

Babičko



*Babičko, babičko,
otevřte okno, svítí sluníčko.
A jak hřeje, pojdte mezi nás,
posad'te se na lavičku, prosím vás.
Babičko, slyšíte,
vždyť vy ani nevíte,
že rozkvetly třešně v zahradě
a že i potůček je v náladě.
Běží a skáče přes kameny
jak divý, jak zmámený.
Pojďte ven, no pojdte, babičko,
je tu tak krásně a teplíčko.
Čekáme na vás, na vaši tvář,
šouravou chůzi a stříbný vlas,
na vaše oči tak moudré a milé,
na vaše vrásky a ruce bílé.
Je tu tak hezky, když sedíte s námi,
a když váš hlas, tak důvěrně známý
k nám hovoří,
o životě, který odešel jak voda do moří.*

*Jaroslav Poláček
Foto: Vladislav Bělka*

Slovo starosty

Vážení spoluobčané,

v minulém měsíci jsme zahájili pravidelnou údržbu zeleně v obci. Jedná se zejména o sekání trávy podél místní komunikace a dále pak na ostatních plochách, které jsou v majetku obce. Je řada občanů, kteří travnatou plochu před svým domem udržují sami ve vzorném stavu. Těm bych chtěl touto cestou poděkovat. Na druhé straně je však několik občanů, kteří nejen že plochu před domem neudržují, ale naopak ji znečišťují různými odpady ukrytými v trávě. Ty se objeví při sekání, kdy v takovém místě hrozí poškození sekačky. Není povinností občanů tyto plochy sekat, ale je přestupkem, pokud jsou znečišťovány.

V této souvislosti připomínám, že v obci platí Obecně závazná vyhláška o místních poplatcích. Jeden z poplatků řeší úhradu za užívání veřejného prostranství. Na tuto vyhlášku upozorňuji zejména majitele aut, kteří vytrvale parkují na místní komunikaci nebo dokonce na zelené ploše u komunikace. Pokud mají zájem využívat nadále tyto plochy k parkování, je třeba, aby postupovali podle platné vyhlášky, která jim dává tyto možnosti:

1. Uhradit poplatek za každý používaný metr čtvereční denní sazbou, kterou stanoví vyhláška.
 2. Uhradit roční paušální poplatek (tento způsob je u nás již praktikován).
- Tento postup platí nejen pro parkování automobilů, ale pro jakékoliv využití veřejného prostranství (podrobnosti stanoví uvedená vyhláška).
Vyhláška řeší i postih pro občany, kteří veřejné prostranství používají bez dovolení a bez úhrady poplatku.

Upozorňuji na tyto skutečnosti s tím, že po 1. 7. 2007 budou vystaveny platební výměry za nepovolené užívání veřejného prostranství. V tomto případě se sazba dle vyhlášky zvyšuje 3x.

Již dvakrát se v naší obci uskutečnil svoz biologického odpadu. Při tomto svozu mají občané možnost zbavit se odpadu ze zahrádky. Svoz bude probíhat po celé vegetační období. V obci je celkem sedm sběrných míst, na kterých je možno odpad naložit na svozové vozidlo. Žádám občany, aby této službě využívali a zbavili se tak odpadu, který je v mnoha případech, zejména v podzimním období, pálen na zahradách, při tom vzniká vydatný kouř, který obtěžuje okolí.

Všechno shora uvedené má přispět ke zlepšení prostředí v obci. Proto věřím, že většina občanů tuto snahu pochopí a že nebude nutno přistupovat k sankcím.

Závěrem přeji všem příjemné prožití léta, dovolených, a dětem hezké prázdniny.

Pavel Holub, starosta obce

Společenská kronika

Blahopřejeme k životnímu jubileu:

Boženě Pirkové	88 let	nar. 22. 6. 1919
Zdence Blažkové	87 let	nar. 22. 6. 1920
Vlastě Hrubšové	84 let	nar. 9. 6. 1923
Františku Tomešovi	80 let	nar. 5. 4. 1927
Josefu Podolskému	80 let	nar. 10. 4. 1927
Ireně Poláčkové	78 let	nar. 19. 4. 1929
Josefu Vašatovi	77 let	nar. 22. 5. 1930
Jiřímu Kobrčovi	77 let	nar. 31. 5. 1930
Josefu Drašnarovi	76 let	nar. 14. 4. 1931
Miroslavu Cablkovi	76 let	nar. 24. 4. 1931
Věře Markové	76 let	nar. 11. 5. 1931
Františku Šedivému	73 let	nar. 7. 5. 1934
Josefu Kohoutkovi	72 let	nar. 18. 4. 1935
Oldřichu Markovi	70 let	nar. 15. 5. 1937
Jaroslavu Matějekovi	68 let	nar. 9. 4. 1939
Pavlu Karlíkovi	67 let	nar. 2. 6. 1940
Miroslavu Mazurovi	66 let	nar. 5. 4. 1941
Marii Matouškové	66 let	nar. 27. 5. 1941
Bedřichu Bartošovi	66 let	nar. 18. 6. 1941
Slávě Kopcekové	65 let	nar. 13. 4. 1942
Heleně Holubové	64 let	nar. 7. 6. 1943
Karlu Uhnávěmu	64 let	nar. 12. 6. 1943
Vladimíru Macháňovi	63 let	nar. 29. 5. 1944
Květoslavě Bartošové	63 let	nar. 10. 6. 1944
Haně Poláškové	62 let	nar. 24. 5. 1945
Josefu Uhlířovi	62 let	nar. 6. 6. 1945
Pavlu Šimerdovi	62 let	nar. 25. 6. 1945
Marii Izákové	61 let	nar. 27. 5. 1946
Jindřichu Plašilovi	61 let	nar. 9. 6. 1946
Marii Vilímkové	61 let	nar. 20. 6. 1946
Marii Ilrubešové	61 let	nar. 29. 6. 1946
Zdeňku Šimonovi	60 let	nar. 30. 4. 1947
Marii Hlavové	60 let	nar. 8. 5. 1947
Františku Rázkovi	55 let	nar. 2. 6. 1952
Zdeňku Guldánovi	55 let	nar. 22. 6. 1952

Vítáme nové občánky:

Justýna Čechová	1. 4. 2007	Rychnov nad Kněžnou
Viktor Špryňar	16. 4. 2007	Pardubice
Karolína Kozlová	28. 4. 2007	Hradec Králové
Tomáš Kapucján	3. 5. 2007	Praha

Řekli si ANO:

Tomáš Seidl a Iva Rázková
Radoslav Markotán a Andrea Sováková

30. 3. 2007 v Opočně
23. 6. 2007 v Týništi n. Orli.



