

<http://www.nazadusi.cz/zpravodaj.htm>

<http://www.facebook.com/groups/325713347009/>

<http://www.louznice.com/2012/>



LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ



Číslo: 5/2015

pro týden:

2. 2. 2015–8. 2. 2015

pravidelně nepravidelný týdeník z Loužnice a okolí

OZNÁMENÍ OBECNÍHO ÚŘADU V LOUŽNICI

Pro rok 2015 jsou platné následující sazby za odvoz a zneškodnění směsného komunálního odpadu

nádoba	Četnost odvozů	Cena včetně DPH
110 l kovová	1 x týdně	2 650,- Kč
120 l plastová	1 x za 14 dnů	1 800,- Kč

Pytle o objemu 110 l pro směsný komunální odpad jsou v prodeji v místním obchodě potravin u paní Šmídové.

Cenu za odvoz směsného komunálního odpadu a jeho zneškodnění je třeba zaplatit v souladu s platnými smlouvami o odvozu a zneškodnění směsného komunálního odpadu **do 30. 4. 2015.**

Platbu za komunální odpad je možné i převést na účet 12421451/0100 a do poznámky uvést číslo popisné nebo jméno pro upřesnění.

Poplatek ze psů pro rok 2015:

Za jednoho psa 80,- Kč a za každého dalšího psa 120, Kč.
OÚ Loužnice



JARNÍ PRÁZDNINY

Jarní prázdniny začínají v naší obci 2. 2. 2015 a budou do 8. 2. 2015 tyto prázdniny se týkají také okresů: Česká Lípa, Jablonec nad Nisou, Liberec, Semily, Havlíčkův

Brod, Jihlava, Pelhřimov, Třebíč, Žďár nad Sázavou, Kladno, Kolín, Kutná Hora, Písek, Náchod, Bruntál

HASIČSKÝ PLES

Tradiční Hasičský ples se bude konat v sobotu **28. 2. 2015**



VÝROČNÍ VALNÁ HROMADA SDH LOUŽNICE

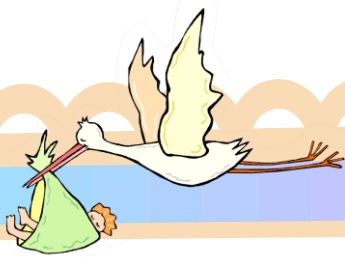
V sobotu **30. ledna 2015**

v 17.00 hodin, se konala

v hospůdce Na Záluší, Výroční

valná hromada SDH Loužnice.





V úterý 27. 1. 2015

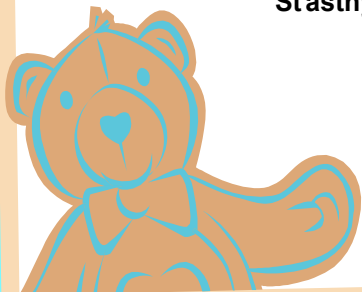
se manželům Kateřině a Jaroslavovi Berntovým,
narodila dcera

ASTRID

Astrid vážila 3,60 kg a 49 cm.



Šťastným rodičům gratulujeme a malou Astrid vítáme na světě!





ZE SVĚTA



JABLONEC N. N. - Petice znovu otevře na jablonecké radnici diskuzi nad fungováním významné školy. V pondělí odpoledne předal zmocněnec petičního výboru Jan Ullmann náměstkovi primátora Pavlu Svobodovi petici za záchranu Gymnázia U Balvanu. Před pěti lety skončilo v této škole

rozhodnutím zřizovatele, tedy Libereckého kraje, víceleté studium. Příští rok by se tak provoz gymnázia jen se čtyřletým typem studia stal neudržitelný. „Prostřednictvím petice žádáme jablonecké zastupitele, aby pověřili náměstka pro oblast školství jednáním s Libereckým krajem o dalším osudu gymnázia. Navrhujeme, aby se zřizovatelem školy stalo statutární město Jablonec nad Nisou stejně, jako v minulosti přešla do městské zřizovatelské správy Obchodní akademie v Tanvaldě," vysvětlil záměr občanského hnutí Můj domov Jan Ullmann. Náměstek Pavel Svoboda petici, pod kterou připojilo podpis 1400 sympatizantů, převzal s tím, že ji přednese vedení města. „Rozhodně se tímto problémem chci nadále zabývat. Myslím si, že zrušení kvalitního gymnázia s více jak stoletou tradicí by nebylo dobrým krokem," konstatuje Svoboda, který je shodou okolností absolventem zmíněné střední školy. Poprvé se o zrušení Gymnázia U Balvanu začalo mluvit v roce 2010, kdy Krajský úřad LK (KÚ LK) začal připravovat optimalizaci školství. V té době představil tehdejší ministr školství Dobeš hejtnanům projekt ideální školy, jenž měl vést k optimalizaci sítě středních škol, neboť v té době bylo podle jeho slov víc volných míst na školách než zájemců o studium. Krajský úřad tehdy uvažoval o sloučení obou jabloneckých gymnázií v jedno, ale tento návrh Jablonec odmítl. Oficiálně pak Petiční výbor rodičů jabloneckého Gymnázia U Balvanu odevzdal na jabloneckou radnici 4. února 2011 petici s 592 podpisovými archy, na nichž bylo podepsáno 11 472 lidí. Výsledkem bylo zrušení víceletého studia, ale gymnázium pracovalo dál.

„Od příštího roku však poslední studenti ve víceletém typu postupují do kvarty a gymnázium už dál bude mít jen čtyřletý typ studia. A to by bylo pro jeho další provoz neudržitelné, proto je třeba jednat," uzavírá Svoboda.

Podobný problém má i další Gymnázium v Tanvaldě. Zde funguje systém osm plus čtyři, a pokud má škola fungovat i nadále, je potřeba tento systém udržet, jak potvrdil hejtnan, při své návštěvě ve městě.

„Všechny zúčastněné strany včetně pana hejtmána se mimo jiné shodly na podpoře další existence osmiletého gymnaziálního vzdělávání v Tanvaldu," pochlubilo se vedení Gymnázia na svých stránkách. Situace je momentálně ve stavu vyjednávání kraje, města a školy, které hledají budoucí řešení.

