

WWW.NAZADUSI.ESTRANKY.CZ

LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ

**Číslo:****26. / 2010****pro týden****4. 7. 2010 – 14. 7. 2010****pravidelně nepravidelný týdeník z Loužnice a okolí**

Z DOMOVA



OBEC LOUŽNICE

Oznámení Obce Loužnice o záměru prodat pozemky (podle § 39 zák. č. 128/2000 Sb., o obcích) Obec má záměr prodat pozemkovou parcelu č. 1638/7, díl „a“ stavební parcely č. 361 a

p.p.č. 1638/1 v katastrálním území Loužnice, vyznačené v geometrickém plánu č. 236 - 299/2009, vyhotoveném zeměměřickou kanceláří BROKEŠ – ZÁZVORKA, s.r.o., Souběžná I. 643/49 Praha 5 a pozemkové parcely č. 705/2, 1638/6 v katastrálním území Loužnice.

28.6.2010 - Jindřich Kazda- starosta obce

HURÁ! ZAČALY PRÁZDNINY

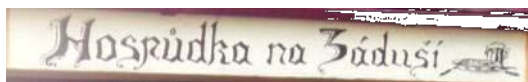


Školáci a studenti ve středu dostali vysvědčení a začínají jim školní prázdniny. Do školních

lavic se vrátí až na začátku září. Všem dětem přejeme krásné prázdniny a ať si je v klidu a ve zdraví užijí. Doufáme, že i počasí bude přát a dětičky budou moci využívat našeho loužnického koupaliště, které je vyčištěno nádherně čistě a už i teplé.

OBEČNÍ KNIHOVNA

Od 2.července bude knihovna uzavřená, až do 25.srpna, z důvodu dovolené.



ZPRAVODAJ a HOSPŮDKA O PRÁZDNINÁCH –

S nastávajícími prázdninami bude provoz v Hospůdce omezen pouze ve vaření – studená kuchyně, jinak **otevírací doba zůstává stejná**, je to dané tím, že se budeme v Hospůdce střídat. Zpravodaj bude také vycházet nepravidelně. Děkujieme za pochopení Jana a Tomáš

SVOZ ODPADU – Ve středu 7. 7. 2010 bude svoz tříděného odpadu, z určených míst v naší obci. Vážení občané, dle nových dostupných informací ohledně tříděného odpadu připadají pro sběr pouze tyto složky: PET lahve, papír, sklo, TETRA PAK (mléko, džusy) a barevné kovy. Ostatní složky jako je polystyrén, směsné plasty, voskový papír jsou z tohoto sběru vyloučeny. Prosíme občany, aby toto dodržovali. Děkujieme za pochopení. OÚ Loužnice.

ZKOUŠKA SÍŘEN - Jako každou první středu v měsíci, pokud se nevyskytne nějaká mimořádná událost, se v pravé poledne rozezní sirény.

Zkouška proběhne na celém území České republiky. Je to pravidelná

zkouška provozuschopnosti jednotného systému varování a vyzoomění. V 12.00 hodin se stejně jako každou první středu v měsíci rozezní sirény, které budou vysílat zkušební nepřerušovaný tón po dobu 2 minut.



POZOR !

V úterý 6. července ve 12 hodin SEČ bude Země nejdále od Slunce: 152,1 miliónu kilometru.

SMUTNÉ VÝROČÍ

Dne 12.7.2003 v noci jistý pan Karel.C. podpálil u

Tomíčků stodolu. Je to už 7 let....



**BITVA NA CHLUMU 1866**

O tomto víkendu proběhly vzpomínkové akce k 144. výročí bitvy u Hradce Králové 1866. Pochodem historických jednotek z Rodova směrem k Hořiněvsi začal program vzpomínkových akcí k 144. výročí bitvy na Chlumu z roku 1866. Hlavní dění bylo připravené na sobotu, kdy Muzeum východních Čech otevřelo přístavbu Muzea války 1866 na Chlumu a uskutečnila se také hlavní bitevní ukázka. **Celé této velkolepé akce se zúčastnil i 73. pěší pluk z Loužnice.** Bitva u Hradce Králové, také bitva na Chlumu či bitva u Sadové byla rozhodující bitvou prusko-rakouské války, k níž došlo 3. července 1866.



Z REDAKČNÍ POŠTY

**„Zdravím Vás Jano, ale i čtenáře zpravodaje.**

Tak tohle je jeden z černých čápů co nám létají nad Loužnicí a také jeho hnízdo, dobře ukryté v hlubokém lese před zraky zvědavců. Sleduji je již od začátku jara. Na hnízdě mají dvě mlád'ata a ty rostou jako z vody. Už začínají mít první černá pera. Tak budeme doufat, že zhruba za tři týdny opustí hnízdo a začnou se pomalu připravovat k odletu do slunné Afriky. Naposledy nám zamávají křídly a na půl roku zmizí. Pokud se vše vydaří, tak se k nám možná zase napřesrok vrátí. Tak jim všichni držíme palce !!!!! Všechny zdraví ML.“

Je to nádhera, že tak úžasný a vzácný pták si vybral za svůj „letní“ domov naši obec.

**CO JE TO ZA ZÁHADNÝ NOČNÍ HLAS?**

Také jste večer a v noci slyšeli záhadný zvuk? Nebylo kvákání žab ani cvrkání cikád, je to něco mezi. A kdo tento záhadný noční zvuk vydává?

Jedná se o ptáka a ten se jmenuje SLUKA LESNÍ - Bahňák.

A co je Sluka lesní zač? Patří do řádu - Dlouhokřídlí a čeledi – Slukovití. Je to zavalitý hnědý pták velikosti koroptve s dlouhým zobákem, krátkýma nohama a krátkým ocasem. Rozpětí křídel 60 cm. Samec = samice = mlád'ata. Prachový šat je skořicově



hnědý s tmavě hnědými skvrnami. V říjnu až listopadu táhne sluka na jih nebo jihozápad. Přezimuje v jižní, západní nebo střední Evropě. Sluka žije ve smíšených lesích s padlými kmeny a kapradinami v podrostu. Je částečně tažná (III-IV, IX-X). Sluka lesní je noční pták. Svůj dlouhý zobák zabodává do země a hledá žížaly a larvy hmyzu. Díky tomu, že má oči vysoko posazené na hlavě, neztrácí při krmení přehled po okolí. Na podzim a v zimě se živí lesními plody a různými částmi rostlin. Sluky tokají od poloviny března do července za soumraku v lesním porostu. Létají ve výšce stromů a vyluzují sverázné zvuky. Po tokání se obě pohlaví odlučují. Hnízdí ve smíšených lesích hor a nížin 1–2x ročně (IV-VII). Samice snáší 4 oválná smetanová vejce s červenohnědými skvrnami, na kterých sedí 22-24 dnů v důlku v zemi vystlaném mechem a suchým listím.

Při tokání vydává hluboké „kvorr kvorr“ a pískání „psípp“.

Poslechně ti jej na: http://www.rozhlas.cz/hlas/bahnaci/_zprava/15726

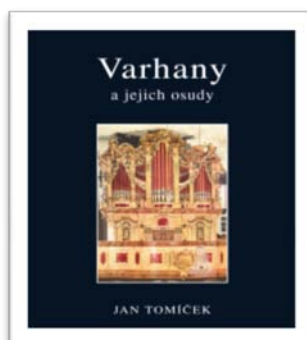
BURZA DRŽKOV

Zdravíme všechny příznivce burz v Držkově

Je tu další burza:
od 7 hodin.

11.července 2010

CO MŮŽEŠ PRODAT, NEZAHAZUJ, CO
JSI ZAHODIL, U NÁS KOUPÍŠ.

**DALŠÍ NOVÁ KNIHA
Z LOUŽNICE****Pozvánka**

Srdečně si Vás dovoluji pozvat do Loužnice u Železného Brodu, kde bude v sobotu 31. 7. 2010 v 15.00 hodin v Hospůdce Na Záduší pokřtěna kniha „Varhany a jejich osudy“ autora Jana Tomíčka za přítomnosti

médií, představitelů uměleckého a kulturního života. Tuto ojedinělou a hodnotnou publikaci si budete moci na křtu také zakoupit, nebo na mailové adrese: iva.vodakova@durabo.cz. Těší se na Vás
Mgr. Jana Tomíčková

POZOR NA KLÍŠTATA!