Rozloučili jsme se:

Božena Bartošová
Zdenka Bártová
Miloš Vácha

nar. 28. 3. 1929
nar. 6. 6. 1927
nar. 15. 2. 1935

zemřela 4. 4. 2007 ve věku 78 let
zemřela 27. 4. 2007 ve věku 79 let
zemřel 5. 6. 2007 ve věku 72 let

Vzpomínka



Dne 16. 5. by oslavila své 75. narozeniny naše maminka, babička a prababička **paní Libuše Kalendová**.
Zároveň 15. 6. vzpomeneme 18 let od jejího úmrtí.
Kdo jste ji znali, věnujte ji tichou vzpomínku.
Stále vzpomínají

decery s rodinami.

Vítání občáňů

První červnovou neděli se na obecním úřadě ve společenské místnosti uskutečnilo již druhé letošní vítání občáňů. Do svazku obce byli při slavnostním aktu přijati naši nejmenší občánkové Jakub Hladík, Tomáš Lingr a jediná holčička Justýna Čechová. Děti z MŠ a ZŠ pod vedením paní ředitelky ZŠ Jitky Jéglové přednesly pásmo básniček a zazpívaly i zatančily. Po zápisu do kroniky SPOZ byly předány drobné dárky rodičům všech nové přivítaných dětí. Přáním, aby se dětem i jejich rodičům v životě dařilo a v naší obci dobře žilo, zakončil svůj projev starosta obce p. Pavel Holub.

A. Kapucianová, SPOZ.





Zprávy od vody

Rybářské revíry v našem kraji

ORLICE DIVOKÁ 1 - MO Lipa n. Orl. - 9 km, 19 ha

Od soutoku Tiché a Divoké Orlice až k hraničním tabulím v blízkosti Častolovických Horek ležících 800 m po pravém břehu nad ústím Zlatého potoka. Do revíru patří nádrž Hodčín - 4,4 ha. Přítoky jsou chovné - sportovní rybolov zakázán.

ORLICE DIVOKÁ 2 - MO Kostelec n. Orl. - 11 km, 16 ha

Od hraničních tabulí v blízkosti Častolovických Horek, ležících 800 m na pravém břehu nad ústím Zlatého potoka, až k jezu v Doudlebach. K revíru patří náhon bývalé elektrárny v Doudlebach. Řeka Bělá do revíru nepatří. K revíru dále patří náhon k elektrárně v Kostece n. Orl. Pásmo mělčin pod splavem v Doudlebach v délce 250 m je chráněnou rybí oblastí - sportovní rybolov zakázán.

ORLICE 3 - MO Týniště n. O. Od mostu ve Štěnkově až k soutoku Tiché a Divoké Orlice. V úseku od mlýna v Týništi k silničnímu mostu na Opočno je na úseku náhonu Bělá - Dědina rybolov zakázán. Je označeno tabulí.

Rybářská sezona lovu dravců začala

Rychnovsko/ Rybáři v celém regionu měli v sobotu svátek - začala jim dlouho očekávaná sezona lovu dravých ryb na mimopstruhových vodách. S úderem sobotní čtvrté hodiny ranní nahodili své nástrahy na vytouženou štika, candáta, bolena či sumce. Lov dravých ryb je povolen až do 31. prosince, pak se vody s dravci opět na půl roku uzavírou.

(jež)

převzato z Deníku Rychnovska 16. 6. 2007



Vladislav Bělka

Co nového ve školce...

*...Modrý zvonku, cítilink zvonku zacínkej,
máma přijde cítilink zvonku, je mi hej.
Luční kvítí krásně voní, je ho plná louka...*

Ano, luční kvítí krásně voní, naučili jsme se ho poznávat - zvonky, kopretiny, vlčí mák a další. Aranžovali jsme kvítí do váziček, malovali, učili jsme se o něm písničky a básničky, které jsme přednesli maminkám k jejich svátku. Také jsme jim přidali k puse vlastnoručně vyrobenou kytičku. Oslava Dne matek se konala v pátek 18. 5. formou zábavného odpoledne. Jeli jsme s rodiči na kolech, plnili úkoly, cvičili postřeh hledáním obrázků. Na zahradě MŠ byl start a cíl, po vyhodnocení úkolů jsme dostali čokoládovou medaili a hledali poklad. To bylo slávy, když se našel - poklad plný dobrot! Potom jsme opekli uzeninu a hráli si na zahradě.

Po svátku maminek se blížil svátek nás - dětí. Letos byl pro nás dárkem ke Dni dětí výlet autobusem do ZO Dvůr Králové nad Labem. Dopravu autobusem zaplatila jako dárek k MDD Tělocvičná jednota Sokol Lípa n. O. Mladší děti jely s doprovodem rodičů. Starší děti MŠ a děti ZŠ se zúčastnily programu s lektorem - Kontaktní zvířata - děti si pohladily hada, ještěřku, želvy, myšky, morče, fretku, dostaly pracovní list. Celý výlet se nám moc líbil, viděli jsme hodně zvířátek, pohoupali jsme se a prolézali průlezy do ohrady ke kozičkám, které jsme mohli i krmit. Ve středu jsme se fotografovali na zahradě MŠ - společně, jednotlivě i s kamarády. Fotografie jsou moc pěkné a rodiče z nás mají určitě radost!