Autor: Jan Žíla



JABLONEC N. N. - Další z cyklu novoročních setkání se tentokrát uskutečnilo v kanceláři primátora, kam byli pozváni představitelé z církvi působící na Jablonecku. Primátorovo pozvání k přátelskému posezení přijalo celkem sedm duchovních a jedna řádová sestra, která přijela z Horního Maxova. Setkání symbolicky završilo Týden modliteb, který v Jablonci proběhl od 19. do 23. ledna.

V úvodu primátor Petr Beitzl poděkoval zástupcům z církvi, že v Jablonci zajišťují dnes často opomíjenou stránku lidského života, a to je ta duchovní. „Vážím si vaší neúnavné práce a času, který věnujete lidem kolem sebe, a věřím, že ta spolupráce s městem, která nyní funguje, bude pokračovat i v dalších letech," vyslovil své přání primátor. Spolu s ním se setkání účastnili také Pavel Svoboda a Lukáš Pleticha.

Témata hovorů byla různorodá. Nejvíce času věnovali debatě ohledně akcí a svátků, které se pojí s kulturním a společenským životem ve městě, a to zejména: Noc kostelů, Týden modliteb, Dušičky, Jablonecké kostely otevřeny, Vánoce a Velikonoce. Všichni přítomní projevili zájem se opět podílet na kulturním životě v Jablonci a zpřístupňovat své prostory i široké veřejnosti.

Poslední novoroční setkání čeká primátora a náměstků 18. února. Hosty na jablonecké radnici budou jablonečtí podnikatelé.

MĚSTYS ZÁSADA – Díky příznivému počasí a bohaté nadílce sněhu, se mohl uskutečnit ojedinělý závod na lyžích v Zásadě. Fotbalový klub Zásada uspořádal v sobotu 31.1.2015 Zásadskou pralyži, což jsou závody postaru. Pánové i dámy závodili v běhu na starých lyžích a v historickém oblečení v areálu fotbalového hřiště. Nejen na lyžích se závodilo, ale také na saních, kterým se v tomto kraji říká Renwolf, nebo Vlček, jsou to saně, kdy dáma seděla a pán ji vezl, také se na těchto saních vozili děti.



ŽELEZNÝ BROD - Od února budou v Železném Brodě chodit turisté pro informace do budovy místní radnice. Stěhování má turistům přinést větší komfort.

Během posledních lednových dní se Turistické informační centrum (TIC) přestěhovalo do budovy radnice. V nových prostorách radnice bude provoz zahájen v pondělí 2. února.

TIC Železný Brod patří mezi velmi vytížené, vzhledem k množství turistických cílů v okolí Železného Brodu a nedalekého Českého ráje.

Náplň práce turistického informačního centra je opravdu rozmanitá, důležitou roli v ní hraje především rychlé předávání informací.

„Umístění v Klemencovsku bylo velmi atraktivní pro návštěvníky a splňovalo trend měst a obcí umísťovat svá turistická informační centra do zajímavých historických staveb v centru města. S sebou to však v případě Železného Brodu neslo více negativních věcí jako problematické předávání informací na oddělených pracovištích IKS, nemožnost vyřešit bezbariérový vstup do TIC, problémy s umístěním stojanů na kola. Věříme, že nové umístění usnadní všem pracovníkům IKS práci ve prospěch všech návštěvníků,“ jmenovala hlavní klady stěhování Iva Chaloupková, vedoucí Informačního a kulturního střediska v Železném Brodě.

Podle ní je práce v turistických informačních centrech je prací dlouhodobě, a to v celorepublikovém měřítku, podhodnocována. Jazykové a počítačové znalosti, všeobecný přehled, místní znalost, ale i znalost celého regionu, komunikační schopnosti a umění být příjemnou obsluhou i pod velkým stresem je velkým zatížením pro pracovníky turistických informačních center.

Turistické informační centrum sídlí nově od 2. února 2015 v budově radnice „A“ v přízemí vpravo (Náměstí 3. května 1). Otevřeno je dle běžné mimosezónní otevírací doby: popá 912 a 12.3016, so 913 hodin. V souvislosti s přestěhováním TIC došlo ke změně pevné linky. Nové telefonní číslo je 483 333 999. Využít můžete případně i mobilní telefon 778 527 000

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

<http://www.liberecky-kraj.cz/>



deník.cz





KULTURA a POZVÁNKY



mašopust

za doprovodu kapely DuroNux
z Jablonce nad Nisou

průvod masek v 15 hodin
z Jiráskova nábřeží (od DDM Mozaika)

Malé náměstí:
program Best of I středověký folk-rock
a stánkový prodej pořádá IKS a SUPŠ

17. února 2015

Železný Brod

SA LO N2

ŽELEZNÝ BROD
17. 1. – 15. 2. 2015

ZAHÁJENÍ VÝSTAVY 16. LEDNA 2015 OD 16 HODIN | OTEVÍRACÍ DOBA GALERIE
SO-NE, 13-16 HODIN | VÝSTAVU POŘADAJÍ OBČANSKÁ BESEDA ŽB A IKS

Jablonecký deník vyhlašuje soutěž o nejhezčí pár Jablonecka!

VYHRAJTE
romantickou
večeři
pro 2 osoby
a květinu pro
přítelkyni!

Prvních 10 doručených fotek získává
dárkové balení piva Rohozec.
Pošlete svoji fotografii s Vaší drahou
polovičkou, připojte své jméno, věk,
bydliště a další podrobnosti. Vše zašlete
na e-mail jablonecky@denik.cz,
heslo: Nejhezčí Valentýnský pár.
Fotografie přijímáme do 30. 1. 2015.
Od 1. 2. 2015 odstartujeme hlasování
na www.jablonecky.denik.cz

JABLONECKÝ DENÍK
ČESKÁ
MINCOVNA
GRACIA

Mazlíček Deníku

Zvěrokruh Jablonec nad Nisou
- Interspat, Želivského 5050
Jablonec nad Nisou, 466 01

Otevírací doba:
Po-So 9.00 - 20.00, Ne 9.00 - 19.30

ZVĚROKRUH
Pomáháme vašim zvířátkům

Sortiment: Nabízíme chovatelské potřeby a krmiva pro psy,
kočky, hlodavce, králíky, ptáky a ryby. Dále nabízíme žvýka-
ta - králíky, hlodavce, exotické ptactvo, akvarijní i jezírkové ryby.

www.zverokruh-shop.cz

Předvedte svého zvířecího miláčka a vyhraďte pro něj krmení a dárky!

Jablonecký deník
vyhlašuje soutěž
o největšího
zvířecího sympatáka.

