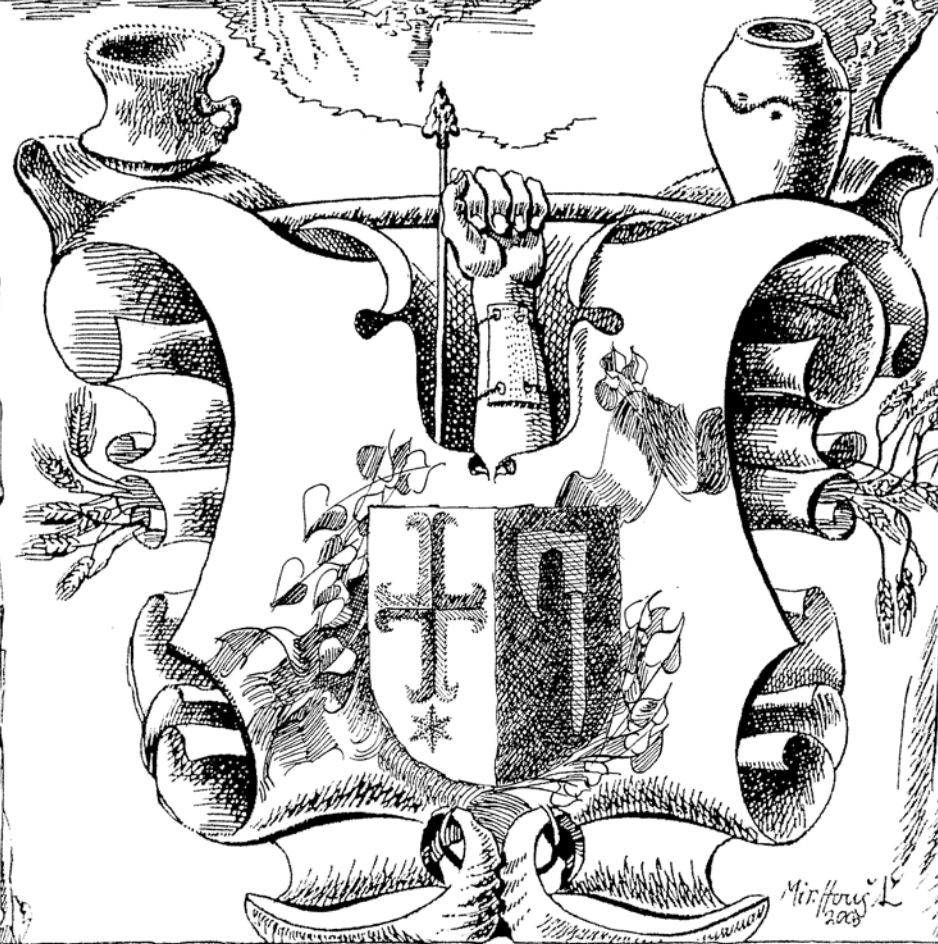


1
březen
1917

Právní noviny



Mirhorst
1908



UVNITŘ TOHOTO VYDÁNÍ NAJDETE:

INFORMACE OBECNÍHO ÚŘADU	2
SLOVO STAROSTY	2
SPOLEČENSKÁ RUBRIKA	2
INFORMACE MĚSTSKÉHO ÚŘADU	
KRALUPY NAD VLTAVOU	2
NAKLÁDÁNÍ S ODPADY	3
OBECNÍ ÚŘAD TURSKO A FCC REGIOS, A.S.	3
PŘIPRAVOVANÉ AKCE PRO ROK 2017	3
KULTURNÍ KOMISE	3
SPOLEČNÁ POZEZENÍ	3
KARNEVAL	4
Z ČINNOSTI OBECNÍ POLICIE	5
CO NOVÉHO VE ŠKOLCE	5
ZPRÁVY ZE ZŠ	7
RYBÁŘSKÝ SPOLEK STUDÁNKA	7
Z NAŠICH KRONIK	7
LÉČEBNÁ METODA ZEN SHIATSU	8
HODY, HODY... ANEB „JINÝ KRAJ, JINÝ MRAV“ ..	10

INFORMACE OBECNÍHO ÚŘADU

- Občané, kteří dosud nezaplátili poplatky za psa, popelnice, stočné a hroby, necht' tak učiní v úřední dny v kanceláři obecního úřadu nejpozději do konce března 2017.
- Obecní knihovna je otevřena pro veřejnost každou středu od 16. 00 hodin do 18.00 hodin.
- Každou první středu v měsíci probíhá od 12.00 hodin po dobu dvou minut akustická zkouška sirény.
- Od ledna letošního roku byla zahájena výměna Povolení pro obousměrný průjezd místní obslužnou komunikací v lokalitě V Zátíší.
- **Upozornění na pouliční osvětlení.** Pokud zjistíte, že někde nesvítí lampy pouličního osvětlení, prosíme o okamžité nahlášení na OÚ, abychom je mohli včas zprovoznit.