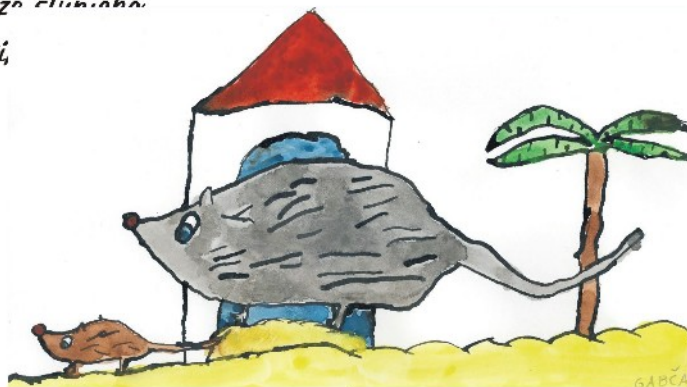
Ke dni dětí jsme dostali dárek i od pana Špryňara. Navštívili jsme kino v Týništi n. O. - pohádku FIMFÁRUM II.

Co nás ještě čeká v červnu? Červen je červený po ovoci - mlsáme třešně, jahůdky, kreslíme, lepíme, zpíváme o nich. Hrajeme si s vodou, bylinkami, zaléváme květiny a bylinkovou zahrádku. Také jsme jeli na výlet do Týniště n. O. - na taneční vystoupení "Letní colorshow", pojedeme za letní přírodou do Kostelce n. Orli. Rozloučíme se s předškoláky a pak hurá léto, prázdniny...

Předškoláci, kteří letos končí docházku do MŠ: Vojtěch Šreibr, Lukáš Hromek, Anna Mazurová, Tomáš Urbánek, Matěj Janáček.

Za MŠ
Věra Blažková

*Léto? To jsou jahody,
skotačení u vody,
na obloze sluníčka
líbí se ti,*



... a ve škole

Když je léto, je louka plná květů, motýlů a dalších zvířátek, ale hlavně je konec školního roku a budou PRÁZDNINY !!!

Společně se školkou se děti ze základní školy zúčastnily už zmíněných oslav a školních akcí. Žáci ZŠ ještě navštívili hvězdárnu v Hradci Králové a prošli se naučnou stezkou. Na úplný závěr školního roku si děti odnesou vysvědčení, pochvaly a odměny za celoroční snahu a aktivní školní práci.

Do ZŠ Týniště nad Orlicí nám letos nikdo neodechází, protože jsme neměli 3. ročník.

Výhled na příští školní rok - opět bude v ZŠ Lípa nad Orlicí 1. ročník, 2. ročník a 3. ročník a bude více žáků.

Výuka bude probíhat podle nového školního vzdělávacího programu, ve 3. ročníku se bude vyučovat povinně anglickému jazyku - 3 hodiny týdně. Angličtinu bude učit paní učitelka Jana Hromková.

O ostatních podrobnostech a změnách v novém školním roce se dozvíte v příštím zpravodaji.

Ještě se zmíním o návštěvě České školní inspekce z Hradce Králové, která proběhla v ZŠ v měsíci květnu. Přikládám seznam dokumentace a směrnic, které inspekce kontrolovala.

1. Fyzická listina příspěvkové organizace Základní škola, Lípa nad Orlicí, okres Rychnov nad Kněžnou ze dne 20. 11. 2002, vydaná na základě usnesení zastupitelstva obce Lípa nad Orlicí s účinností od 1. 1. 2003
2. Rozhodnutí MŠMT, čj. 3327/2006-21, o zápisu změn v údajích vedených v rejstříku škol a školských zařízení základní školy, jejíž činnost vykonává právnická osoba Základní škola, Lípa nad Orlicí, okres Rychnov nad Kněžnou, ze dne 17. 2. 2006 s účinností od 1. 3. 2006
3. Rozhodnutí Krajského úřadu Královéhradeckého kraje, Wonkova 1142, 500 02 Hradec Králové čj. 5194/SM/2006-3, o zápisu změn v údajích vedených v rejstříku škol a školských zařízení, jejíž činnost vykonává právnická osoba Základní škola Lípa nad Orlicí, okres Rychnov nad Kněžnou ze dne 20. 2. 2006 s účinností od 1. 3. 2006
4. Jmenování do funkce ředitelky příspěvkové organizace - Základní škola, Lípa nad Orlicí, okres Rychnov nad Kněžnou ze dne 13. 12. 2002 s účinností od 1. 1. 2003
5. Koncepce Základní školy Lípa nad Orlicí
6. Výpis z rejstříku škol a školských zařízení ze dne 3. 5. 2007
7. Výkaz o základní škole S 3-01 podle stavu k 30. 9. 2006 ze dne 9. 10. 2006
8. Výkaz o mateřské škole S 1-01 podle stavu k 30. 9. 2006 ze dne 9. 10. 2006
9. Výkaz o ředitelství škol R 13-01 podle stavu k 30. 9. 2006 ze dne 9. 10. 2006
10. Výkaz o školní družině - školním klubu Z 2-01 podle stavu k 31. 10. 2006 ze dne 13. 11. 2006
11. Výkaz o činnosti zařízení školního stravování k 31. 10. 2006 ze dne 13. 11. 2006
12. Evidenční listy pro děti v mateřské škole
13. Seznam dětí mateřské školy na školní rok 2006/2007
14. Třídní výkaz a třídní kniha - záznamy pro školní rok 2006/2007
15. Zápisní listky do školní družiny pro školní rok 2006/2007
16. Přehled výchovně vzdělávací práce - školní družina - školní klub - školní rok 2006/2007
17. Seznam stravovaných dětí a žáků ve školním roce 2006/2007
18. Vzdělávací program Základní škola, schválený MŠMT ČR dne 30. 4. 1996 pod čj. 16 847/96-2 s platností od 1. 9. 1996, včetně úprav a doplňků, schválených MŠMT ČR dne 25. 8. 1998 pod čj. 25 018/98-22 s platností od 1. 9. 1998
19. Rozvrh hodin platný ve školním roce 2006/2007
20. Školní řád s účinností od 1. 9. 2006