Poklepte fotografii svého zvířecího kamaráda, připojte jeho
jméno, věk a další podrobnosti. Vše zašlete na jablonecky@denik.cz, heslo: Mazlíček. Fotografie přijímáme do
31. ledna. Pak mazlíčky představíme v Jabloneckém deníku
a 1. února odstartujeme hlasování na
www.jablonecky.denik.cz





ČERNÁ KRONIKA

TANVALD - V neděli 25. ledna policisté z Obvodního oddělení v Tanvaldu ve zkráceném přípravném řízení sdělili 23letému muži z Velkých Hamrů podezření ze spáchání trestného činu maření výkonu úředního rozhodnutí a vykázání, kterého se dopustil týž v noci krátce před dvaadvacátou hodinou. V té době byl policejní hlídkou kontrolován za volantem vozidla zn. Škoda Octavia v Tanvaldě v ulici Krkonošská, kde z hlavní silnice vjel na přilehlé parkoviště u České spořitelny. Policisté při kontrole zjistili, že mladý muž usedl za volant i přesto, že má rozsudkem Okresního soudu v Jablonci nad Nisou ze září loňského roku vysloven zákaz řízení motorových vozidel na dobu jednoho roku. Podezřelému nyní za spáchání uvedeného trestného činu hrozí trest odnětí svobody až na dva roky.



SEMILY - U Poniklé na Semilsku narazil krátce po půl sedmé osobní vlak do sesuté skály. Zával na trati podle prvotních informací vytvořil bariéru vysokou 3 metry a dlouhou 30 metrů. Při nehodě bylo zraněno 9 lidí. Trať z Jablonce nad Jizerou do Martinic v Krkonoších bude nejméně do dnešního večera mimo provoz. Při nehodě bylo zraněno sedm z deseti cestujících a dva členové osádky vlaku – strojvedoucí a vlakvedoucí. Nejzávažnější je stav strojvedoucího, který zůstal po nárazu zaklíněný v kabině a hasiči ho museli vystříhat. Zraněného muže pak zafixovali ve vakuové matraci a přepravili ho necelých 400 metrů k mostu přes Jizeru, kde přistál vrtulník záchranné služby. Zranění ostatních lidí jsou lehká. Vlaky mezi Jabloncem nad Jizerou a

Martinicemi nejezdí a kvůli rozsahu závalu dnes provoz zřejmě obnoven nebude. České dráhy v uvedeném úseku zavedly náhradní autobusovou dopravu. Škoda na vlaku byla vyčíslena na 1,5 milionu korun.



VELKÉ HAMRY – 28.1.2015 v podvečer pětadvacet minut po osmnácté hodině se v katastru obce Velké Hamry na silnici třetí třídy v lesním úseku mezi Rejdicemi a Českým Šumburkem stala dopravní nehoda. Řidič s vozidlem zn. Škoda Fabia jel ve směru na Rejdice, kde v levotočivé zatáčce vlivem nepřiměřené rychlosti nezvládla na zasněžené vozovce řízení, vyjel mimo komunikaci, sjel ze strání a zůstal stát na boku zaklíněný o dva vzrostlé stromy. Ke zranění osob při havárii nedošlo a provedená dechová zkouška u řidiče vozidla měla negativní výsledek. Předběžná výše způsobené škody činí částku 60.000,- Kč. Policisté věc vyřešili na místě jako dopravní nehodu s

projednáním a řidiči havarovaného vozidla udělili blokovou pokutu.



ŽELEZNÝ BROD - Jednotky druhého stupně požárního poplachu zasahovaly v neděli 25.1.2015, ráno u požáru rodinného domku v ulici Těpeřská v Železném Brodě. Požár byl hasičům ohlášen v 6:19 hodin přes tísňovou linku 112. Operační důstojník vyslal na místo 7 jednotek s šesti cisternovými automobilovými stříkačkami, ze stanice Semily vyjela i výšková technika. Do hodiny se podařilo hasičům požár lokalizovat, zcela zlikvidován byl před devátou hodinou dopolední. Škoda byla vyčíslena na 500.000 Kč, uchráněné hodnoty na 300.000 Kč. V době vzniku požáru se v domě nikdo nenacházel, plánovaná byla jeho rekonstrukce. Požár vznikl v dřevěné kůlně (8×3,5 metru), odtud se rozšířil štítovými okny do

podkroví domu. Z důvodů podezření na úmyslné zapálení byl případ předán PČR. Zasahující jednotky: HZS LK PS Semily, Železný Brod, Lišný, Malá Skála, Jílové u Držkova, Železný Brod – Těpeře, Železný Brod – Hrubá Horka.



POČASÍ

Podrobné počasí najdete zde: <http://www.louznice.com/2012/pocasi.php>
Kde právě prší, najdete zde: <http://mapy.in-pocasi.cz/>, <http://radar.bourky.cz/>
A jak je na horách? To najdete zde: <http://hydronet.tumam.cz/content/cz/Default.aspx>.



PONDĚLÍ
2.2.

Den: -3/1°C
Noc: -3/-7°C



ÚTERÝ
3.2.

Den: -2/2°C
Noc: -4/-8°C



STŘEDA
4.2.

Den: -2/2°C
Noc: -2/-6°C



ČTVRTEK
5.2.

Den: -3/1°C
Noc: -2/-6°C



PÁTEK
6.2.

Den: -3/1°C
Noc: -1/-5°C



SOBOTA
7.2.

Den: -2/2°C
Noc: 0/-4°C



NEDĚLE
8.2.

Den: -3/1°C
Noc: -2/-6°C



PONDĚLÍ
9.2.

Den: -3/1°C
Noc: -4/-8°C



PRANOSTIKY

2.2.

Na Hromnice musí skřivánek vrznout, i kdyby měl zmrznout.

3.2.

Na svatého Blažeje pije skřivan z koleje.

4.2.

O svaté Veronice bývá ještě sanice.

5.2.

Svatá Agáta bývá na sníh bohatá.

6.2.

Na svatou Dorotu, někdy teče do botů.

7.2.

Svatý Radko — na poli hladko.

8.2.

S robů do světa, tajak s žebřem do hory.

9.2.

Svatá Apolenka čítá dříví na polénka.

