chov je záležitostí velmi dlouhodobou, někdy trvá i deset let, než zjistíte, zda chovaný jedinec bude schopen samostatného života. Někteří jedinci zůstávají u svých chovatelů do pozdního věku a znamenají pro něj nemalé náklady. Proto by si každý chovatel měl řádně rozmyslet, než se do chovu vůbec pustí. Neměli si zcela jist, měl by si raději pořídit jiné domácí zvíře. Před chovem pubertáků jsou varováni zejména kardiaci a další osoby, které špatně odolávají stresu. Na druhou stranu je nutno říci, že žádné jiné domácí zvíře vám nepřílně tolik k srdci.

**MOUDRÁ VĚTA**

PATRIA EST, UBICUMQUE EST BENE - Vlast je tam, kde je dobře



REKLAMA



kniha o životě
v Loužnici
v letech 1896 -
1979

ŽIVOT SE SKLEM

Miloslav Linka
V prodeji v Hospůdce
Na Záluží

1 kus: **150,- Kč**
Nebo v Železném
Brodě v Muzeu, či
pokud nemáte
možnost se dostat do
Loužnice, ráda knihu
zašlu poštou na
dobírku. Jana

Matěásková – pravnučka Miloslava Linky

**SPORTOVNÍ A REKONDIČNÍ MASÁŽE
V POHODLÍ VAŠEHO DOMOVA****PROVÁDÍM**

- ☐ masáž hrudníku a břicha
- ☐ masáž horních končetin
- ☐ masáž dolních končetin
- ☐ masáž zad a šíje

Libuše Kramářová
tel.: 604 183 661, - libakramarova@seznam.cz

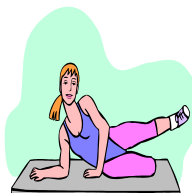
**KOŤÁTKA**

Chtěli,
byste, mít
doma kotě?
Není to
vůbec žádný
problém, na
koupališti se
narodila
krásná
koťátka a
tak Vám

stačí, když zavoláte paní Hrdličkové (604 168 952) a domluvíte se.

AEROBIK**PŘIJĎTE SI S NÁMI ZACVIČIT!**

Zveme všechny příznivce pohybu na cvičení aerobiku.
Cvičení bude probíhat každou neděli od 18.00 hodin na
malém sále sokolovny Loužnice.



S sebou si vezměte karimatku,
obuv na přezutí a pití.
Předcvičuje sl. Martina
Försterová. Cena: 30 Kč/1
cvičební hodina. Těšíme se na
Vás!

**MĚSTSKÉ MUZEUM V
ŽELEZNÉM BRODĚ**

náměstí 3. května 37
468 22 Železný Brod
IČO 43 25 72 83
muzeum@zelbrod.cz

otevírací doba: říjen – duben:
so – ne: 9:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00
Výpravy se mohou telefonicky
objednávat i mimo sezónu.

**CVIČENÍ PRO MAMINKY A
DĚTI**

AHOJ MAMINKY! CHCETE SI
S DĚTMI ZACVIČIT?

Pokud ano, těšíme se na Vás
každý pátek v 16 hodin. Cvičit
budeme v sokolovně v Loužnici.

Vezměte si karimatku a boty na přezutí.
Mladší školní děti si mohou přijít zacvičit každý pátek
od 17 hodin.
Vezměte si obuv na přezutí (se světlou podrážkou).
Míša a Eva