21. Výroční zpráva o činnosti základní školy a mateřské školy za školní rok 2005/2006
22. Organizační řád školy s účinností od 1. 9. 2006
23. Záznamy z jednání pedagogické rady, vedené ve školním roce 2005/2006 a 2006/2007
24. Plán kontrolní a hospitační činnosti na školní rok 2006/2007
25. Záznamové archy hospitační činnosti
26. ICT plán školy pro rok 2006/2007
27. Stav výpočetní techniky v ZŠ Lípa nad Orlicí - školní rok 2004/2005
28. Seznam nainstalovaných programů - PC výukové programy - přehled
29. Doklady o dosaženém vzdělání vyučujících v oblasti ICT

Celkový závěr: Základní škola a Mateřská škola, Lípa nad Orlicí splňuje všechny podmínky vzdělávání, které jsou dané příslušným ustanovením školského zákona.

Celkově - bez připomínek a bez dalších doporučení.

Na závěr přeji dětem, rodičům a zaměstnancům ZŠ, MŠ a ŠJ pohodové prázdniny a klidnou dovolenou.

Jitka Jéglová,
ředitelka



Léto

Frant. Hrubín

*Nesem jahod plné hrny,
vyplašili jsme dvě srnky
a jednoho jelena,
třásla se mu kolena.*



*Učitelky: Věra Blažková
Soňa Janečková*

*Filip Janda, Veronika Lingrová,
Lukáš Hromek, Tomáš Urbánek,
Jakub Špryňar, Matěj Janáček,
Adéla Kašperanová, Anna
Mazurová, Vojtěch Bartoš,*

*Dominik Uhlíř, David Mareš,
Lukáš Lorenc, Petr Baše, Iveta
Dospěllová, Martin Čermák,
Kateřina Tichá, Kateřina
Hlavová,*

Vojtěch Šreibr

10



*Učitelky: Jitka Jégllová,
Soňa Janečková*

*Lukáš Koblása, Michal
Kapucián, Karel
Charvát, Gabriela
Vrátillová, Nikol
Hrabínová,*

*Leona Pamánková,
Daniel Tomas, Jakub
Dvořák, Veronika
Tichá, Dominik Rašek*

11



Zprávy z knihovny

Obecní knihovna v Lípě n. Orli s Městskou knihovnou v Týništi n. Orli připravila pro čtenáře na letní období soubor 100 knih různých žánrů a k tomu i několik ročníků časopisů - Naše krásná zahrada, Dům a zahrada, Hobby, pro milovnice ručních prací Anna a Sandra. Přijďte si vybrat, půjčovni dny jsou v úterý a středu od 16 do 18 hodin. Pro ty, kteří chtějí mít přehled, co nového je v knihovně, připojuji seznam nových knih.

HAROMAN: Nanebevzetí milenců; CHAMBERLAIN: Milenci a cizinci; FUCHISOVÁ: Když mě divadlo svléklo do...; Když muž miluje muže; GAITHER: Miluj mě a chraň; CARTLAND: Závod o lásku; Výbuch lásky; DEVERAUX: Ledové dvojče; KESSLER: Charkov: Pochod smrti; COURTHS: Liana; SPENCER: Hazard; GARWOOD: Královský dar; SPENCER: Když se začíná znovu; GARWOOD: Nevěsty Claybornů I, II, III; Vždy přijde jaro; Nepoddajná touha; CHADWICK: Děti světla; CHAMBERLAIN: Půlnoční zátoka; MARTINOVÁ: Až na dno. A zase zpátky; HERMANOVÁ: ...a co jsem ještě neřekla; MATUŠKA: Tisíc mil, těch tisíc mil...; SVOBODA: Minimum o rodokmenu; STEEL: Raně; CHAMBERLAIN: Ve stínu cypřišů; BILÁ: Možné je všechno; HEGEROVÁ: A láska klečí na hrachu; DEVÁTÁ: Koukám se okolo; Všechny mé domovy; BECNET: Rytíř z Růžového útesu; Paní z Růžového útesu; SEGAL: Doktoři; BECNET: Nevěsta z Růžového útesu; HRABAL: Hovory lidí; Obluhoval jsem anglického krále; Harlekýnovy miliony; Krasosmutnění; MYTROVÁ: Děti slavných; CASSELL: Obkládáme; WOODS: Princ z Beverly Hills; WISHART: Seianus; UHLER: Žádná trať pro černé pasažéry; SEGAL: Promarněná šance; SHILLDON: Pokud přijde zítřek; Hvězdy svítí z výšky; SEGAL: Gentlemani z Harvardu; Osudová láska: Román; SHILLDON: Dokonalé plány; SEGAL: Vira a láska: Román; DITRYCH: S pozdravem Síla, zdar Gusta; BEZOUŠKA: Jak jsem proskotačil život; HUTAŘOVÁ: Slávka Budínová; UHER: Mrtví neberou telefon; ROSENTELL: Náhlá smrt; REINDELL: Pod svícem bývá tma; MARSII: Osudná vada; Mrtvá voda; PILCHER: Zimní slunovrat; VAŠÁK: Vaříme s Jiřím Wilem-Nepraktou; NOORDHUIS: Navrhování zahrad; SWIFT: Zahradní ploty a zdi; HERQUÉ: Faraonovy doutníky: Tintin; Ulomené ucho; GNONE: W.L.T.C.H.: Komiks 25 - 30; GOSCINNY: Asterix legionářem; KAMIL: Modrá pětka na stezce dobrodružství; JIGOUNOV: Aloha - Výměna; KINCL: Tarzanův návrat; McHOV: Výtvarné řešení malých zahrad; FOSTER: Jak zbavit tělo jedů; GARDNER: Mrtvola v roklí; Případ ženy za plotem; GARWOOD: Vrať mi můj sen; Čarovný princ; ŘEHAČKOVÁ: Zůstaň taková, jaká jsi; KÖRNEROVÁ: Andělská tvář; Magic School; ŠTÍPLOVÁ: Modrý přízrak; Poklad kapitána Kida; THIÉRY: Primářka; KUDÝNOVÁ: Zreadlo v koupelně; KUBŠOVÁ: Inženýrky v oběhu; NORTH: Pravidla lásky; ŠTÍPLOVÁ: Souboj vynálezců; GRAIBER: Jak vyhnat plže ze zahrady; ROBERTS: Klič odvahy; Klič vědění; Klič světla; KODÝM: Jaro a léto v kuchyni; CARTLAND: Zmatky v Berlíně; Nebe v Hongkongu; IBBOTSON: Nevěsta pro čaroděje; PRESS: Tajemná zpráva; OSBORNE: Výprava do doby ledové; Výprava do země samurajů; BLYTON: Tajemný hrad; BRANDEJSOVÁ: Zázraky osudu; CORNWELL: Nakažlivá smrt; DRIVER: Hlavolam; Příručka genealogie.