OBLOHA

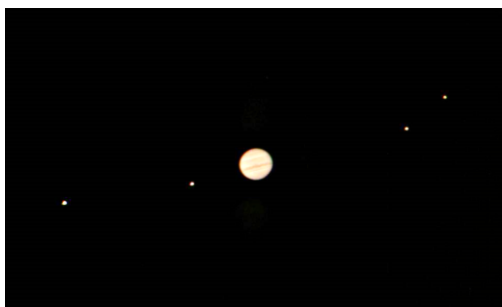
Slunce

Vychází:

7:27

Zapadá:

17:02



NOČNÍ OBLOHA V ÚNORU 2015

Únorové večerní obloze bude vévodit Jupiter. Dne 6. 2. v 19 hodin nastane jeho opozice se Sluncem, a planeta je proto pozorovatelná po celou noc. V 8 hodin se také nejvíce přiblíží k Zemi, a to na vzdálenost 4,346 au. Jeho jasnost dosahuje v té době -2,6 mag. Planety Venuše a Mars stále spatříme nad západním obzorem. Viditelnost Venuše se, na rozdíl od Marsu, nadále

zlepšuje. Planeta Saturn stále zdobí oblohu ranní, neboť Merkur je při největší západní elongaci, která nastává 24. 2. v 17 hodin prakticky nepozorovatelný.

V sobotu 21. 2. v 1 hodinu bude Měsíc v konjunkci s Venuší (Měsíc 1,3° severně). Měsíc v blízkosti Venuše a Marsu spatříme 20. a 21. 2. večer nad západním obzorem. Dalekohledem lze poblíž vyhledat planetu Uran, jejíž konjunkce s Měsícem nastane pod naším obzorem o půlnoci z 21. na 22. 2.

Měsíc

6. 2. 2015

Vychází:

19:55

Zapadá:

8:09





SPOLEČENSKÁ KRONIKA KALENDÁRIUM

GRATULUJEME

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

2. 1. 2015	Oslaví narozeniny	Olga Daníčková
4. 1. 2015	Oslaví narozeniny	Simona Fortelná
4. 1. 2015	Oslaví narozeniny	Radka Ondřejová
4. 1. 2015	Oslaví narozeniny	Simona Rathouská
5. 2. 2015	Oslaví narozeniny	Pavel Bém
6. 2. 2015	Oslaví narozeniny	Petra Kopalová
8. 2. 2015	Oslaví narozeniny	Marta Linková

Pokud si někdo nepřeje být uveden v Loužnickém Zpravodaji, nebo naopak, není z naší obce, ale má naši obec rád a chce zde být uveden, stačí zavolat redakci.

VÝROČÍ

2.2. 1929 – Věra Chytilová, česká filmová režisérka
3.2. 1704 – Jan Josef Antonín Eleazar Kittel, lékař a léčitel († 16. listopadu 1783)
4.2. 1808 – Josef Kajetán Tyl, český dramatik a spisovatel († 11. července 1856)
4.2.1820 – Božena Němcová, česká spisovatelka († 21. ledna 1862)
5.2. 1796 – V Praze byla založena Společnost vlasteneckých přátel umění, předchůdce dnešní Národní galerie.
6.2. 1228 – Na českého krále byl korunován Václav I. se svou ženou Kunhutou.
6.2. 1905 – Jan Werich, český herec († 31. října 1980)
7.2. 1900 – V Jablonci nad Nisou byl zahájen provoz elektrické tramvaje.
8.2. 1926 – začalo hrát Osvobozené divadlo.
8.2. 1952 – Alžběta II. korunována jako královna Spojeného království.

VÝZNAMNÉ DNY

2.2. - Světový den mokřadů

VÝZNAM JMEN v tomto týdnu: VŠEM K JEJICH JMENINÁM GRATULUJEME!!!

Tento týden 2. 2. – 8. 2. 2015, slaví svátek:

2.2. - NELA je ženské křestní jméno latinského původu. Jedná se pravděpodobně o zdvojnásobení jména Petronila nebo Kornélie. Zkracována jsou tak i Eleonora či Helena.

3.2. - BLAŽEJ je mužské křestní jméno. Jeho původ a význam je nejasný. Buď pochází z řeckého Blasios, což znamená „trpící na zápal kloubů“, nebo vzniklo z řeckého slova bléché („bleptavý, breptavý; neobratný, tupý“). Sv. Blažej je patronem všech zpěváků a osob, které musí dbát o svůj hlas a hrdlo.

4.2. - JARMILA je ženské jméno slovanského původu. Jeho význam může znamenat milující bujnost, sílu jara nebo souvisí se slovesem jarý a znamenalo by milující prudkost. Mužský ekvivalent jména Jarmil.

5.2. - DOBROMILA je ženské křestní jméno slovanského původu. Jeho význam je „milující dobro“ - jedná se o překlad původem řeckého jména Agáta. Domácké podoby: Romy, Dobruše, Mila, Mily

6.2. - VANDA je ženské křestní jméno patrně polského původu, jeho význam je nejasný. Často se udává jako odvozené od řeky Vandalus, nebo zkrácenina německých jmen začínajících na Wendel, znamenající "Polabská Slovanka".

7.2. - VERONIKA je ženské křestní jméno. Původ má v řeckém jménu Bereniké (Phereniké) s významem „přinášející vítězství“, podle méně * pravděpodobného výkladu pochází z řecko-latinského vera icona, což znamená „pravý obraz“.

8.2. - MILADA je ženské křestní jméno slovanského původu. Pochází ze staroslovanského jména Mlada, jehož význam je (možná trochu překvapivě) „mladá“.



RADY BABKY KOŘENÁŘKY

ČERVENÁ ŘEPA

Barvivo červené řepy rozšiřuje věnčité tepny a zpevňuje stěnu vlásečnic. Z jejích přímo léčivých účinků jmenujme též účinky močopudné, vylučuje sůl z těla, povzbuzuje činnost žaludku a tvorbu žluči, pomáhá po rekonvalescenci při borelióze a klíšťové encefalitidě a má pozitivní vliv na zrak.

Při ateroskleróze se doporučuje léčivá kúra: syrová šťáva z červené řepy v dávce 50-100 ml denně po dobu alespoň deseti dní. Podporuje růst buněk a opravuje jejich jádra. Aktivuje tvorbu červených krvinek, a tím

zásobování buněk kyslíkem. Vyvolává optimističtější náladu, zbavuje střeva jedovatých látek a odstraňuje zácpu. Dodává pružnost a lesk pleti, vlasům a nehtům. Neutralizuje a zároveň odstraňuje jedovaté látky, zvláště v mozku.