Turské noviny ■ Vydává obec Tursko ■ Vedoucí redakční rady: Jana Martínková ■ Za obsahovou správnost zodpovídají autoři příspěvků ■ Gramatická korektura: pí. Jana Martínková ■ Uzávěrka tohoto čísla: 1. 3. 2017
Uzávěrka příštího čísla: 1. 6. 2017 včetně ■ Náklad 350 ks
E-mail: starosta@tursko.cz, sekretarka@tursko.cz, dotazy@tursko.cz ■ Telefon: 315786023, Fax: 315786023
Adresa: obec Tursko, 252 65 Tursko, www.tursko.cz

SLOVO STAROSTY

Vážení spoluobčané, vážení čtenáři Turských novin, vzhledem k tomu, že Turské noviny vycházejí čtvrtletně, bývá pravidlem mého úvodu vítání dalšího ročního období. Nejinak je tomu i tentokrát. Blíží se, respektive již začíná, jaro. Období, na které se většina z nás obzvláště těší, a tak do něho vstupme naplnění elánem, co vše letos vytvoříme. Upouštím od informace, co vše tento rok připravujeme. Jednak jsem o tom psal již v prosincovém čísle a není vyloučeno, že ještě plán upravíme.

Přesto bych se rád zmínil o jedné aktivitě, kterou jsme již zahájili. Mnozí z Vás si již všimli, že renovujeme starou zastávku autobusu v ulici K Erzu, směr Libčice. Po dohodě se spol. Ropid a krajským úřadem vznikne nové autobusové spojení – linka č. 450 z Holubic přes Tursko do Libčic nad Vltavou – železniční stanice. Tato linka bude navazovat na vlaková spojení, zatím v ranní a odpolední špičce a je plně financována krajským úřadem. Předpokládané spuštění je II. čtvrtletí tohoto roku.

Domnívám se, že například pro cestující do centra Prahy, by měl být tento spoj zajímavý a v neposlední řadě by mohl odlehčit přetížené lince 316, u které je velmi složité a finančně náročné navyšovat počet dalších spojů.

Vážení čtenáři, přeji Vám krásné Velikonoce a pěkné prožití jarních měsíců.

Václav Vlk - starosta

SPOLEČENSKÁ RUBRIKA

BLAHOPŘEJEME
NAŠIM JUBILANTŮM

paní Leopoldině Arbterové, paní Evě Dvořákové, paní Margitě Jelínkové, paní Anně Kamenické a paní Jaroslavě Knížové, panu Karlovi Melkovi, panu Václavovi Karasovi a panu Zdeňkovi Zlámalovi **a přejeme mnoho štěstí a zdraví do dalších let.**

NOVÍ OBČÁNCI

Vítáme mezi námi

Norinku Holoubkovou
a
Viktorku Zlámalovou



a přejeme, aby se jim na tomto světě moc a moc líbilo.

VZPOMÍNÁME

V tomto období nás opustili

pan Ing. Martin Hák a pan Blažej Kúrka

Čest jejich památce

INFORMACE MĚSTSKÉHO ÚŘADU
KRALUPY NAD VLTAVOU

ZÁPIS DĚTÍ DO ZÁKLADNÍCH ŠKOL KRALUPY N. VLT.

Zápis dětí do základních škol v Kralupech nad Vltavou se uskuteční ve dnech **4. 4. 2017 a 5. 4. 2017, vždy od 14.00 do 17.00 hodin.**



NAKLÁDÁNÍ S ODPADY

- Ukládání bioodpadu a železa je umožněno zdarma v období **duben - listopad** do kontejnerů v prostorách čistírny odpadních vod, **a to každé pondělí v době od 16:00 do 18:00 hodin.**
- Ukládání olejů z domácností (nesmí být z vyjetých automobilů) v dodaných v PET lahvích – olej bude odebírán od **3. 4. 2017 každé pondělí od 16:00 do 18:00 hodin** v prostorách čistírny odpadních vod.
- Pro železný odpad menších **rozměrů** je přistaven **kontejner před obchodem p. Brejchy.**
- Na ukládání **bioodpadu** lze za úplaty **1 080,- Kč** za sezónu objednat již dříve osvědčený **14 denní svoz** v hnědých nádobách (objem 240l), ve stejném časovém rozmezí od dubna do listopadu, a to **každý sudý pátek. První svoz** se uskuteční **7. 4. 2017.**
- Kontejnery pro **nadměrný odpad** budou umístěny od **22. 4. 2017 do 24. 4. 2017** v ulicích : **Kodetova, Jiráskova, Neklanova** a sídliště **Interma** a **28. 4. 2017 do 1. 5. 2017** v ulicích **V Zátíší, Nad Studánkou, Ve Struhách,** před obchodem pana **Brejchy** a v **osadě Těšina.**
- Bude **navýšen počet košů na psí exkrementy,** čímž tímto žádáme všechny majitele čtyřnohých přátel, aby je využívali a brali ohledy na ostatní spoluobčany a čistotu v obci.