Příjemné léto a pěkné počení přeje knihovník

Miloš Zemánek.

Upozornění

Pravidelné cvičení pro ženy pokračuje i v letních měsících,

pouze

18. 7. se nekoná.

Český Červený kříž

Významná jubilea členů ČČK

22. 6. 2007

Pírková Božena

88 let

Do dalších let ji přejeme hodně zdraví.

V měsíci srpnu bude proveden
*sběr starých hadrů
a veškerého ošacení.*
Datum ještě upřesníme.

Selen prodlužuje mládí

Naše mysl touží po jaru a sluníčku, ale tělo po vitamínech, neboť na nich závisí naše dobrá nálada, správný rytmus srdce, krásné vlasy či hladká pokožka, celkové zdraví.

Vápník - stavitel

Na vápníku závisí zdraví našich zubů, kostí, správný rytmus. Nedostatek tohoto prvku se projevuje zvýšeným krevním tlakem, poruchami srdce a cévního systému. Vstřebávání vápníku ulehčují vitamíny A, C, D. Správný příjem vápníku narušují dusičnany a dusitany, které se nacházejí především v uzeninách. Proto by starší lidé měli jíst raději telecí či drůbeží maso než salámy a klobásy.

Magnézium uklidňuje

Magnézium (hořčík) je pro organismus skutečným dobrodínem. Uklidňuje nervový systém, působí preventivně proti vzniku nádorů, proti infarktu, skleróze. Když však konzumujeme příliš tuku, konzerv, cukru, okrádáme svůj organismus o tento prvek. Jaké jsou projevy nedostatku magnézia? Především vypadávání vlasů, závratě, trhání očním víčkem, trnutí končetin, rychlá únava, snížená koncentrace, srdeční arytmie a nezájem o sex. Nutno vědět, že ženy v období menopauzy trpí zhoršeným vstřebáváním vápníku a magnézia. Proto se doporučuje jíst mimo ovoce a zeleniny hodně sóji, ořechů, celozrnného pečivo a užívat preparáty s magnéziem.

Zinek povzbuzuje hormony

Zinek má výrazný vliv na stav našich vlasů, je důležitý pro látkovou výměnu, normální růst a rozvoj. V současnosti lidstvo trpí spíše nedostatkem než přebytkem tohoto prvku, protože

konzumuje velké množství bílkovin, které ovlivňují množství zinku v organismu. Zinek potřebují i starší muži, neboť jeho nedostatek vede k problémům s prostatou. Nedostatek zinku způsobuje vypadávání vlasů, vyrážky a bílé skvrny na nehtech. Zinek se nachází v rybách, vajíčkách, celozrnném pečivu, ale i v kvasnicích, cibuli, česneku, kakau, neloupané rýži, ořešcích, hovězí pečení a nejvíce v pšeničných klíčcích a otrubách.

Selen prodlužuje mládí

Největším nepřítelem selenu jsou uhlohydráty: sladké moučníky, slazené vložky a všechno, co obsahuje cukr. Organismus ho nemůže spolu s cukrem přijmout. Nedostatek selenu se projevuje snížením imunity a zvýšenou náchylností k infekcím. Selen pomáhá našemu organismu udržet si elasticitu tkání a zabraňuje lupům. Jeho nedostatek může vést k problémům se štítnou žlázou a dokonce i nádorovému bujení. Bohatým zdrojem selenu jsou produkty moří a oceánů, ale najdeme ho i v obyčejných kvasnicích, vaječném žloutku, pšeničných klíčcích, kukuřici, rajčatech a celozrnné mouce