Je to zelenina velmi hodnotná - ve 100 g bulvy červené řepy je asi 70 mg sodíku, 380 mg draslíku a 20 mg vápníku, dále řepa obsahuje hořčík a z mikroprvků rubidium a caesium. Důležitý je obsah rostlinných barviv, antokyanů, zabraňujících křehkosti cév. Z vitamínů obsahuje vitamín C, vitamíny skupiny B a další.



Zde je seznam nejdůležitějších přínosů červené řepy:

Betacyanin - Betacyanin je druh pigmentu, jehož barva se pohybuje od tmavě červené až po fialovou. Je ceněn pro své protinádorové a nádory tlumící účinky. Je to také silný antioxidant, který se dobře vstřebává ze střeva. Šťáva z červené řepy je tak skvělým způsobem, jak posílit imunitu. Jako prevence rakoviny by se potom měla červená řepa jíst (nebo šťáva z červené řepy pít) alespoň jednou týdně.

Betain - Betain brání rozvoji kornatění tepen a podporuje činnost jater. Má schopnost snižovat hladinu homocysteinu, což je aminokyselina, jejíž zvýšený výskyt v těle je spojován s nemocemi srdce a oběhového systému.

Vláknina - Šťáva z červené řepy obsahuje rozpustnou vlákninu. Ta zpomaluje vyprazdňování žaludku, které napomáhá správnému trávení a tím i zabraňuje přibývání na váze. Rozpustná vláknina také snižuje LDL (špatný) cholesterol a pomáhá upravovat vyměšování (omezuje výskyt průjmů a zácpy).

Kyselina listová - Řepy jsou plné kyseliny listové (šťáva z jedné řepy obsahuje 34% doporučené denní dávky). Kyselina listová je také důležitá pro těhotné ženy, protože její dostatečné množství v těle pomáhá eliminovat vrozené vady a podporuje správný vývoj mozku ještě nenarozených dětí. Kyselina listová pomáhá rovněž předcházet onemocněním srdce.

Zabraňuje anémii (chudokrevnosti) - Díky obsahu železa a kyseliny listové se červená řepa cení i pro její přínos pro tvorbu červených krvinek. Je to také přírodní čistič krve, protože pomáhá vytěšňovat toxické látky z krve (detoxikuje organismus).

Upravuje krevní tlak a sportovní výkon - Mnohé klinické studie prokázaly, že již konzumace dvou šálků řepné šťávy denně skutečně snižuje krevní tlak. Kromě snížení krevního tlaku pomáhá šťáva z červené řepy zvýšit sportovní výkon a pomáhá snížit množství kyslíku, které tělo potřebuje během tréninku. Pití dvou šálků řepné šťávy před tréninkem je bezpečnější a zdravější než kofein a jiné doplňky.

Jezte nejlépe syrovou řepu nebo šťávy z organické řepy. Ve vařené řepě se již obsah užitečných látek rapidně snižuje. Na dobré čištění střev bychom každý den měli vypít přibližně sto padesát mililitrů (necelou skleničku) šťávy z červené řepy, můžeme ji také doplnit šťávou z jablek. Pokud nás trápí vysoký tlak, můžeme vyzkoušet skleničku šťávy se lžící medu. Na chřipku nebo angínu si můžeme odšťavnit deset řep, dvě mrkve a kousek celeru. Při druhé chorobě navíc pomáhá kloktání teplé šťávy. Léčivé účinky šťávy také pomáhají překonat potíže, které v těle vyvolává menopauza, povzbuzuje krevní oběh, má močopudné účinky a povzbuzuje metabolismus. Někteří lidé nemohou správně metabolizovat červené barvivo v řepě a tudíž jejich moč má následně jasné červenou barvu. Nebojte se, je to neškodné. Obecně je vidět, že tato zelenina je opravdu velmi užitečná. Jediný, kdo by si při její konzumaci měl dávat pozor, je cukrovkář. Přeci jen obsahuje vyšší množství sacharidů, takže by v jeho jídelníčku měla být zastoupena s rozumem.



LOUŽNICKÉ DOBRŮTKY



SALÁT Z ČERVENÉ ŘEPY

400 g červené řepy, 100 g mrkve, 1 větší jablko, křen podle potřeby, 1 citrón, 10 ml olivového oleje, pepř, sůl.

Oloupeme červenou řepu, mrkev a jablko. Vše jemně nastrouháme, přidáme k tomu šťávu z citrónu, olivový olej a trochu nastrouhaného křenu. Vše pořádně promícháme. Podle potřeby dochutíme solí a pepřem. Salát z červené řepy dáme na hodinu vychladit do lednice. Salát z červené řepy je velmi dobrý a výživný.



KYTIČKOVÝ KOLÁČ NEBO MŘÍŽKOVÝ

Těsto: 300g hladké mouky, 160 g Hery – nakrájet na kousky nebo nastrouhat, 80 g cukru, 2 žloutky, trochu (malá lžička) citronové kůry nastrouhané, maličko kypřicího prášku. Náplň: tvarohová: 2 tvarohy (může být i více), 1 žloutek, lžice vanilkového pudingu – prášek, cukr, podle chuti, rum.

Vše smícháme rukama v míse a na vále doválíme s podsypáváním mouky do hladkého bochánku. Bochánek těsta rozdělíme na dvě části $\frac{3}{4}$ a $\frac{1}{4}$. Z většího bochánku vyválíme placku a vyložíme ji pekáč. Pokryjeme

tvarohovou náplní a klademe rovnoměrně vykrajované kytičky, nebo vytvoříme proužky a z nich mřížky, do otvorů vkládáme jahodovou, nebo rybízovou marmeládu, luxusní je šípková. Dáme do vyhřáté trouby péct cca 40 minut na 200°C.



DOMÁCÍ CHLĚB

3 hrnky hladké mouky, 1,5 hrnku vody, 0,5 lžičky sušeného droždí, 1,5 lžičky soli, drcený kmín.

V míse smícháme všechny sypané suroviny – sůl, mouku, kmín a droždí. Poté přidáme vodu a znovu promícháme. Mísu s těstem přikryjeme fólií a necháme 12 – 18 hodin kynout. Těsto vyndáme z mísy na pomoučněnou desku a přeložíme několikrát strany přes sebe. Pak ho posypeme moukou a necháme chvíli odpočívat. Následně těsto vytvarujeme do bochníku a necháme ještě hodinu kynout. Mezitím rozejdeme troubu na 200°C a

dáme do ní současně rozpálit litinový hrnec (nebo obyčejný hrnec, bez umělé hmoty). Bochník dáme opatrně do rozpáleného hrnce a přikryjeme poklicí. Chleba takto pečeme 30 minut. Po půl hodině poklici sundáme a pečeme dalších 20 minut.