Co je to Klíště?
Klíště má osm
nohou, je to
roztoč, je
příbuzný
pavoukům a má
také osm noh.
Mají ochranný
chitínový štít -

kvůli němu je tak obtížné klíště rozmáčkout, speciální smyslový orgán - kvůli němu vnímá přítomnost hostitele a dokáže ho vyhledat, tykadla - s jejich pomocí klíště nalezne na těle nejvhodnější místo k uchycení a přísátí, kusadla - s nimiž klíště prořezává pokožku hostitele, sosaček se zpětnými háčky - umožňuje sání a velmi pevné přichycení k hostiteli

Klíšťata přenášejí nemoci, které mohou mít celoživotní následky. Při výletu do přírody se proto vždy chraňte repelentem. Důležité je také včasné odstranění parazita. Na oficiálních stránkách Českého hydrometeorologického ústavu nebo Státního zdravotního ústavu lze průběžně hlídat, jak moc jsou klíšťata aktivní. V případě nejvyššího stupně je na místě velká opatrnost.

Jak se pozná klíšťová encefalitida?

Klíšťová encefalitida většinou začíná klasickými chřipkovými příznaky: bolestmi hlavy, zvýšenou teplotou, únavou, slabostí svalů. Ty se mohou objevit zhruba po dvou týdnech poté, co se člověk setkal s nakaženým klíštětem - nejdříve po této době lze také nemoc diagnostikovat z krve. Po několika dnech příznaky vymizí a nastane fáze klidu, kdy virus sbírá síly na další úder.

Jak se pozná lymská borelióza?

Při podezření na boreliózu by měla být skvrna kolem kousnutí od klíštěte dostatečným podnětem pro lékaře, aby nasadil antibiotika. Přijde-li se na nemoc včas, čeká pacienta čtrnáctidenní terapie antibiotiky. Pokud však onemocnění přejde do druhé fáze, což se stává po dvou až dvanácti měsících po nákaze, pak může bakterie napadnout i srdce a nervy. Tyto potíže se projevují dušností, kašlem, nepravidelným tlukotem srdce, trnutím šíje či bolestí hlavy. Třetí stadium nemoci se projevuje až po několika měsících nebo letech, kdy zdánlivě zdravého člověka přepadne zánět mozkomíšních blan nebo záněty kloubů.

Klíšťata přenášejí také další nemoci. Některá jsou nakažená také ehrlichiozou, která se projevuje horečkou a vyrážkou, jež se během týdne po kousnutí klíštěte objeví po celém těle. Léčí se pomocí antibiotik. V pětině případů boreliózu provází ještě další nemoc - babesióza. Nemocní trpí

horečkou, bolestí svalů, žloutenkou a zvětšením jater.

Kde klíšťata žijí a kdy jich je nejvíce?

Kromě lesa klíšťata žijí i na loukách v městských parcích nebo zahradách u domu. Zkrátka všude tam, kde je tráva. Nemají rádi nízkou, žijí v trávě ve výšce od zhruba dvaceti centimetrů do jednoho a půl metru. Jestli chcete vypudit klíšťata ze své zahrady, sekejte pravidelně trávu a palte suchou shrabanou před zimou. Právě v ní totiž rádi přečkávají studené měsíce. Nezabýváte se jich sice docela, ale "znepříjemníte" jim život. V horkém létě jich příliš nepotkáte. Nejvíce jim daří na jaře, v dubnu, květnu i červnu a na podzim v září a říjnu, tedy když je teplo a vlhko. Jejich sezona trvá až do prvních mrazů. Dříve se tvrdilo, že se klíšťat nemusíme bát v oblastech nad 800 metrů. Tento roztoč se objevuje ve stále vyšších nadmořských výškách, můžete si ho přinést z procházky z místa jeden tisíc metrů nad mořem, klíšťata se našla dokonce i na dvoutisícovém vrcholu.

JAK VYNDAT KLÍŠTĚ?

S každým klíštětem je nutné zacházet, jako by bylo nakažené. Před jakoukoliv manipulací je nejlepší použít jednorázové gumové rukavice, místo a klíště zakápnout alkoholovým dezinfekčním roztokem a počkat asi tři až pět minut. Alkohol je velmi účinný na virus a je schopen během velmi krátké doby rozleptat jeho obálku a znehybnit ho. Teprve poté se doporučuje použít nejlépe kleštičky určené k vyndávání klíšťat. Ty lze koupit v lékárně. Použít lze i pinzetu. Klíště je třeba zachytit hned u kůže a kývavým pohybem jej dostat ven z kůže. Místo se pak potře dezinfekcí. V žádném případě se nesmí klíště rozmačkávat nehty či jakkoliv mačkat. Klíště není dobré masit a rozhodně není nutné ho vytáčet ani proti, ani po směru hodinových ručiček. Po vytažení je třeba jej smočit opět v kapce dezinfekčního roztoku a vhodit například do toaletní mísy. Klíště by se nemělo ani pálit zapalovačem, ani házet do koše. Jako dezinfekce se může použít například Jodisol, Septoderm či jiný alkoholový dezinfekční roztok. V přírodě není nejlepší klíště odstraňovat, pokud k tomu nemáme možnosti za výše uvedených podmínek."

Pokud si klíště najdete v přírodě, osvědčil se nám jednoduchý způsob a pro děti netraumatizující: na papírový kapesníček stačí kapka mýdla, či plivnutí – to je vždy po ruce, pak přiložit na klíště a krouživými pohyby ho "masírovat" a lehkými, krouživými pohyby masírováním se klíště pustí do kapesníčku, ten pak nejlépe spalte či spláchněte do vody.

ZAHRADA

**ČERVENEC NA
ZAHRADĚ****Červenec v
zahradě - stromy,
keře**

Po odkvětu zmlazujeme staré pěnišníky a azalky, zejména ty keře, které jsou odspoda vyholené. Koncem června, začátkem července můžeme množit okrasné keře z vrcholových částí nezdřevnatělých postranních výhonů. Řízkům dlouhým 5 až 6 cm zkrátíme listy asi na jednu třetinu, řezné rány namočíme do stimulátoru a ihned je napícháme do předem připravených nádob s pískem a rašelinou. V červenci provádíme opakované seřiznutí živých plotů z opadavých keřů.

Ovoce a zelenina v červenci

Plody, které spadnou na zem, pravidelně uklízejte, abyste nepřipravili místo k rozmnožení škůdců. V červenci můžete vysévat například pozdní květák, endivii, kadeřávek, kedlubny, tuřín či pór. Vysévat lze ještě čínské a pekingské zelí, keříčkové fazole, raný salát, ranou mrkev, kozlíček, ředkev, sladký fenykl a červenou řepu. Je vhodné udělat probírku jabloní. Zejména nižší stromky a ovocné stěny nasazují větší množství plodů, než jsou samy schopny uživit. Zvláště za vlhkého počasí bývají ovocné stromy napadány houbovitými chorobami, které dokáží nepříjemným způsobem ovlivnit výsledek úrody. V druhé polovině června a první polovině července je důležité u mladých stromů provést letní řez. Tímto zásahem podpoříme růst hlavního výhonu a současně kosterních větví. Obvykle zkrátíme za třetím listem výhony, které směřují do středu koruny, případně odstraníme až na větevní kroužek i konkurenční výhony. Zeleninové záhony jsou velmi často napadány různými škůdci (mšicemi, housenkami) proto je vhodné rostliny pravidelně sledovat a případně podle potřeby použít ochranné prostředky. Zelený hrášek začneme sklízet, když semena dosáhnou konečné velikosti, ale jsou ještě svěží a šťavnatá.

**Pokožové a balkónové
rostliny v červenci**

Pokožové rostliny lze na léto přenést na venkovní stanoviště. Důležité je pokojové rostliny nejprve nechat zvyknout na denní světlo a nevystavovat je přímým slunečním paprskům. V období léta je nutné, abychom rostliny pravidelně zalévali dostatečným množstvím vody.

**Letničky, dvouletky,
trvalky**

V červenci je čas zasít okrasné dvouletky do pařeniště. Macešky, starčeky a sedmikrásky, které na podzim ozdobí záhony a nádoby. Poměrně drobná semínka nevyséváme příliš hluboko. Nezapomínáme pravidelně zavlažovat. Do

šesti týdnů semena vyklíčí a semenáčky zesílí natolik, že je můžeme přesadit a začít s přihnojováním, abychom do podzimu podpořili jejich zesílení. Podle potřeby zaštipujte chryzantémy. Odstraňte postranní poupata záhonových karafiátů (dosáhnete tak větších květů).

Bylinky

V červnu a červenci můžeme sklízet mnohé druhy bylinek. Nejlepší je bylinky sklízet za slunného dne těsně před polednem, protože v tuto dobu obsahují nejvíce látek. Na jaře vyseté trvalky nebo bylinky vytvořily dostatečnou nadzemní hmotu a pro další úspěšný růst potřebují přesadit z omezeného prostoru pařeniště na záhon. Při přesazování dodržujeme větší odstupy rostlin.