OBECNÍ ÚŘAD TURSKO A FCC REGIOS, A.S.

pořádají mobilní svoz nebezpečných složek komunálního odpadu pro obec Tursko

Datum: sobota 1. 4. 2017, od 7:45 hod do 9:15 hod.

Sběrna bude přistavena:

7:45–8:15 hod. u dětského hřiště (u kontejnerů na separaci)

8:20–8:50 hod. před obchodem p. Brejchy

8:55–9:15 hod. v osadě Těšina

Fyzické osoby mohou v tomto časovém rozmezí odevzdat **ZDARMA** tyto níže uvedené nebezpečné odpady:

- zářivky a výbojky
- autobaterie a monočlánky



- vyjeté oleje a použité olejové filtry, vč. obalů
- použité fritovací oleje
- barvy a laky, včetně obalů
- kyseliny, rozpouštědla, čističe a další domácí chemii
- nádoby od sprejů
- staré a nepotřebné léky
- lednice
- TV, PC

PŘIPRAVOVANÉ AKCE PRO ROK 2017

23. 3. 2017 – RNDr. VÁCLAV VĚTVIČKA – botanik, spisovatel

19. 4. 2017 – PhDr. IVO ŠMOLDAS – moderátor, básník, publicista

22. 4. 2017 – Vítání turských občánků

20. 5. 2017 – Výlet turských dětí do Mirákula

3. 6. 2017 – Mezinárodní den dětí

17. 6. 2017 – Turské hudební odpoledne

KULTURNÍ KOMISE

Komise se pravidelně schází, aby naplánovala akce, které proběhnou v naší obci. Tentokrát se plánovaly akce na první půlku letošního roku.

V březnu se uskutečnil tradiční karneval, který byl letos opět v režii skupiny KŘÍŽOBAND.

Na duben je naplánováno vítání občánků, které proběhne v zasedací místnosti OÚ.

V květnu se uskuteční, jako obvykle, výlet pro děti a rodiče. V červnu pak proběhne, jako každý rok, „Den dětí“ na místním fotbalovém hřišti.

Dále jsou naplánované besedy s různými osobnostmi. 26. ledna se uskutečnila beseda s archeologem Mgr. Davidem Daněčkem na téma „Turský poklad“. Tentokrát se konala beseda v budově základní školy. Účast byla velká. Povídání, které bylo proloženo videoprojekcí, bylo velmi zajímavé a moc se všem líbilo.

Další beseda, která proběhla, byla 23. února v Křížovnické baště. Byla to beseda s herečkou Jitkou Smutnou. Krásné a zajímavé vyprávění doplňovala písničkami, které si sama složila a také se doprovázela na kytaru.

Na březen a duben jsou opět naplánované další besedy, na které Vás srdečně zveme.

O jejich uskutečnění budete včas informováni.

Ivana Lánská

SPOLEČNÁ POSEZENÍ

Vážení spoluobčané, tak, jako v předchozích dvou letech, i letos pokračujeme v našich společných posezeních. Po loňských podzimních besedách z oblasti cestování a publicistiky, přišla v lednu na řadu opět historie.

V posledním čtvrtletí jsme uveřejnili informace o nálezu bronzového pokladu v lokalitě Těšina. Pro nás „Turáky“, samozřejmě událost velkého významu. Z tohoto důvodu jsme obrátili



na autora článku, který byl uveřejněn v předchozím čtvrtletníku, pana magistra Davida Daněčka, pracovníka roztockého muzea, aby nás blíže s tímto nálezem seznámil.

Beseda se tentokrát konala v prostorách základní školy. Velice nás potěšila velká účast, ale především to, že se jí zúčastnily i děti. V průběhu dvouhodinové přednášky, možná lépe říci úžasného vyprávění, jsme se ocitli v dobách dávno, dávno minulých a prožívali časy těch, kteří zde žili několik tisíc let před námi.

V úvodu jsme se dověděli mnoho poznatků z historického vývoje území naší republiky v souvislosti s již dříve prováděným výzkumem v naší obci a jejím nejbližším okolí.