DOMÁCÍ BULKY – DALAMÁNKY

$\frac{1}{2}$ hrnku celozrnné mouky, 3 hrnky hladké mouky, 1 hrnek mléka, 2 žloutky, 1 lžička soli, 1 kostka droždí, $\frac{1}{2}$ másla, lžička cukru.

Z ingrediencí vypracujeme jemné nelepivé těsto, ideální je jej nechat vypracovat v domácí pekárně, program „Těsto“. Z těsta vytvoříme bulky, můžeme rohlíky nebo housky, necháme ještě chvíli nakynout. Potřeme vodou smíchanou s troškou oleje a sypeme solí, mákem, lněným semínkem nebo kmínem, to podle chuti.



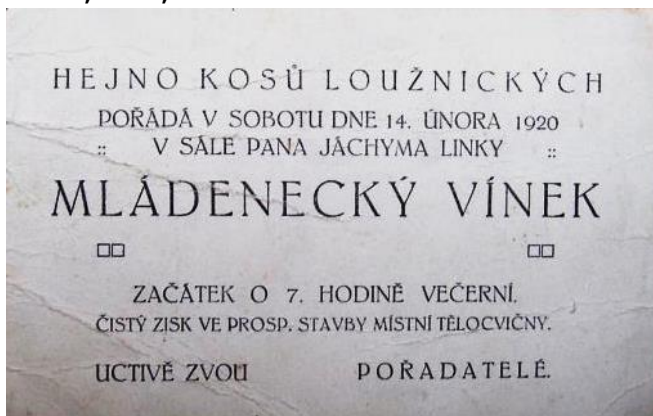
VAJÍČKOVÁ POMAZÁNKA

100 g pomazánkového másla, 50 g lučiny, 4 vejce natvrdo, nejmenno nasekaná, 50g konzerva sardelových oček s kapary, okapaná a nejmenno nasekaná, 1 svazek pažitky, nejmenno nasekané, 1 lžička hořčice, sůl a pepř. Pomazánkové máslo utřete s lučinou. Smíchejte s vejci, očky, pažitkou, hořčicí. Osolte a opepřete.



LOUŽNICKÉ TRADICE

PLESY, BÁLY, ŠIBŘINKY A JINÉ TANCOVAČKY



Nastává čas Masopustu a to již po staletí znamená množství plesů a bálů a jiných tancovaček. Každá obec a každé město má ty svoje bály a plesy. Tyto plesy mají velkou tradici a během staletí se tolik nezměnily, možná se jen mění hudba, ale jedno mají společné, vždy hraje živá hudba. Všichni návštěvníci plesů si dávají záležet, aby vypadaly krásně a slavnostně a hlavně se jdou skvěle pobavit, zatančit si a možná i něco vyhrát, protože většinu plesů doprovází i tombola. A to se po staletí nemění. Druhy bálů a plesů jsou různé, podle tradic a zájmů obyvatel měst a obcí. Podívejme se do encyklopedie co znamená slovo PLES:



Ples je společenská událost obvykle slavnostní povahy, která je spojena se společenským tancem za zvuků taneční hudby. Tato událost mimo jiné umožňuje vzájemné setkávání lidí, kteří by se jinak pravděpodobně nikdy nesetkali. Plesy bývají v minulosti především výsadou vyššího stavu, tedy šlechty. V průběhu 19. století se plesy postupně staly (ostatně tak jako mnoho jiných původně šlechtických výsad) běžnou součástí tehdejší měšťanské společnosti, v té době byly takovéto lidové plesy označovány slovem bál. Pořádaly je obvykle různé občanské spolky nebo profesní a stavovská společenstva (cechy) apod.



Vzhledem k slavnostní povaze události je obvykle nutné, aby lidé na plesy byli oděni ve vhodném společenském oděvu (společenské šaty, plesové šaty).

Zvláštní kategorií pak tvoří maskární ples (maskární bál), kdy lidé na plesy mohou být v přestrojení nebo mohou užívat karnevalové masky apod.

V dnešní době plesy pořádají různé společenské instituce a organizace, zejména pak spolky a školy. Střední školy obvykle pořádají každoročně maturitní ples na památku ukončení středoškolského studia, plesy často pořádají i vysoké školy.

Jedním z prvních plesů býval ples Maškarní, leckde se pořádá v sobotu večer maskární ples pro dospělé a odpoledne pro děti. Rej masek a postav v převlecích, tak se většině oslovených vybaví okamžiky, které s tímto názvem souvisí. Pamětníci si určitě vzpomenou na chvíle, kdy budova sokolovny byla plná výborně se bavících lidí v převlecích.

I v Loužnici se konaly veselé veselice Šibřinek, největší podíl na jejich pořádání měl podle pamětníků pan Mnislav Bernt.

Ovšem se zbouráním staré sokolovny se tato tradice již neobnovila.

Zato se v Loužnici později pořádali čtyři skvělé plesy či veselice, které měli zvuk a velkou návštěvnost. „Hasičský“ ples, ten byl opravdovou tradicí a Loužničtí hasiči si na něm dávali velice záležet. Vždy byl velmi navštěvován a stále se na něj všichni velice těší, jelikož si drží svou vysokou úroveň.

Dalším z plesů byl „Haluškový“, nemyslete si, že se jedná o slovenské halušky, to je jen místní název pro tenoučké bramboráky, které se pečou na plátě, pomazaným špekem a upečené halušky se potírají máslem.

Tento Bál pořádali svaz žen v Loužnici, to se v kuchyni v sokolovně sešly snad všechny ženy z Loužnice. Každá donesla kyblík brambor a ty se zde zpracovávali na báječné halušky (bramboráky), ovšem ty museli být tenoučké, no prostě takové jako na plátě.

V minulých letech se podařilo tuto tradici Haluškového bálu obnovit. Bál má veliký úspěch a halušky provoní celou sokolovnu.