Ostatní červencové práce na zahradě

Začátek července je vhodné období pro řez živého plotu. Stříháme pouze letorosty. Pravidelně zkontrolujte, zda rostliny v závěsných nádobách nepotřebují zalít. Závěsné koše a malé nádoby mohou potřebovat závlivu denně. Odstraňujte u rostlin odkvetlé květy. Přesvědčte se, zda mají skleníky a pařeniště přiměřené stínění a větrání. Kontrolujte výskyt chorob a škůdců, zejména slimáků a hlemýžďů.

ZE SVĚTA


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


JIZERSKÉ HORY – Návštěvníci Jizerských hor mohou na loukách před zámčkem, tzv. Šámalovou chatou, setkat s pasoucím

stádem ovcí. Správa Chráněné krajinné oblasti Jizerské hory již od roku 2004 zajišťuje údržbu luk v horských enklávách Jizerských hor právě pastvou ovcí a to především z důvodu udržení a zvýšení biodiverzity, tzn. druhové různorodosti lučních společenstev. Nejde jenom o rostliny, ale i o živočichy, především hmyz a ostatní bezobratlé. Pohybem pasoucích se zvířat dochází k žádoucímu rozrušování souvislého travního drnu a umožnění vzejití semen rostlin, které by se při sekání neprosadily, jako například hořce a hořečky. Na Nové Louce se v posledních letech také díky pastvě úspěšně rozšiřuje ohrožená prha chlumní (*Arnica montana*). „Další výhodou oproti sekání je i skutečnost, že při pastvě ovcí část živin na loukách zůstává v podobě ovčího trusu a rychle se vrací do půdy,“ poznamenal Tomáš Korytář ze Správa CHKO Jizerské hory. V neposlední řadě se louky podílejí na udržení krajinného rázu hor a zvyšují estetickou hodnotu krajiny. Pokud by se louky neudržovaly došlo by k degradaci travního porostu, rozvoji plevelů a někdy i invazních druhů a za čas by tato místa pohltil okolní les. Údržba luk pastvou je poměrně finančně náročná a proto Správa CHKO Jizerské hory využívá dotací z Programu péče o krajinu. „Musím ale upozornit návštěvníky Nové Louky, že pastevní plochy jsou ohraničeny elektrickým ohradníkem a proto je třeba na to dávat pozor,“ varuje Korytář. Ovečky jsou na lidi zvyklé a zvědavé, ale bližší kontakt s nimi se může při neopatrnosti stát bolestivým.

Elektrický ohradník je nutný proto, aby se ovce pásly jen tam, kde mají, a neutekly třeba do lesa nebo do blízkých vlhkých luk, kde by mohly způsobit více škody než užítu. Ale také proto, aby nedošlo ke kolizi s turisty a cyklisty, protože Nová Louka je vyhledávaným cílem. Z toho důvodu je také stádo pod neustálým dohledem ovčáka. Ovečky zůstanou na Nové Louce zhruba do poloviny července, potom se přesunou na Kristiánov a následně na Mariánskohorské boudy nad Josefovým Dolem.

GRABŠTEJN - Setkání se šermíři, kejklíři a hudebníky chystá na víkend hrad Grabštejn nedaleko Hrádku nad Nisou. Návštěvníci se tu také přenesou do pohádky, protože v hradních komnatách se setkají se Šípkovou Růženkou a

ostatními postavami z tohoto pohádkového příběhu. Nebudou chybět ani trochu strašidelné noční prohlídky potměných místností, chodeb a sálů.



„Pohádka Šípková Růženka, šermíři Pernštejní a stará hudba Subulcusu budou k vidění tento víkend, v sobotu a neděli vždy od deseti dopoledne

do pěti hodin odpoledne,“ uvedl kastelán Grabštejna Jan Sedlák. Šípková Růženka je volným pokračováním loňských hradních divadelních Putování za historií, která sklídila nevídaný ohlas. Příběh ztvární spolek Katastrofální předpověď počasí. „To je divadelní a hudební skupina nezávislých libereckých umělců, většinou absolventů či učitelů základní umělecké školy,“ popsal Sedlák. Šermíři Pernštejní jsou na Grabštejně častými hosty. „Mezi svými zápasy se budou věnovat také výuce šermu,“ upozornil Sedlák. „Pernštejní žijí v podstatě tak, jako kdysi potulní rytíři. Brázdí celou střední Evropu od hradu ke hradu a od města k městu a na Grabštejn se vrací po několika letech.“ Atmosféru středověku pak přivolá kapela Subulcus, která křísí historické nástroje, jakými jsou například chalumeau, chrota, kobza, trumšajt nebo kvinterna. Kulisu minulosti podbarví tržiště. „Nebudou chybět trhovci, řemeslníci, taškáři a drobní podvodníci, kteří byli neodmyslitelnou součástí dávných jarmarků,“ zmínil Sedlák. V sobotu úderem osmé večerní odstartují noční prohlídky s tajemnými bytostmi. Sváteční dny, příští pondělí a úterý, pak pořadatelé na hradě zasvětili prohlídkám hradu s postavami z pohádek a minulosti. Bude je možno zhlédnout po oba dva dny od poledne do páté hodiny odpolední.

KRKONOŠE - Borůvkový zákaz - Platnost od 20. 7 do 15. 10. 2010. Důvody - snížení potravní základny



pro tetřevovité a další semenožravé ptáky a savce. Poškození lokalit výskytu zvláště chráněných a ohrožených druhů rostlin. Rušení klidu pro zvěř.

Lokalita - jedná se o 6

oblastí, které zahrnují celé území 1. a 2. zóny KRNP (kromě Boberské stráně) a vymezené oblasti zasahující do 3. zóny KRNP. Letos přibyl Plešivec, kde byl loni rozsáhlý požár, a Vídeňská skála. Sběrači v Krkonoších ročně nasbírají kolem 200 000 litrů borůvek



LIBERECKÝ KRAJ – PŘEHRADY – VODNÍ NÁDRŽE

**Máchovo
jezero -**
Jeden a půl
tisíce tun

bílého, propraného a jemného písku na hlavní pláži a na vedlejší v Klůčku. To je hlavní novinka, kterou na letošní letní sezonu připravil provozovatel většiny zařízení a atrakcí na Máchově jezeře, společnost Regio MK z Doks. Starali se i Borném, také tam navezli nový písek na pláž. Máchovo jezero je na prázdniny dokonale připravené. Voda dosahuje v těchto dnech teploty kolem 24 stupňů Celsia, což je víc, než kolik má dnes na některých místech Jadran. Také s čistotou vody a obávanými sinicemi zatím problémy nejsou. Na hlavní pláži je nachystáno šestnáct stánků, v nichž se bude prodávat občerstvení, oblečení, hračky, noviny a další věci. Zvláštní kapitolu tvoří nabízené sportovní využití. Pro děti jsou připraveny klouzačky, běhá se po vodě v koulích, lidé si mohou půjčit lodičky nebo šlapadla. K dispozici je v okolí i několik tenisových kurtů. Specialitou je hřiště na vodní fotbal. Je to ohrazené místo velikosti šedesát krát třicet metrů s hloubkou asi třicet centimetrů. Pravidelná lodní doprava začala na Máchově jezeře 1.7.2010. Odjezdy jsou zatím v 9, 11, 13 hodin.

Hrádek nad Nisou – Kristýna - V Hrádku tradičně lákají také na koupání v čisté vodě. Za svou čistotu hrádecká Kristýna vděčí třem věcem: lignitovému dolu, jehož zatopením koupaliště vzniklo, třicetimetrové hloubce a pěstování amurů, kteří žerou nečistoty. Vedle samotného koupání se návštěvníci mohou těšit i na různé atrakce. Novinkou je půjčovna dvoj- a trojkajaků, na nichž se mohou hosté svézt nejen po naší nádrži, ale i po Nise. Po ní lze doplnout až do Německa. Pro lodě i jejich posádky potom půjčovatelé dojedou autem. Kromě této novinky je pro návštěvníky připraveno například půjčování koulí na vodní zorbing či lanový park a další, tradičnější vyžití. Občerstvit se mohou žízňiví a hladoví hosté u stánků či v restauraci.

Jablonec nad Nisou – Mšeno - Povinností každého Jablonečana je, zajít si alespoň párkrát přes léto na přehradu. Ačkoli přehradu často sužují problémy s kvalitou vody, letos je zatím podle vedoucího hráze Jiřího Chmelaře velmi čistá. „Dovolím si tvrdit, že i kdyby teď bylo v kuse čtrnáct dní tropické počasí, tak voda bude stále vhodná ke koupání,“ říká hrázník. A na co semohou lidé na přehradě těšit? „V podstatě na klasiku, žádná přelomová novinka tam letos není. Již od loňska se mohou plavci odrazit z nového mola, doplavat na jeden ze tří tradičních pontonů rozmístěných po vodní hladině, vydýchat se a doplavat k občerstvení na pláži. Užít si atmosféru areálu starých Slunečných lázní si budou moci návštěvníci přehrady letos možná naposled.“

Liberec – Harcov - Nejen v jablonecké přehradě je v těchto dnech rušno. Lidé se často koupou i v nádrži krajského města. Už v posledních dnech je tu o koupání docela velký zájem. Kdo zavítá do Harcova k vodě, může se, stejně jako v Jablonci, těšit na známé prostředí. Žádné novinky tu nejsou, takže pouze klasická půjčovna loďek či stánek na pláži. Podle krajské hygienické stanice je stejně jako v Jablonci i v Liberci voda čistá a vhodná ke koupání.