Krevní skupiny a zdraví

Rozlišujeme v podstatě čtyři krevní skupiny: A, B, AB a 0 (nula). Nejrozšířenější je áčko, po něm následuje 0. Krevní skupiny se po celý život nemění a jsou geneticky podmíněny. Podle nejnovějších výzkumů tento faktor do jisté míry ovlivňuje lidský osud a podstatně na něm závisí zdraví. U mnoha nemocí prý nelze vůbec pochybovat o převaze krevních skupin nad jinými ovlivňujícími faktory. Nositelé skupiny A častěji trpí takzvanými civilizačními nemocemi: infarkty myokardu, revmatismem, ledvinovými a žlučovými kameny, cukrovkou, rakovinou dělohy, prsu, žaludku a střev. U osob se skupinou nula se oproti jiným skupinám častěji objevují žaludeční vředy, vředy na dvanácterníku a melanom cutis, druh rakoviny kůže. Lidé s touto krevní skupinou jsou tedy méně než jiní vystaveni nemocem, a proto se většinou dožívají vysokého věku. Lidé se skupinou B jsou kdesi uprostřed mezi A a 0, o skupině AB se odborníci téměř nezmiňují, neboť její vzácný výskyt znemožňuje širší průzkum. Nikdo však doposud uspokojivě nevysvětlil, proč vlastně jsou lidé s "nulou" zdravější a žijí déle. Jejich lepší fyzická kondice prý pramení z toho, že jsou odolnější psychicky. Při výzkumu mezi dárci krve na klinikách edanginské univerzity bylo zjištěno, že u reprezentantů skupiny 0 se pouze vzácně vyskytují neurózy, tedy psychické obtíže, které mohou vyvolat jiné vážné onemocnění.

Bylinky na vlasy

Fenyklový nálev. Je jako prostředek na vlasy málo známý. Přitom se výborně hodí pro mytí mastných vlasů a působí příznivě na prokrvení vlasové pokožky.

Kopřivová kúra. Kopřivový nálev připravíme zalitím 100 g čerstvých pokrájených listů půl litrem vroucí vody. Po vychladnutí scedíme a přidáme asi decilitr 4% octa. Vlasy jím proplachujeme každý večer po dobu asi dvou týdnů. Po této kúře se jejich kvalita viditelně zlepši, zůstanou lesklé a pružné. Po měsíčním "odpočinku" můžeme celý proces opakovat.

Nálev z prvosienky jarní. Připravíme spařením 100 g prvosienky litrem vroucí vody. Vlasy po něm voní anýzem a jejich lesk se výrazně zlepšuje.

Nálev z listů olše. 50 g listů spaříme 1/2 litrem vroucí vody. Takto získaný odvar je dobrým lékem proti zvýšenému vylučování mazu. Koupel však aplikujeme maximálně dvakrát týdně.

Babiččiny pečící triky

Alkohol

V těstu působí jako kypřicí prostředek. Jestliže jej nahradíme jinou tekutinou, musíme do těsta přidat ještě kypřicí prášek nebo droždí.

Cukr

Tak dlouho cukr třeme s tukem nebo žloutky, až je zcela rozpuštěný. Teprve pak bude těsto správně kypřé.

Dortový korpus

Korpus je nejlépe upéci den předem. Dá se lépe proříznout na více vrstev.

Kynuté těsto

Nejlépe se podaří, když mají všechny přísady pokojovou teplotu. Tekuté přísady jako mléko, vodu nebo máslo přidáváme pouze vlažné, ne horké, jinak těsto nevzejde. Jestliže používáme vejce, včas je vyndáme z chladničky.

Lístové těsto

Bude obzvlášť jemné, když při jeho válení dáme několik máslových vloček mezi rozmražené těsto.

Ovoce koláč

Pečeme nejlépe v kulaté formě, aby šťáva nevytékala do trouby.

Papír na pečení

Nebude se na plechu krčít, když rohy "přilepíme" trochou másla.

Pečící formy

Pokládáme v troubě na rošt, poněvadž na plechu by se koláč připálil.

Šlehačka

Bude obzvlášť pevná, když se ušlehá se syrovým bílkem.

Třené těsto

Získá krásnou žlutou barvu a báječnou vůni, pokud se do něj vmíchají dva až tři polévkové lžíce vaječného likéru.

Vyválení

Ulehčí se, když se na váleček nanese trochu oleje nebo se těsto dá mezi dvě fólie a vyválí.

Zkouška upečeného těsta

Potřebujeme k tomu dlouhou dřevěnou špejli. Vpícháme do těsta na nejsilnější vrstvě, opatrně otáčíme a vytáhneme. Jestliže na ní jsou drobky, je těsto upečené.

Z časopisu Spirit č. 20 a 22 vybírala Zdena Vídeňská



PEDIKÚRA - MANIKÚRA

DOCHÁZKA ZA KLIENTEM

ŽANNA SOVÁKOVÁ



LÍPA N. ORL. 28

TEL. 775 398 775



ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ
ÚŘAD OBLASTNÍHO SPOLKU ČČK HRADEC KRÁLOVÉ
500 03 HRADEC KRÁLOVÉ, MOSTECKÁ 290, tel. 495 516 127

Rekondice pro seniory - podzim

Pro velký zájem jsme pro Vás opět připravili rekondiční pobyty určené seniorům s chronickým onemocněním pohybového aparátu. Nabídku jsme ještě rozšířili!

Hotel MAS***

Termín: 7. - 14. 10. 2007

Cena: 2 950,- Kč (dotovaná cena)

Sport-V-Hotel****

Termín: 22. - 29. 9. 2007

Cena: 3 300,- Kč (dotovaná cena)

Obě akce nabízejí komfortní ubytování, kvalitní stravování, rekondiční a rehabilitační procedury, zajištěny jsou masáže, cvičení v bazénu a animační program. Rekondice pro seniory nabízejí především aktivní odpočinek a zlepšení zdravotního stavu. Naším společným cílem je aktivní a plnohodnotný život i ve vyšším věku.

Hotel MAS*** je už našim tradičním cílem. Nachází se v klidném prostředí v Sezimově Ústí, nedaleko jihočeského Tábora. Nabízí široké spektrum aktivit i relaxace. Bližší informace naleznete v letáku. V případě zájmu si vytiskněte přihlášku a vyplněnou ji doručte na adresu Oblastního spolku ČČK Hradec Králové.