Další vyhlášenou Loužnickou veselicí bylo „Poslední mazání“, to pořádali Sokol Loužnice a bylo to takové rozloučení s uplynulou lyžařskou sezonou. V Loužnici měli běžky veliký zvuk, vždyť díky Emilovi Halamovi a Mirkovi Udatnému se zde zrodilo několik běžeckých hvězd a bylo, zde uspořádáno nespočet úžasných běžeckých závodů.

Podzimní veselicí roku, bylo „Vinobraní“, to vzniklo tak, že na Kopani užíralo na podzim hroznové víno (rostlo na domě) a tak se z listů z Kopaně a z hroznů, které dovezl pan Lufinka z obchodu „Ovoce a Zelenina“, vytvořila krásná dekorace a pak již stačilo přivést lahve s vínem a zábava to vždy byla náramná. Pamatujete se ještě na tyto zábavy či plesy?



HISTORIE

LOUŽNICKÁ KRONIKA



Z Loužnické kroniky:

Následuje popis potřeb a nářadí pro zemědělce. V té době bylo u nás hospodaření primitivní, zaostalé, nemůže se to však přičíst nedbalosti neb nezájmu rolníků o zemědělství, nebyli ještě poměry a příležitosti ku vzdělávání a pokroku v zemědělství. Ještě do roku 1875 se žalo žito jen srpy. Ženy chodily žeti žito se srpy a brouskem, tak jako zase ku kopání bramborů s košíkem a motýčkou. Nářadí ku přípravě polí ku osetí a osázení bylo:

dřevěné brány, jejichž zvané paprsky byly prostržené ostrými jřeby. Brány si zhotovili rolníci sami. Hakoviště navazující pluh s užší radlicí připevněnou na plazu jen dřevěnými klíny, vyžadovalo při přípravě úhorů velkou mužskou sílu. Ruchadlo podobné typu ruchadla bratranců Veverků z Rybitví u Pardubic, která se natáčela malou pákou na hřídeli na pravo i vlevo, půda se jen nakopla, ale neobrátila. S takovým ruchadlem se nechalo rouchati jen v rovině a v kopcovité poloze, jen dolu z kopce. Když práce s takovým nářadím byla i pečlivě vykonána, úroda byla skromná. Pěstovalo se zde jen žito ozimné a jarní, oves, málo ječmene, neb jarní pšenice. Při sklizni obilí sekalo se kosou, zvanou hrabicí, kosa dlouhá 90 cm – 1 metr, připevněná na rovném kosišti. To již se jevil pokrok. Pěstovalo se hodně hlávkové červené zelí, tuřín (dumlík), krmná řepa a řepa vodnice. Zelí po dobu růstu se velmi pečlivě ošetřovalo, poněvadž bylo výnosné. Rolníci sázivali 120 – 150 kop sazenic tuřinu (dumlík), se podával i k jídlu. Se zelnými hlávkami jezdili rolníci na prodej do Smržovky, Josefodolu, Wresentálu, Maxova, Johannesbergu a i ještě dále, každý příjem byl vzácný.

Úhořilo se více, ale udržovala se pastva dobytka, co bylo velmi rozumné. Mláčené obilí se vykonávalo asi do roku 1880 zde jen cepy. Žito se také mrskalo o sud, to však bylo jen na polovic vymláčeno, pak se domlácelo cepy. Mělo to však velkou výhodu, mrskáním se zrna oddělilo jen z velkých stébel, bylo vyvinuté, zase pro příští osivo. Mláčením cepy byla namáhaná práce 1 mandel žita (15 snopů) vyžadoval nejméně 6 tisíc ran cepem. Z jednoho mandele žita žaté srpem se vymlátilo až 1 korec (65 kg), žaté kosou však jen 20-22 kg zrní. Mlýny asi do roku 1880, které mlely rolníkům a chalupníkům obilí byly v Loužnici u Františka Tomše na kopani, u Josefa Havla na obci a Boučka. V Zásadě u Beldy v Zalamání u Urbance v Machlově a u Františka Hnídky v Bratříkově. Mlýny byly starého typu složené o dvou mlecích kamenech zvané „Klapáčky“ s vyprašovacím pytlíkem na otrěs. V těchto mlýnech byly hrubé pece, menším rolníkům a chalupníkům mlynáři chléb pekli.

Větší rolníci měli velké pece doma. Výnos sklizně obilí býval 5 ti – 6 ti násobný. Ceny obilí a ostatních produktů byly tyto:

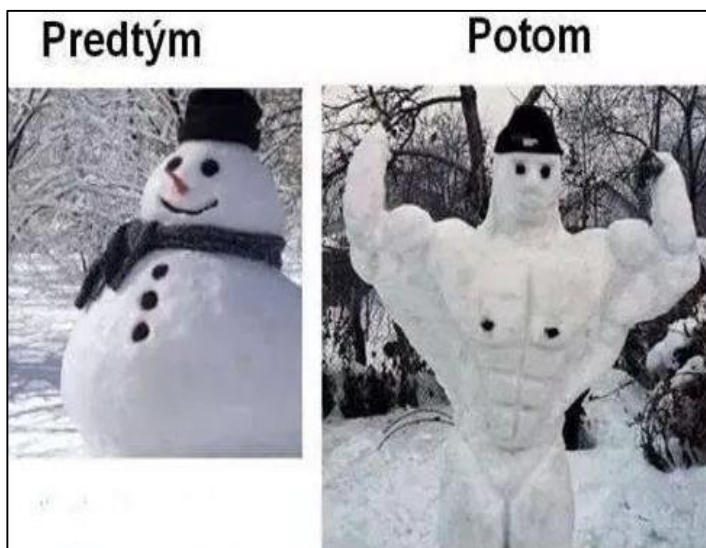
Oves 100 kg	za 6 zlatých
Žito 100 kg.....	za 6 ½ zlatých
Brambory 100 kg.....	za 1.50 zlatých
Mléko dobré 1 l.....	..za 8 krejcarů
Máslo 1 kg	za 90 krejcarů
Vejce 1 kus.....	za 3 krejcare
Maso u řezníka 1 kg.....	za 0.50 krejcarů

Foto: Kopání – pohled ze zamrzlého koupaliště, kde se bruslilo

Pokračování příště.....



PRO ZASMÁNÍ



V lékárně: Dobrý den, potřeboval bych prášky proti chamtivosti. Ale dejte mi jich hodně, fakt hodně!!!

"Tak co, jak se vám u nás líbí? Před půl rokem jste nastoupil jako dělník, za měsíc jste se vypracoval na mistra, za tři měsíce na vedoucího haly a teď už jste mým náměstkem...co mi k tomu řeknete?"
"Děkuji, tatínku."