POJIZEŘÍ - Rozsáhlý projekt rekonstrukce a výstavby nových kanalizací v pěti městech Pojizeří se stává terčem podvodníků. „Ze Semil a Rokytnice nad Jizerou jsou hlášené případy, kdy za vlastníky objektů přišla domů skupina lidí, kteří se vydávali za pracovníky stavební firmy, jež se podílí na realizaci akce Čistá Jizera. Neprávem vymáhali finanční prostředky, někde i započali stavební práce,“ upozorňuje Andrea Bímová z Vodohospodářského sdružení Turnov. Pokud lidé nemají předem domluvené provedení prací, tak by měli být obezřetní a případně informovat policii.



**Jablonecko –
Na trati
Harrachov –
Sklářská
Poreba** nejedzí
pravidelné spoje
už 65 let.
Čekání
pokračuje.
Slavnostní vlak,
který se projel z

Polska do Kořenova a zpátky, totiž v sobotu oproti původnímu plánu nenavázal na pravidelný provoz. Legislativní problémy s absencí traťového telefonu, se nakonec Polákům vyřešit nepodařilo. O posunu termínu se rozhodlo až ve čtvrtek odpoledne, Poláci měli šanci až do poslední chvíle. Podle informací, se hlavní problém týkal traťového telefonu. Ten totiž v úseku mezi Tanvaldem a Sklářskou Porebou chybí, což je legislativně nepřípustné. Ve hře tak byla výjimka, kterou si ale polská strana nezajistila.

Po vyřešení peripetií na polské straně budou cestujícím ve všední dny k dispozici čtyři páry vlaků, o víkendech pět párů. Zpočátku budou na trati jezdit vlaky typu NE 81, u vlaků se zvýšenou frekvencí i s přípojnými vozy. V závěru letošního roku by už měly vyjet moderní motorové vlaky PESA SA 134. Zároveň s tím by se cestující měli dočkat i přímých vlaků na trati Jelenia Góra – Kořenov. Projekt obnovy pravidelného provozu na jedné z kdysi nejmodernějších tratí v zemi probíhá už od prosince roku 2008 a vyšel na 5 milionů Eur, z nichž 85 procent zaplatila Evropská unie. Na české straně bude dopravu zajišťovat společnost Viamont, která bude jezdit z Kořenova přes Harrachov do Polska.

KULTURA



MTO
UNIVERSAL PRAHA
malý taneční orchestr

Hraje to nejlepší
z toho nejhoršího posledních 40 let.

Se svými sólisty:
TOMÁŠ HANÁK
ZDENĚK LHOTSKÝ • FRANTIŠEK SKÁLA
ALEŠ NÁJBRT • JANA HANÁKOVÁ
LENKA VYCHODILOVÁ • JIŘÍ FERO BURDA
ROMAN FOJTÍČEK • LUDĚK POLÍFKA • JIŘÍ PODZIMEK

Zahrají 16. července 2010
v sokolovně ve Bzi od 20:00 hodin

Pokud si chcete rezervovat místo k sezení, přijďte včas, otevřeno bude od 18 hodin.
Po skončení akce je firmou AUTODOPRAVA NOVOTNÝ zapůjčen autobus zpět do Železného Brodu.
Vstupenky od 20. června v předprodeji za 160,- Kč v informačním centru město Železného Brodu a Senil
a v Excentru v Jablonci nad Mílou. Na místě před koncertem vstup za 160,- Kč.
Poutní Sokol Bzi, Bzovský občanský spolek a Občanská beseda

www.obecbzi.cz • www.bsos.cz

10.7.
DRZKOV

partyazyl.cz
ROCKOTEKA

START: 21:30

BENATSKA NOC¹⁸

30. 7. 2010 - 1. 8. 2010 / MALÁ SKÁLA - ČESKÝ RÁJ

Srdečně Vás zveme na
ZÁSADSKOU POUT'

Zveme Vás na pout'ový program v
areálu zásadského fotbalového hřiště
VE DNECH PÁTEK 9. AŽ NEDĚLE 11. ČERVENCE

PÁTEK 9.7.	SOBOTA 10.7.	NEDĚLE 11.7.
21:00 Pout'ová disco Hraje DJ Kachnič Oldies i nové pecky Mojito za 65 Kč!	14:00 Fotbalová škola Radka Bejbla vs. FK Jablonec utkáni přípravek	14:30 Utkání starých gard Zásada vs. Velké Hamry/Plavý
	16:00 FK Zásada vs. Zjednocení Lubra mezinárodní utkání	15:30 Pohádka pro děti O červené karkulce a strašlivém vlkovi
	19:00 Kulturní večer s hudebním doprovodem La muzika Zásada	16:00 Hudební skupina Kapelníci
		16:30 Pohádka pro dospělé Když jsem já sloužil to první léto...
		17:00 Hudební skupina Kapelníci

VSTUP ZDARMA

Na všechny akce

**Na spousta alkoholických i nealkoholických nápojů
a specialit z udrny a grilu Vás zve FK Zásada**

VÝSTAVA SKLA
Střední odborná průmyslová škola sklářská Železný Brod

Srdečně Vás zveme na slavnostní zahájení letní výstavy skla,
kterou připravili žáci studentů z let 2005-2010.

Výstava skla
29. 7. 2010 ve 14:00 hodin

Úvodní slovo
Antonie Langhansová, Milan Hlavěš

Součástí výstavy bude i publikace "100% SKLO Stářická škola v Železném Brodě 1920-2010"
vydaná v příležitosti 90. výročí založení školy ve spolupráci s Uměleckoprávnímu muzeem
v Praze

Doprovodný výstav
Ladislav Oliva | Sklo

Výstava otevřena
1. 7.-31. 8. 2010 / út-ne 9:00-17:00 hodin

www.saspos.cz

KINO RADNICE – JABLONEC N.N.

5.-7.7. - Jak vycvičit draka
8. – 14.7. - Twilight sága: Zatmění
8. – 14.7. - Predátoři
10. – 11.7. - Kuky se vrací
15.7. - Shrek: Zvonec a konec 3D

LETNÍ KINO

7.7. - TO BYL ZÍTRA FLÁM
9.7. - PRINC Z PERSIE: PÍSKY ČASU
12.7. - COMMITMENTS
14.7. - UŽÍVEJ SI, CO TO JDE
16.7. - SEX VE MĚSTĚ 2

KINO JAS – TANVALD

5. 7. - Avatar 3D
7. 7. - Princ z Persie – Písky času 2D

Sokol Zásada a Městys Zásada
pořádají

• pout' v Zásadě na Kapelní louce
10. a 11. července 2010



Občerstvení – pití, pivo, zelenky apod.

10.7.2010 od 18.00 hod. hraje rodák Tonda Ulman k tanci i poslechu

Srdečně zvou pořadatelé

ČERNÁ KRONIKA



BEDŘICHOV - V průběhu noci z pondělí na úterý se neznámý pachatel vloupal do rekreační chaty na Bedřichově. U chaty vypáčil a následně vysadil okno, vnikl dovnitř, chatu prohledal a odnesl si setto box, sošku, stolní hodiny a plastový kufr. Pravděpodobně stejný pachatel ještě vnikl do stánku s občerstvením na otočce autobusu v Bedřichově a odcizil zde peníze a potraviny. Pachatel v případě dopadení hrozí trest odnětí svobody v trvání až dva roky.

JABLONEC N.N. - 57-letá žena z Jablonce n.N. byla v úterý odpoledne nakupovat v nákupním centru Kaufland v Jablonci n.N. V průběhu nákupu se několikrát krátkodobě vzdálila od nákupního košíku, ve kterém měla kromě vybraného zboží uloženu i nákupní tašku. Neznámý pachatel zneužil chvíle nepozornosti a z tašky jí odcizil peněženku s penězi, platební kartou, kartou pojišťovny a osobními doklady. Odcizená částka peněz představuje 1 000 Kč.