Sport-V-Hotel**** je další nabídkou kvalitní rekondice. Leží na Vysočině v městě Hrotovice. Místo má svou zajímavou minulost sahající až do mladší doby kamenné (nedaleko se nachází archeologické naleziště zaniklé osady Mstěnice) i živou současnost. Výhodná poloha nabízí jedinečné možnosti výletů za historií, kulturou, památkami i technickými zajímavostmi. Jmenujme dalešícký pivovar, kde se natáčel film Postřižiny, naučnou stezku básníka Vítězslava Nezvala, národní přírodní památku Mohelenská hadcová step, nezapomenutelný barokní zámek s francouzskou zahradou a anglickým parkem Jaroměřice nad Rokytou či samotná historická města Třebíč a Náměšť nad Oslavou. Hotel pak nabízí řadu rekondičních aktivit i možnost odpočinku. Blížší informace naleznete v letáku. Pokud Vás nabídka zaujala, vytiskněte si přihlášku a vyplněnou ji doručte na adresu Oblastního spolku ČČK Hradec Králové.



POZOR! Závažnou přihlášku je nutné doručit nejpozději 14 dní po ústní rezervaci. Platba nejpozději do 6. 8. 2007 (bankovním převodem, složenkou nebo osobně v hotovosti), možno i zálohově.

**Veškeré informace na www.cckhk.org, hradeckralove@cervenykriz.eu,
495 516 127
nebo osobně na Oblastním spolku ČČK Hradec Králové, Mostecká 290
(nedaleko Adalbertina, nad potravinami Erko)**

Nové domky na Dlouhé Louce...





... a v Lípě



Foto: Vladislav Bělka

Fotbal - to je hra

Rozlosování okresního přeboru 2. třídy jaro 2007

31. 3.	so	16.00	Lípa n. Orl. A : Domašín	(0:1)	3:1
7. 4.	so	16.30	Lípa n. Orl. A : Zdelov	(0:3)	1:1
14. 4.	so	16.30	Dobruška A : Lípa n. Orl. A	(3:1)	4:1
21. 4.	so	17.00	Lípa n. Orl. A : Žďár n. Orl.	(1:2)	1:0
28. 4.	so	17.00	Přepychy B : Lípa n. Orl. A	(4:6)	2:3
5. 5.	so	17.00	Lípa n. Orl. A : Rychnov n. Kn. B	(0:1)	3:0
12. 5.	so	17.00	Solnice A : Lípa n. Orl. A	(0:2)	1:1
19. 5.	so	17.00	Lípa n. Orl. A : Vodčrady A	(0:3)	4:0
27. 5.	ne	17.00	Dobré A : Lípa n. Orl. A	(0:2)	3:3
2. 6.	so	17.00	Lípa n. Orl. A : Petrovice	(2:2)	4:2
9. 6.	so	17.00	Lípa n. Orl. A : Albrechtice	(2:1)	1:2
17. 6.	ne	17.00	Borohrádek : Lípa n. Orl. A	(0:0)	2:1

Konečná tabulka:

1. Dobruška	20	5	1	90:22	65
2. Borohrádek	17	5	4	61:27	56
3. Zdelov	14	6	6	42:27	48
4. Žďár n. O.	13	4	9	36:34	43
5. Rychnov B	11	4	11	41:46	37
6. Petrovice	10	6	10	44:41	36
7. Lípa n. O.	10	5	11	44:44	35
8. Solnice	9	7	10	33:35	34
9. Albrechtice	10	4	12	42:47	34
10. Vodčrady	8	5	13	38:53	29
11. Dobré A	8	4	14	38:58	25
12. Přepychy B	7	3	16	43:72	24
13. Černíkovice B	7	2	17	32:59	23
14. Domašín	7	2	17	32:51	23

trénér: Zemánek Jan

vedoucí: Beran Libor

bilance: na jaře se vystřídal celkem 18 hráčů

střelci branek jaro 2007:	Kolář	10
	Horák M.	6
	Prošvic	4
	Marck	2
	Pamánek T.	1
	Burda	1
	Rektor Z.	1
	Hájek	1



jaro	celkem zápasů	12	6	3	3	21	26:18
podzim		14	4	2	8	14	18:26
celkem		26	10	5	11	35	44:44

Rozlosování okresního přeboru 4. třídy jaro 2007

31. 3.	so	16.00	Křovice : Lípa n. Orl. B	(4:3)	4:0
7. 4.	so	16.30	Dobré B : Lípa n. Orl. B	(1:4)	2:0
15. 4.	ne	10.00	Lípa n. Orl. B : Kostelecká Lhota B	(1:2)	1:0
21. 4.	so	17.00	V O L N O		
29. 4.	ne	10.00	Lípa n. Orl. B : Olešnice	(4:0)	5:1
5. 5.	so	14.15	Un. Rokytnice : Lípa n. Orl. B	(1:3)Slatina	1:5
13. 5.	ne	10.00	Lípa n. Orl. B : Skuhrov	(1:5)	5:1
19. 5.	so	17.00	Javornice B : Lípa n. Orl. B	(1:3)	5:2
26. 5.	so	17.00	Lípa n. Orl. B : Dobruška C	(0:6)	2:2
2. 6.	so	17.00	Lukavice : Lípa n. Orl. B	(4:0)	12:1
10. 6.	ne	14.30	Opočno B : Lípa n. Orl. B	(4:3)	3:0
16. 6.	so	17.00	Lípa n. Orl. B : Vamberk B	(0:8)	2:5

Konečná tabulka:

1. Dobruška C	16	4	4	92:34	52
2. Lukavice	16	1	7	70:35	49
3. Opočno B	15	3	6	55:26	48
4. Javornice B	13	3	8	51:38	42
5. Vamberk B	13	3	8	66: 52	42
6. Vodčery B	11	4	9	59:59	37
7. Křovice	9	6	9	54:49	33
8. Skuhrov	9	3	12	47:50	30
9. Lípa B	9	11	4	55:85	28
10. Olešnice	7	6	11	48:58	27
11. Dobré B	7	4	13	31:62	25
12. U. Rokytnice	5	2	17	43:91	17
13. Kost. Lhota B	5	2	17	31:63	17

trenér: Pamánek Martin

vedoucí: Staněk Martin

bilance: na jaře se vystřídal celkem 22 hráčů

střelci branek jaro 2007:	Doležal	9
	Martínek	5
	Čech	2
	Vlček	1
	Schejbal	1
	Uhnový	1
	Škoda	1
	Kopecký	1
	Kříž	1
	Horák J.	1

jaro	celkem zápasů	11	4	1	6	13	23:36
podzim		13	5	0	8	15	32:49
celkem		24	9	1	14	28	55:85

Myslivost na pohlednicích

Pohlednice s říkadly a písničkami o myslivecích

Myslivci byli a jsou většinou tvorové společenští. Dokáží poutavě vyprávět o lese, lesní i polní zvěři, dokáží se bavit naplno, umí i dobře zpívat, často i tančit. Není proto divu, že ženy měly pro myslivce vždy slabost, stejně jako pro vojáky a muzikanty. Svou roli tu sehrála i záliba mnohých žen v uniformách. Mimochodem, ze vzpomínek z minulosti, z jedné vesnice Středočeského kraje, kam jsem jezdil svého času za prarodiči, vím, že když se místním revírnikem stal starší myslivec a navíc se do myslivny přistěhoval s manželkou a dětmi, půl vesnice si oddechlo, neboť se dalo předpokládat, že nebude nadbíhat jejich ženám, které často pracovaly na polích samy, a to i poblíž lesa.

Myslivecká profese byla a je také považována za tzv. lepší povolání. O tom všem přímo či nepřímo vypovídají lidové písně a říkadla. A ty svého času vycházely nejen knižně, ale i na pohlednicích a kupletech. Převážně s kresbami českých malířů a grafiků - například Mikoláše Alše, J. T. Blažka, Josefa Lady.

Z nich je třeba se zmínit o Mikoláši Alšovi. Jedna část jeho tvorby je totiž zaměřena obecně na kresbu k lidovým písničkám a říkadlům. Svého času byla soustředěna a vydána v objemném svazku "Špalíček" (Praha, 1939). A některé z vybraných kreseb možná již tehdy vyšly i na pohlednicích. Několik kreseb ve "Špalíčku" a na pohlednicích se právě dotýká myslivecké tematiky. Alšovy kresby s texty na pohlednicích, stejně jako celý "Špalíček", byly svého času značně oblíbené a určité vyšly v průběhu let v několika nákladech. Byly nejen posílány poštou, ale uschovávány a také i cílevědomě sbírány. Na filokartistických burzách se nevyskytují často - zájem o ně je minimální. Na aukcích se pak nevyskytují vůbec, protože zatím nejsou považovány za špičkový sběratelský materiál. Jedním z důvodů je i relativní mládí (známá vydání pocházejí z 1. Československé republiky a z doby po druhé světové válce). I přes menší výskyt a uvedené důvody se cena těchto pohlednic, včetně mysliveckých, pohybuje maximálně do deseti, patnácti korun - podle zachovalosti, při poštovním použití s neodlepenou či nenatřzenou známkou atd.

"Skákal pes přes
oves...", píseň z
Chrudimska.
Knihtisk dle kresby
Mikoláše Alše
(1894), v roce 1939
zařazena do Alšova
"Špalíčku". Tisk
Severografia
Děčín, vydal
Odeon Praha, asi
1988



V souvislosti s často zmiňovanými sběratelskými burzami, aukcemi a vůbec cenami pohlednic je třeba alespoň letno se zmínit o jedné nepříliš potěšitelné skutečnosti. Sběratelé pohlednic, stejně jako sběratelé obecně, dnes nemají své následovníky. Mládež se čím dál tím víc soustřeďuje na konzumní život a o sběratelskou činnost nejví zájem, stejně jako pomalu o nic, co zajímalo a čím žily starší a minulá generace. Proto třeba Alšův "Špalíček" seženete v antikvariátu i za 150 Kč, a to i bez dlouhého shánění, neboť zde leží na pultě několik měsíců a není o něj zájem. Myslivecké tematiky v textech svérázných písní a ilustrací k nim se dotkl i kabaretiér, "nakladatel veselosti" atd. Josef Šváb - Malostranský. Kromě pohlednic, ilustrovaných dopisních papírů aj. vydával i značné množství kupletů a jiných kabaretních výstupů, v nichž se tu a tam objevuje i myslivecké téma. Pod číslem 551 vyšel i kuplet "Pohřeb myslivce", k němuž text napsal Josef Šváb a hudbu složil Matěj Kalina. Šváb byl ryze lidovým básníkem a nenapravitelným humoristou s bohatou fantazií. Jak se dnes zdá, nezatěžoval se příliš formou a spisovnou češtinou a zřejmě psal dost lehce. Právě proto byly jeho kuplety, texty k písním a jeho kabaretní výstupy srozumitelné a oblíbené širokým spektrem středních a nižších vrstev pražského i venkovského lidu. Možná, že dnes působí Švábovy texty prostomyslně, někdy i "šroubovaně", ale je třeba je zařadit do doby, kdy vznikaly a působily na lidové masy. A navíc, v době Rakouska-Uherska a první světové války upřednostňovaly a někdy i rozvíjely češtinu v závěrečné fázi národního obrození.



*"Šly panenky silnicí...",
písníčka z Čáslavska.
Kresba Mikoláše Alše z
roku 1906. V roce 1939
zařazena do Alšova
"Špalíčku". Tisk
Severografia Děčín.
Pohlednici vydal Odeon
asi v druhé polovině
padesátých let.
Pravděpodobná jsou
opakovaná vydání v
dalších letech.*

Milan Degen
(z časopisu Myslivost 6/2007 vybral Václav Hromek)