Obrovský požár, na místě zásahu jsou požární sbory z širokého okolí. Žár je ale tak velký, že hasiči ani nemohou přijet tak blízko k plamenům, aby mohli použít stříkačky. Najednou projede mezi nimi staré hasičské auto s dobrovolnými hasiči, vyskáčou ven ve vražedném žáru, postříkají se vodou a začnou hasit. O týden později, jsou vyznamenáni za hrdinství a při převzetí peněžní odměny se starosta ptá, co s penězi udělají. Hasiči se usmějí: „Nejdřív necháme opravit brzdy.“



Nemocná blondýnka píše SMS kamarádce: "38,5, všechno mě bolí !" Kamarádka blondýnka obratem odpíše: "Tak si najdi někoho s kratším !!!"

Žena, která šla přede mnou, zrychlila chůzi, tak jsem ji zrychlil taky, ona šla rychleji a rychleji, pak začala utíkat, tak jsem taky začal utíkat, najednou začala křičet, tak jsem taky začal křičet... Nevím, před čím jsme utíkali, ale byl jsem vyděšený k smrti!

Manželka přistihne večer svého manžela v ložnici, jak sedí u nočního stolku a pílí viagru. "Ale ty můj broučínku, to si musíš vzít celý prášček aby nám to fungovalo víš?" "Já vím, ale dneska ti chci dát jen pusu..."

Starý Skot říká synovi: „Můj děd ten čaj pil, můj otec ten čaj pil, já ho piju celý život - a mladému pánovi se zdá ten sáček už moc vylouhovaný?!"

MOUDRÁ VĚTA

„Život je největší zloděj. Nejdřív Ti ukradne mládí, potom krásu, dále zdraví a nakonec uteče od Tebe on sám.“

TIRÁŽ

Loužnický Zpravodaj © Loužnice 2012 – fotogalerie: <http://janeklouznice.raice.idnes.cz/>

Šéfredaktor: Jana Matěásková, tel.: 606 688 277, e-mail: jana.mateaskova@klikni.cz,

Adresa vydavatelství: Loužnice čp. 63, 468 22

REKLAMA: Pokud máte zájem uveřejnit svou reklamu na našich stránkách Zpravodaje, není to žádný problém.

Samozřejmě, že loužničtí zde mají reklamu zdarma a mají přednost. ohlašte se na e-mail:

jana.mateaskova@klikni.cz



LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ

vychází pouze v elektronické podobě, není a nikdy nebyl nikým placen, ani sponzorován.

Vše je pouze v režii a v nákladech autora – Jana Matěásková.





**Předplaťte si Jablonecký deník na 1 rok
a získejte DÁREK**

DÁLNIČNÍ ZNÁMKU na celý rok 2015

Předplatitel si může
vybrat jeden z nabízených
časopisů: Gourmet, Kondice
anebo Křižovkářský TV magazín

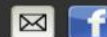


Bližší informace a objednávky předplatného:
Matěásková Jana, tel.: 725 745 690,
e-mail: jana.mateaskova@denik.cz





602 442 720
info@tommat.cz



Úvod O mně Služby pro PC Služby pro WEB Otevírací doba Kontakt

... TomMat vyřeší všechny Vaše problémy s výpočetní technikou ...

Vítejte u TomMat

Komplexní řešení všech problémů okolo PC

- Máte problémy s Vaší výpočetní technikou?
- Přestává Vám fungovat Váš osobní počítač, notebook, netbook, ultrabook, tablet?
- Potřebujete nainstalovat nové programy nutné pro Vaši práci, ale nevíte si rady?
- Potřebujete zrychlit PC a nebaví Vás stále čekat?
- Chcete propojit více Vašich PC do sítě, ale nevíte jak?
- Chcete prezentovat Vaši práci (služby) na internetu, ale nevíte jak vytvořit WEBovou prezentaci?
- Zdají se Vám služby všech firem zabývajících se problémy s PC moc drahé?
- Používáte počítač pro práci nebo jenom pro zábavu, ale jinak jste laik a bojíte se na něco zeptat?

Tak to jste zde dobře - TomMat Vás těchto problémů zbaví!

Nabízím následující služby:

- Oprava nefunkčního PC (zavolejte a já přijedu, nebo PC rovnou přivezte).
- Zrychlení Vašeho PC (výměna pomalých komponentů, SW i HW vyčištění).
- Instalace nových programů a základní proškolení (vše vysvětlím na místě i pro úplné laiky).
- Instalace jednoduché sítě u Vás doma i ve firmě (propojení kabelem, přes WiFi, pomocí Powerline LAN přes zásuvku).
- Vytvoření jednoduché WEBové prezentace, zajištění domény i prostoru.
- Jednoduché základní proškolení obsluhy PC (WINDOWS i jednotlivé programy).
- Nejsem velká firma - proto mám lidové ceny a osobní přístup. Nebojte se zeptat na cokoliv - poradím ihned nebo zjistím co nejdříve.

Nevěste hlavu do dlaní - společně problém určitě vyřešíme!

Copyright © 2014 - TomMat

info@tommat.cz

Designed by TomMat



<http://www.tommat.cz/>



Marcela Růžičková

SKLENĚNÝ ŠPERK

www.skleneny-sperk.cz

Tel.: +420 774 645 283

Fb: Skleněný šperk

Vyrábíme skleněné šperky různých tvarů



KOSMETIKA·MASÁŽE

CÍTÍTE SE UNAVENI A CHCETE SI ODPOČINOUT?
PŘIJDTE SE PODÍVAT
A VYZKOUŠET ÚČINKY PŘÍRODNÍCH
ÉTERICKÝCH OLEJŮ.

NABÍZÍM VÁM:

- celkové kosmetické ošetření
- čištění pleti
- masáž obličeje, krku, dekoltu
- barvení řas a obočí
- epilace teplým voskem
- aromaterapeutickou masáž zad, šíje, končetin
- baňkování



OBJEDNÁVAT SE MŮŽETE NA TELEFONU: 603 398154
(nejlépe ve večerních hodinách od 17-20 hod.)
Otevřeno v pondělí a středu, ev. pátek.

Těším se na Vás v provozovně v Držkově na náměstí, v přízemí, kde se nachází
pošta a kadeřnictví.

Michaela Kordíková, Držkov 189, 468 23