JABLONEC N.N. - V úterý 29.6.2010 v 17,00 hodin došlo v Mánesově ulici v Jablonci n.N. k dopravní nehodě. S vozidlem Renault Twingo jela 19-letá žena z Tanvaldu ve směru od přehrady. Při nájezdu do křižovatky přehlédla, oslněná sluníčkem, po hlavní ulici Mánesova jedoucím vozidlem Ford Scorpio a vozidla do sebe narazila. Způsobená škoda byla vyčíslena na částku 50 000 Kč.

SVĚTLÁ POD JEŠTĚDEM - Ve čtvrtek 1. července



2010 v 17:12 hodin přijalo operační středisko HZS Libereckého kraje ohlášení

letecké nehody v části Rozstání obce Světlá pod Ještědem. Na místo byli vysláni profesionální hasiči z Liberce a dobrovolní kolegové z Rozstání. Hasiči na místě zjistili, že došlo k pádu bezmotorového kluzáku typu ASW15 firmy Alexander Schleiser NE OHG, který narazil do plotu zahrady. Zraněná pilotka byla v době příjezdu hasičů již v péči lékaře zdravotnické záchranné služby. Ženu odvezl vrtulník letecké záchranné služby k ošetření do nemocnice. Hasiči po zjištění, že se jedná o letadlo bez paliva a není na místě jejich pomoci třeba, předali místo nehody policistům a vrátili se na stanice.

ŽELEZNÝ BROD - 2.7.2010 kolem 15:00 hodiny se v ulici Vaněčkova v Železném Brodě, u odbočky k Penny marketu, stala dopravní nehoda, dodávka a osobního auta, řidič osobního automobilu byl zraněn.

JÍLOVÉ - 3.7.2010 kolem 21 hodiny, se na silnici 2886 u obce Jílové u Držkova, 600 metrů pod křižovatkou se silnicí 1/10 ve směru na Vlastiboř, stala dopravní nehoda dvou osobních aut zobrazit.

Vysoké teploty přináší nebezpečí vzniku požárů

Vysoké letní teploty, menší množství srážek a zvýšený pohyb osob ve volné přírodě vytváří kombinaci, která



každoročně přináší požáry v lesích, lesoparcích na lukách, polích a dalších volných prostranstvích. V této souvislosti proto upozorňujeme na tyto nejčastější příčiny vzniku požárů: nedbalost při rozdělávání ohňů v lesích, lesoparcích a jejich blízkosti (vypalování kabelů bezdomovci, rozdělávání ohniště pro přípravu pokrmů apod.), kouření (například velice rozšířený nešvar vyhazování nedopalků z jedoucích vozidel), zásahy bleskem, úmyslná zapálení, činnost nehlídaných dětí od 6 do 15 let věku.

Zejména lesní požáry se hasičům obtížně likvidují, protože k nim zpravidla dojde v těžce přístupném terénu. Často jsou zde ztížené možnosti zásobování hasební vodou, kterou je třeba dopravovat na větší vzdálenosti. Navíc chování ohně v lese je

nevyzpytatelné, požár se může šířit pod zemí nebo je přenášen větrem na další vzdálená místa. Zásahy v lesním prostředí jsou také mnohdy časově velmi náročné a vyžadují si povolání většího počtu jednotek požární ochrany. V této souvislosti jistě stojí za připomenutí rok 2006, ve kterém došlo k požáru lesa v Národním parku České Švýcarsko, kde požár zasáhl 25 hektarů skalnaté a těžko přístupné oblasti. S tímto rozsáhlým požárem bojovalo po dobu plných 7 dní na 900 profesionálních i dobrovolných hasičů. Zásahovat musela také letecká technika. Příčinou tohoto požáru byl jeden malý nedopalek cigarety. Jen v lesnictví bylo během roku 2009 zaznamenáno celkem 556 požárů, které zranily 20 osob a způsobily škody za téměř 20 milionů korun. Závěrem několik připomenutí zákonných povinností. V první řadě si je každý povinen počínat tak, aby nedocházelo ke vzniku požáru. Zjištěný požár se musí neodkladně ohlásit nebo se musí zajistit jeho neodkladné ohlášení, nejlépe na tísňových linkách 150 nebo 112.



POČASÍ


PONDĚLÍ
5.7.

28°C / 17°C


SOBOTA
10.7.

29°C / 16°C


ÚTERÝ
6.7.

24°C / 16°C


NEDĚLE
11.7.

30°C / 16°C


STŘEDA
7.7.

25°C / 13°C


PONDĚLÍ
12.7.

29°C / 17°C


ČTVRTEK
8.7.

31°C / 16°C


ÚTERÝ
13.7.

26°C / 15°C


PÁTEK
9.7.

29°C / 18°C


STŘEDA
14.7.

24°C / 14°C


JAK JE V LOUŽNICI ZJISTÍTE na:

http://janeklouznice.raice.idnes.cz/LOUZNICE_ON-LINE_rok_2010/

budu se snažit, zde přidávat každý den foto jak je v Loužnici, tak můžete sledovat počasí a přírodu u nás.

INFO KOUPALIŠTĚ:


teplota VODA: 22 °C



teplota VZDUCH: 28 °C

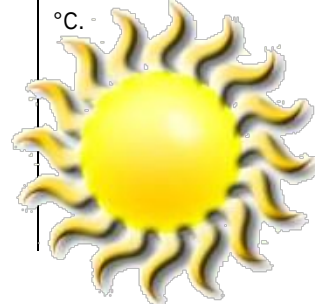
Koupaliště je čisté, udržované a osvěžující



Stavba sokolovny – Kulturní dům – akce „Z“ - Rezler, Bernt, Joh

Meteorolog online

Počátek nového týdne přinese úlevu od tropů. V pondělí očekáváme polojasno až oblačno, zpočátku dne zejména v Čechách přeháňky nebo bouřky, které se postupně přesunou i na Moravu a do Slezska. Odpolední teploty se zastaví mezi 25 až 29 °C. Velmi podobné počasí očekáváme také v úterý, pouze odpolední teploty se budou pohybovat v intervalu 23 až 27 °C. Od středy bude oblačnosti a srážek opět ubývat - očekáváme převážně skoro jasno. Teploty opět porostou a ke konci pracovního týdne se už opět budou zastavovat až na 33 °C.



PRANOSTIKA



4.7
prší-li na Medarda a Prokopa, shnije mandel i kopa.

Déšť na Prokopa - zmokne každá kopa.

10.7.

Jaká povětrnost na Sedm bratří, taková po sedm týdnů patří.

Často povětrnost Sedmi bratří na budoucích sedm týdnů patří.

Neprší-li na Sedm bratří, bývají suché žně.

Den Sedmi bratří když je deštivý, bývá pak déšť trvanlivý.

Na den Sedmi bratří, když prší, sedm neděl déšť dovrší.

Prší-li na Sedm bratří, sedm neděl střecha neuschne.

Déšť na Sedm bratrů - hnijí kobzole.

13.7.

Svatá Markyta vede žence do žita.

Svatá Markyta hodila srp do žita.

O Muchlině svaté sklízej žito zlaté

Není-li na svatou Markétu slunečno, dostaneme sotva seno domů za sucha.

Na Markétu obyčejně těžké bouřky přicházejí.

Prší-li na Muchlinu, do zatáčky bez plynu

Okolo svaté Markyty jsou bouřky nasety.

Na Muchlinu přesně dohnívají třešně

Kolem svaté Muchliny dozrávají maliny.

Na Markétu-li pršívá, čtrnáct dnů vlhko bývá.

Zapláče-li Markyta, bude dešťů dosyta.

Déšť o Markytě trvá čtrnáct dní a zvěstuje špatný čas pro sklizení sena i obilí.

Na Markétu-li prší, ořechy se stromu srší.

Prší-li na svatou Markétu, opadají ořechy vlašské a ořechy lískové zčervíví.

Svatá Markyta velí: „Lidé, okopávejte zelí!“

14.7.

O svatém Kamilu, slunce má největší sílu.



**Loužnické
koupaliště**

GRATULUJEME



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

5. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Adélka Hendrychová Halamová
8. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Michaela Vávrová Urbánková
9. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Josef Černý
10. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Radim Zerzub
11. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Vladimír Bartoníček ml.
12. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Zdeněk Urbánek st.
12. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Nad'a Korousová
13. 7. 2010	OSLAVÍ NAROZENINY	Hana Daníčková

A JEŠTĚ JINÁ VÝROČÍ:



- 7.7. 1860 – Gustav Mahler, česko-rakouský skladatel
- 8.7. 1847 – František Křižík, vynálezce a podnikatel
- 8.7. 1621 – Jean de La Fontaine, francouzský bajkář
- 9.7. 1357 – Karel IV. údajně položil základní kámen Karlova mostu v Praze.
- 9.7. 1609 – Rudolf II. podepsal Majestát na náboženskou svobodu pro Čechy
- 9.7. 1834 – Jan Neruda, český spisovatel a novinář, představitel májovců
- 11.7. 1346 – Karel IV. zvolen králem Svaté říše římské.
- 12.7. 1936 – Nina Divíšková, herečka
- 12.7. 100 př. n. l. – Julius Caesar, římský vojevůdce a politik
- 13.7. 1607 – Václav Hollar, český grafik
- 14.7. 1420 – Bitva na Vítkově



Významné dny v tomto týdnu:

- ✓ 9.7. - Mezinárodní den vězňů. Světový den veterinárních lékařů
- ✓ 10.7. - Začíná týden Baltského moře
- ✓ 11.7. - Světový den populace - v tento den roku 1987 počet obyvatel Země dosáhl hranice 5 miliard
- ✓ 13.7. - Začátek buddhistického svátku Obon
- ✓ 14.7. - Mezinárodní den alternativ ke spalovně, Mezinárodní koupací den

Červenec 2010

Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
28	29	30	1 Jaroslava	2 Patricie	3 Radomír	4 Prokop
5	6	7 Bohuslava	8 Nora	9 Drahoslava	10 Amálie Libuše	11 Olga
12 Bořek	13 Markéta	14 Karolína	15 Jindřich	16 Luboš	17 Martina	18 Drahomíra
19 Čeněk	20 Ilja	21 Vítězslav	22 Magdalena	23 Libor	24 Kristýna	25 Jakub
26 Anna	27 Věroslav	28 Viktor	29 Marta	30 Bořivoj	31 Ignác	1

LOUŽNICKÉ TRADICE



SLAVÍME POUŤ - I naše obec v těchto dnech slaví „POUŤ“ a posvícení. Již od nepaměti s městysem Zásada.

„Když Zásada měla svou kapli, tak rychtář Šourek spolu s ostatními konšely usiloval o to, aby zde byla

slavena pouť a posvícení. Poté o pouti, neděle po svatém Prokopu, se u kaple schází množství lidu, proto dědičná vrchnost navarovská dává kousek vrchnostenského vlastního gruntu, aby se mohly slavit slavnosti u kaple. A tak byla dne 7. ledna 1751 od navarovské vrchnosti zakoupena „Kapelní louka“, na níž se až do dnešních dnů odbývají slavné zásadské pouti.“ Letos se pouť bude konat na hřišti.

POUŤ V LOUŽNICI

I když naše obec nemá kostel, ale jen kapličku slavila se a stále slaví i u nás pouť.



A jak to asi vzniklo? Proč neslavíme stejně jako v Radčicích či na Bratříkově? To už nám zřejmě nikdo neobjasní.

A tak nahlédněme trochu do historie:

-Obec Držkov byla založená za vlády Jana Lucemburského kolem roku 1310.

Zanedlouho po založení jsou v Držkově vybudovány dřevěný kostelík a fara. Obyvatelstvo si vydržovalo svého faráře naturálními a peněžními desátky. Nejstarší zpráva o držkovské faře pochází z r. 1352. Mluví-li se o faře, musela zde nutně být i farnost, skládající se ze vsí. Mezi tyto vsi patří i ves Zásada a Loužnice. Na základě zjištěných skutečností můžeme říci, že založení Zásady, Loužnice a Bratříkova spadá na počátek 14. století pravděpodobně k roku 1310 a více. -Až do roku 1888 tvořila Loužnice, Bratříkov a Zásada jednu katastrální obec. V tomto roce pak bylo povoleno rozdělení katastru na dvě obce: Zásadu a Bratříkov – Loužnici. Bratříkov zůstal obcí katastrální a Loužnice osadou.

-Jelikož do roku 1810 nebyla škola ani v Zásadě, byl zdejší lid na velice nízkém stupni vzdělání. Psát uměl málokdo a ženy vůbec

ne. Když potřeboval někdo někomu psát chodíval buď k faráři, nebo do Zásady k rychtáři

Podle těchto pramenů je zřejmé, že Loužnice stále inklinovala k Zásadě, kdežto ostatní obce se snažily odtrhnout.

A KDY SE SLAVÍ POUTĚ U NÁS A V OKOLÍ?

1. neděle v červenci –	4.7.2010
BOZKOV	
2. neděle – ZÁSADA +	11.7.2010
LOUŽNICE	
3. neděle – BRATŘÍKOV	18.7.2010
4. neděle – JIRKOV	24.7.2010
5. neděle – RADČICE	1.8.2010

A tak si na neděli 11.7.2010 upečte poutěvé koláče, pozvěte příbuzná a přátelé a vzpomínejte na naše předky a pokud budete mít chuť navštivte pouť v Zásadě.

KŘEHKÉ POUTĚVÉ KOLÁČE

400g hladké mouky, 2 lžíce cukru, 1 balení čerstvých kvasnic, špetka soli, vanilkový cukr, citronová kůra, 2-3 žloutky podle velikosti, 2 navršené lžíce neochucené majonézy, 2dl vlažného mléka, 1 lžíce rumu, rum a rozpuštěné máslo na potřeni, nádivky dle přání,

hrozinky a loupané mandle chcete-li. Z poloviny mléka připravíme kvásek a necháme ho vzejít.

Do mísy vložíme mouku, uděláme v ní důlek a tam dáme žloutky trochu našlehané ve zbytku mléka, majonézu a rumu. Přidáme kůru, vanilkový cukr, špetku soli a nakonec kvásek.

Vypracujeme vláčné těsto a dáme ho přikryté na 20min. nakynout (je-li příliš tuhé, přidáme trochu vlažného mléka, je-li

příliš lepivé, přidáme trochu mouky). Potom těsto znovu vypracujeme a dáme kynout na dalších 10min. Nakynuté těsto dáme na trochu pomoučený váleček a uděláme pomocí rukou tak

velké bochánky, jak velké koláče chceme mít. Dnem sklenice uděláme do každého středu plochý důlek a přikryté koláče ještě necháme nakynout. Okraje koláčů potřeme smíchaným rozpuštěným máslem s rumem. Zdobíme náplní Vaší volby a nahore ještě ozdobíme hrozinkami a mandlemi chcete-li. Pečeme v předem vyhřáté troubě asi po 15min. vyndáme z trouby a ještě jednou okraje koláčů potřeme máslem s rumem. Náplně volíme podle chuti, jako je tvarohová, povidlová, maková, nebo marmeládová.





NÁPOJ PRO TENTO TÝDEN

RYBÍZOVÁ LIMONÁDA

200 g rybízu, 0,2 l malinové šťávy, 0,5 l sodové vody, dvě lžice moučkového cukru, led. Odstopkovaný a umytý rybíz prosypeme moučkovým cukrem a odložíme na chvíli do ledničky. Občas ho promícháme. Potom ho rozdělíme do vysokých limonádových sklenic. Malinovou a citronovou šťávu promícháme se sodovkou a nalijeme na rybíz. Nakonec přidáme kostky ledu. Nápoj podáváme se lžičkou na ovoce.



BYLINKA PRO TENTO TÝDEN

OSTROPESTRĚC

Ostropestřec mariánský je statná



bodlákovitá rostlina s červenofialovými květy a tuhými bíle skvrnitými ostrými listy. Pochází ze středomořských teplých oblastí a u nás roste především na

zahrádkách. Kvete od června do srpna. Plody - semena, která jsou zdrojem silymarinu, se sbírají krátce před úplným dozráním, což bývá koncem léta. Ostropestřec je známý též pod latinským názvem Silybum marianum nebo Carduus marianus. Největší oblibě se ostropestřec těšil v 16. století. Tehdejší léčitelé používali jeho výtažky zpočátku na každé „zapáchání v boku“, později se stal součástí každého jaterního medikamentu. Poté se na ostropestřec trochu pozapomnělo a teprve v poslední době je mu opět věnována velká pozornost. Ze semen se totiž získává tzv. silymarin - nejdůležitější rostlinný lék na jaterní problémy. Hlavní účinek nese silymarin - souhrnné označení více látek (zejm. flavonolignanů). Silymarin má řadu příznivých účinků, zejména však na správnou funkci jater.

Vede ke zlepšení metabolismu jaterní buňky, stabilizuje její buněčné membrány, podporuje regeneraci jaterní tkáně a je výrazným antioxidantem (odstraňuje nebezpečné látky, zvané volné radikály). Důležitou funkcí jater je schopnost zneškodňovat nepotřebné látky nebo škodliviny jako jsou např. chemické přídavky potravin, léky, alkohol, ale i toxické látky z hub či virové infekce. Silymarin je v tomto boji pro játra výborným pomocníkem. **Podněcuje syntézu bílkovin a tak podporuje regeneraci poškozených jaterních buněk. Významná je i regulace spotřeby glutathionu (látky tělu vlastní), který je velmi důležitý pro detoxikační procesy.** I když je silymarin bezpečný, nedoporučuje se podávat dětem do pěti let. Rovněž není určen pro těhotné a kojící ženy. S možností alergické reakce je třeba počítat také u ostropestřce. Ještě než se rozhodnete užívat tento



doplňek, ujistěte se, zda neužíváte lék se silymarinem, který Vám předepsal Váš lékař. Současným užíváním léku i doplňku stravy by mohlo dojít ke zbytečné kumulaci v těle. Chceme-li připravit čaj z ostropestřce je vhodné semena nejprve rozdrtit na prášek. Složky silymarinu se (pro svou horší rozpustnost ve vodě), vyloučí do čaje jen málo. Z tohoto důvodu je rozumné využít přípravků se stanoveným obsahem silymarinu. Jsou k dostání ve formě tablet nebo kapslí, které se zpravidla berou dlouhodobě (tři měsíce až jeden rok). Pro lepší vstřebání je vhodné podání s jídlem nebo po jídle. Během užívání silymarinu nepijte alkohol.

Silymarin jednak chrání játra zejm.

antioxidačním účinkem (tzv. hepatoprotektivum) před škodlivými vlivy - jednak napomáhá obnově již poškozených buněk.

Poškození jater z nejrůznějších příčin - lékové otravy, virová (infekční mononukleóza-EBV, žloutenka) či bakteriální onemocnění jater, ale i časté popíjení alkoholu, které způsobuje tvrdnutí jater (cirhóza).

Ostropestřec je bezesporu jeden z nejlepších prověřených přírodních léků na nemoci jater a jejich celkovou regeneraci. Je považován za jednu s nejefektivnějších, co se týče obnovy jaterní tkáně. **Léčí tzv. tučná nebo ztvrdlá játra (cirhóza), ale také následky jejich infekčních zánětů, např. žloutenky.** Účinky silymarinu jsou tak výrazné, že se úspěšně **používá dokonce i pro regeneraci silně poškozených jater u drogově závislých a léčených alkoholiků, nebo lidí s poškozenými játry následkem dlouhodobého užívání syntetických preparátů, po chemoterapii nebo otravách jedy nejrůznějšího druhu, i např. po otravě houbami apod.** Vhodné jsou i tam, kde k zanesení jater došlo buď v důsledku špatné výživy, nebo nadvýživy, tedy u lidí obézních. **Zbavují naše tělo též např. dnes tak běžných chemických příměsí z potravin, které našim játrům při vysokém množství nepopíratelně škodí.**

Všechny zmíněné účinky ostropestřce byly odborně prokázány mnohými studiemi a jeho blahodárny vliv na naše tělo je dnes běžně znám i lékařům, kteří ho také často doporučují svým pacientům.



LOUŽNICKÁ POCHOUTKA



Tento týden vaříme na prázdniny:

**LETNÍ CITRONÁDA**

3 velké citrony (chemicky neošetřené), 750 ml perlivé nebo neperlivé vody, 100 g krupicového cukru, několik kostek ledu. Šťávu a kůru ze 3 velkých citronů zalijte 750 ml perlivé nebo neperlivé vody. Přisypte 100 g krupicového cukru a míchejte, dokud se nerozpustí. Vzniklou směs s rozlijte do sklenic s několika kostkami ledu. Verze pro dospělé: Do sklenice přidejte ještě trochu ginu nebo vodky. Dopřelte meduňkou.

**LETNÍ TĚSTOVINY**

2 středně velké červené cibule, nakrájené na osminky, 4 cukety, nakrájené na větší kusy, 6 stroužků česneku, neloupaných, 6 lžic olivového oleje, 400 g drobných, nejlépe třeshňových rajčátek, 300 g těstovin fusilli (vřetená) nebo jiných krátkých těstovin, sůl, případně pepř na dochucení, několik lístků bazalky (nemusí být), čerstvě nastrohaný parmazán na posypání. Opečte zeleninu. Předehřejte troubu na 220 °C, horkovzdušnou na 200 °C. Cibuli, cukety a česnek vložte do velkého pekáče nebo zapékačské misky (aby se k nim později vešly těstoviny). Pokapejte olivovým olejem, osolte a opepřete, lehce promíchejte a pečte čtvrt hodiny. Přidejte rajčata, zamíchejte a pokračujte v pečení dalších 15 minut. Zároveň přiveďte k varu velký hrnec osolené vody, aby byly těstoviny i zelenina hotové ve stejnou dobu. Uvařte těstoviny. Do vroucí vody vložte těstoviny a vařte je podle návodu tak, aby byly na skus – trvá to 9–12 minut (záleží na druhu těstovin). Smíchejte a podávejte. Těstoviny nechte okapat. Zeleninu vyjměte z trouby, stroužky česneku vymáčkněte ze slupek a rozdrťte o stěny nádoby. Přisypte těstoviny, lístky bazalky a promíchejte. Podávejte v hlubších miskách, posypané čerstvě nastrohaným parmazánem.

**PEČENÁ RAJČATA**

6 velkých rajčat na větvičce, 3 lžice olivového oleje + trochu na zakapání, 1 necelou lžici octa balsamico, 2 stroužky česneku, nakrájené na jemné plátky, 2 lžice přírodního cukru, malou hrst čerstvých lístků bazalky, jemně nakrájených, sůl a pepř na dochucení. Troubu předehřejte na 160, horkovzdušnou na 140 stupňů. Těžkou, nejlépe grilovací pánev nechte pořádně rozehřát na plotýnce. Rajčata rozkrojte příčně napůl. Řezné plochy potřete olejem a touto stranou dolů kladte na horkou pánev. Nechte asi minutu pražit, pak odstavte z ohně. Přesuňte rajčata do mělké zapékačské misky, tentokrát řeznou plochou nahoru. Povrch potřete octem a olejem, posypte česnekem a lehce poprašte přírodním cukrem. Osolte a opepřete. Pečte asi hodinu. Že je hotovo, poznáte podle toho, že rajčata změknu a mají opečenou slupku. Pak je už jen nechte trochu vychladnout a dopřejte jim pár kapek oleje, octa a lístků bazalky.

STEAK S LETNÍ OMÁČKOU

2 lžice olivového oleje, 300–350 g steaků ze svíčkové nebo dobře odleželé roštěné, každý o síle cca 2 cm. Na omáčku: 250 g zralých rajčat, nebo 400 g loupaných nakládaných rajčat 2–3 velké stroužky česneku, 2 lžice extra panenského olivového oleje, špetku sušeného oregana nebo majoránky, 6 velkých bazalkových lístků, sůl a pepř. Připravte si omáčku. Pokud máte čerstvá rajčata, nahrubo je pokrájejte. Dejte je na pánev spolu s česnekem a oregánem nebo majoránkou a ochuťte solí a pepřem. Pomalu vařte asi deset minut, jednou či dvakrát zamíchejte. Sejměte z ohně, přidejte bazalkové lístky a promíchejte. Rozpalte pánev s těžkým dnem. Obě strany steaků potřete olivovým olejem, osolte a opepřete. Položte maso na střed pánve a zmírněte plamen na střední. Opékejte tři minuty po každé straně – tak získáte skvělý krvavý steak. Středně propečený bude za celkem sedm až osm minut a propečený asi za osm až deset minut. Položte steaky na ohřáté talíře a nechte je tak pět minut stát. Potom maso rozkrojte napůl a podávejte spolu s vypečenou šťávou a lahodnou italskou omáčkou.

**LETNÍ ŠARLOTA**

1,5 kg kyselejších jablek, oloupaných, zbavených jádřinců a nakrájených na půlměsíčky, další ovoce podle chuti, 4 lžice citronové šťávy, 6 lžic cukru, 1 lžice rumu, 500 g cukrářských piškotů, 250 g plnotučného tvarohu, 1 kelímek smetany ke šlehání, 2 balíčky vanilkového cukru, 1 balíček vanil. pudinku, 4 hrsti půlek jader vlašských ořechů. Jablečné dílky dejte do většího hrnce, přidejte citronovou šťávu a cukr a přiveďte k varu. Pak zakryté pokličkou duste při velmi nízké teplotě tak, aby se jablka začala trochu rozpadat. Slíjte přes velké síto – šťávu zachyťte – a nechte vychladnout. Cukrářské piškoty z obou stran namáčejte v rumu a plochou stranou je přitlačte na dno, postupně i na obvod misky tak, aby byla celá vyložená piškoty. Vychladlé jablečné kousky smíchejte s tvarohem, uvařeným pudinkem – vychladlým a jedním kelímek ušlehané smetany a lehce promíchejte s ostatním ovocem a směsí naplňte vnitřek šarloty. Navrch naskládejte piškoty rovnou stranou nahoru. Zatěžte dezertním talířkem a konzervami a dejte na noc do ledničky. Potřete šlehačkou ušlehanou s vanilkovým cukrem a ozdobte vlašskými ořechy.



ČTENÍ NA POKRAČOVÁNÍ- Z LOUŽNICKÉ HISTORIE: 97. 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: 69.

„U Berntů“ Dům, který postavil František Pavlata, ten ve světové válce padl, pak dům byl v majetku jeho dcery Emilie, provdané Berntové. Pan Bernt působí v Loužnici jako truhlář, ten si vedle domu postavil truhlářskou dílnu. (Staré knihy)

Dům postavil kolem roku 1912 František Pavlata, syn Jana Pavlaty ml. z Loužnice čp.52 a Marie Patkové z Loužnice čp.48. František Pavlata, jak se mu v rodině říkalo Franc, se oženil 3.11.1900 s Barborou Havlovou, dcerou po zemřelém mlynáři Františku Havlovi z Loužnice čp.3 a jeho ženy ženy Františky rozené Klingerové z Huti čp.83. Barbora dostala od matky pozemek u silnice Železný Brod – Tanvald, který hraničil do roku 1947 se Zádusím, to bylo součástí obce Držkov. V rohu pozemku byla nasbíraná „hrobka“ = snesené kamení z pole. Na tomto místě, po jejím odstranění vyrostl dům čp.69.

V manželství se narodilo několik dětí, z nichž se však dospělého věku dožily pouze tři: Bohuslav Pavlata, ten žil v Lokti v západních Čechách, Josef Pavlata v Jablonci n/N a Emilie Pavlatová narozená 1914, jako poslední dítě. V roce 1936 se provdala za truhláře Jaroslava Bernta narozeného 1906 v Loužnici čp. 19. Stavebník a majitel domu František Pavlata padl v první světové válce. Zadlužený dům se vdově Barboře Pavlatové podařilo udržet až do provdání dcera Emilie, jejíž manžel dům vyplatil. V roce 1947 si Jaroslav Bernt postavil u svého domu vlastní truhlářskou dílnu, v níž pracoval jako jediný soukromník v Loužnici i v době komunistické vlády od roku 1948 do své smrti v roce 1988. Dnes dům čp.69 patří jeho dceři Dagmar, provdané Lancové. (J.Hrách)

ROK	MAJITELÉ
2010	Jaroslav Lanc, Mgr. Dagmar Lancová



NĚCO PRO ZASMÁNÍ



Paní Paroubková se rozvypráví: "Já vlastně žiji docela skromně a obyčejně, jako ostatní ženy. Ráno vstanu, umyju piču, uvařím manželovi a dceři snídani, umyju piču, posnídáme, já umyju piču a jdeme do školky a na nákupy.

Hned jak se vrátíme, umyju piču, uvařím oběd, protože Jiří se někdy staví na oběd domu. Po obědě umyju piču, manžel si dá šlofíka, tak jen umyju piču a třeba ještě stihnu trochu uklidit, umýt znovu piču a večer jdeme s Jiřím někam ven, za kulturou. Řeknu Vám, někdy se vracíme tak pozdě, že už se mne ani nechce mýt piča a jdeme si lehnout." Redaktorka Elle se dívá trochu perplex a po chvíli ticha ze zeptá: "Paní Paroubková, nepřeháníte to trochu s tou hygienou?" Paní Paroubková se rozesměje: "Ale ne. Nám tu piču pořád někdo kreslí na dveře!"

"Tati, jak jsem se dostal na svět?" "No, tak dobře, synu, beztak jsme si o tom jednou museli promluvit. Táta se s maminkou seznámil v chatovací místnosti. Později se spolu sešli v "cyber café" a na záchodě si maminka downloadovala pár dat z tatínkova MEMORY STICKu. Když táta dokončil UPLOADování, zpozoroval, že předtím neinstalovali žádný FIREWALL. Bohužel už bylo pozdě na stisknutí CANCEL nebo ESC a okno "Chcete opravdu uploadovat?" jsme odstranili hned na začátku v "Možnostech" pod "Nastavením". Maminčin virusový

scanner už dávno nebyl UPDATEovaný" a s tátovým BLASTERWORMem si neporadil. Stiskli jsme tlačítko "ENTER" a mamka dostala zprávu: "Odhadovaný čas stahování: 9 měsíců....."

Pane nováku, proč nikdy nejedete výtahem? Je naněm napsáno, že je pro pět osob a já nemám čas čekat na další čtyři.

Had v ráji svádí Evu: "Evo, vezmi si jablko, poznáš rozdíl mezi dobrým a zlým". Eva: "nevezmu". Had: "vezmi si jablko, budeš jako bůh". Eva: "nevezmu". Had se zamyslí a říká si "vždyť je to ženská". A povídá jí: "Evičko, vezmi si jablíčko, nejsou v něm žádné kalorie". Chramst....

Jaká zvířata mají ženy nejraději? Lišku za krkem - Jaguára v garáži - tygra v posteli - vola na služební cestě!

Žena je jako demo program: Bud'to má omezenou dobu užívání, nebo má nejlepší funkce zakázané, anebo se stále dožaduje, aby sis ji zaregistroval.

Nosí-li žena snubní prsten, znamená to, že je vdaná. Nosí-li žena obyčejný prsten, nic to neznamena. Nosí-li žena snubní i obyčejný prsten, je vdaná, ale to nic neznamena.

Manželka pana ministra dotírá na svého manžela: "Nemohla bych jet tentokrát do Paříže s tebou?" "Ale má drahá, já tam budu mít spoustu práce, byla bys tam celé dny sama." "To nevádí, já bych se zatím poohlédla po obchodech, koupila si nějaký ten svetřík, botičky, šaty a různé doplňky." "To si přece můžeš koupit tady taky." "To jsem chtěla slyšet."

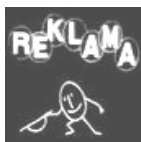
Dvě přítelkyně se potkaly po deseti letech. "Pane Bože, ty jsi ale zestárla," zvolala první, "ani jsem tě nemohla poznat!" "No tak to já jsem tě poznala hned," odvětila na to štiplavě druhá, "podle šatů, které jsi měla posledně na sobě!"

Dvě ženy vězenkyně spolu sdílí 20 let jednu vězeňskou celu. Na svobodu je shodou okolností propuštěny ve stejný den. Před branou věznice říká jedna druhé: "Stav se dnes večer, abych ti to mohla dopovědět."

Baví se dvě ženy: "Co mám dělat, abych měla prsa kolmo k tělu?" "Chod' po čtyřech."

MOUDRÁ VĚTA

Quidquid latine dictum sit, altum videtur.
Cokoli je řečeno latinsky, vypadá vznešeně.



REKLAMA

HM nábytek

vítejte ve světě nábytku a vybavení interiéru.

Garance nejnižších cen, široký sortiment a vlastní doprava po celém území České republiky!

Nákup z pohodlí pro Vaše pohodlí...

V našem internetovém obchodu najdete kvalitní nábytek za skvělé ceny. Nabízíme široký sortiment v sekcích Ložnice, dětský pokoj, sektorový nábytek, atd. Pro Vaše pohodlí nabízíme cenově dostupné sedací soupravy, pohovky, křesla. Poskytujeme poradenství, 3D návrhy, dopravu, montáž, výrobu nábytku na míru.



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

POZOR! VÍTE, JAKÝ JE VÁŠ ZDRAVOTNÍ STAV?
OSOBNÍ ANALYZÉR

Unikátní japonský přístroj pro zjištění velmi důležitých informací, pro Vaše zdraví. Založen na nejnovější technologii a výzkumu.

Co je možné díky němu zjistit?

Hmotnost kostí, Viscerální tuk (nebezpečný) – v dutině břišní, Bazální metabolická spotřeba, Metabolický věk, Celková fyzická kondice, Rozmezí zdravého tělesného tuku, Celkový svalový tonus

Běžná cena této analýzy je cca 500Kč, Cena pro Vás pouze 199,-. Pro objednání termínu volejte - Tel: 604 910 608 nebo pište na kurfirtova.m@seznam.cz. Po zjištění těchto informací se lépe stanovuje, co je třeba ve Vašem životním stylu upravit, nebo změnit a zlepšit tím Váš zdravotní stav. Je možné zlepšit – kondici, upravit váhu +,-, zlepšit celkový zdravotní stav, tvarovat postavu, zlepšit vitalitu, energii, nebo alespoň řešit prevenci. Záleží pouze na Vás. Těším se na Vás. S přáním krásného dne možná i Váš osobní poradce ve výživě - **Slíčková Magda**



CVIČENÍ PRO MAMINKY A DĚTI

AHOJ MAMINKY!

Jelikož nastává čas krásného počasí a prázdnin, je cvičení na tuto dobu přerušeno. Po prázdninách se snad zase sejdem.

Míša a Eva