Poté již došlo na nedávno objevený Turský poklad, neboli jak je odborně nazýván – depot. Seznámili jsme se s místem a časem nálezu, množstvím a váhou nalezených předmětů a s objasněním, k čemu byly pravděpodobně používány. Ale co hlavně, s průběhem a metodami výzkumu, včetně konzervace předmětů, aby zůstaly svědectvím naší historie generacím budoucím.

V závěru samozřejmě došlo na četné dotazy, tudíž se podvečer pěkně protáhl a nikomu se nechtělo domů. Výzkum našeho pokladu však bude probíhat ještě dva až tři roky, takže se někdy budeme moci opět seznámit s dalšími informacemi, které dnes ještě nejsou známy.



O měsíc později jsme se zaměřili na oblast umění a kultury a pozvali mezi nás osobnost energickou a extrovertní, herečku a zpěvačku Jitku Smutnou, členku městských divadel pražských. Osobní vzpomínky nás provedly zajímavými úseky jejího života od raného dětství po současnost. Narodila se v pražských Nuslích jako poslední ze čtyř dětí, samozřejmě po třech bratřech. Tato skutečnost vlastně zapříčinila to, že bratrská výchova ovlivnila její osobnostní vlastnosti. Jejím původním snem bylo, že bude po tatínkovi novinářkou, nebo slavnou malířkou, avšak kulturu měla díky svým bratrům ráda od malička, i když se prý k divadlu se dostala tak trochu omylem. Ve dvanácti letech navštěvovala literárně – dramatický kroužek, který vlastně výběr jejího povolání ovlivnil. Přečetla velké množství knih, bez kterých, jak sama říká, by nebyla dnes tam, kde je. Její herecká kariéra začala ve Východočeském pardubickém divadle. Později se přestěhovala a pokračovala v Ostravském divadle. V Ostravě založila i rodinu. Na počátku devadesátých let se vrátila zpět do Prahy a získala angažmá v Národním divadle. Zde působila dlouhých šestnáct let a za roli pokladní v divadelní hře „Černé mléko“ byla nominovaná na cenu Thálie. Dospěli jsme k poznání, že herectví je neodmyslitelnou součástí každé herecké osobnosti, především však ovlivňuje veškerý soukromý život, což však ale zároveň vede k jeho naplnění. Každá role je něčím výjimečná a zanechává stopy v prožitcích jejich protagonistů. Zajímavé vyprávění paní Smutná zpestřila kytarovou produkcí vlastních písní, které skutečně všechny zahřály u srdíčka. Nejen její texty, které reagovaly na aktuální dění ve společnosti i v soukromí, ale především styl lyrické poetické hudby, ji označují jako bytost citlivou, plnou porozumění,

ochotnou pomáhat. Dokladem toho byla pro nás zcela neznámá informace, že působí i v charitativní oblasti. Úzce spolupracuje se spolkem „Metoděj“, sdružující rodiče, pečující o děti se vzácnými poruchami a chorobami. Tato aktivita, jak sama prohlásila ji naplňuje a dodává energii pro její náročné povolání.

Domníváme se, že všichni byli spokojeni a do svých domovů si odnesli nejen příjemný zážitek, ale i atmosféru melodií jejich písní.

Jana Martínková

KARNEVAL



Z vánočního shonu jsme se pomalu přesunuli do období nejveselejšího a především nejbarvitějšího – období karnevalu. Na ten se těší nejen dospělí, ale především děti. Proto na druhou březnovou sobotu naplánovala kulturní komise dětský karneval.

Tak jako dříve, se opět uskutečnil v prostorách Křížovnické bašty. V minulém roce jsme provedli malou změnu a vše jsme ponechali v režii naší country kapely „Křížoband“, moderátorky Jany Jirákové a členů kulturní komise. Tehdy se program velice líbil, nadšené byly nejen děti, ale i rodiče. Tak proč tedy něco měnit. Proto jsme letos svou volbu zopakovali. Pro děti byl připravený program plný soutěží, které nenechaly ani chvilku pro odpočinek.

Tradičně se vždy uskutečnily dvě „plyšákové soutěže“ – o nejkrásnější masku a nejvytrvalejší tanečnici či tanečníka. I letos obě tyto soutěže sledovala odborná porota, aby mohla vybrat nejhezčí masky a nejlepší tanečnický. Karneval bez hudby a tance? Naprosto nemyslitelné. Té hudební části se úspěšně zhostili členové „Křížobandu“ pod vedením kapelníka a kytaristy v jedné osobě – Milana Jiráka, dále Pavel Král, Jirka Miller a Vláda Snop. Právě jejich písničky nenechaly nikoho sedět na židli, takže vyhodnotit taneční soutěž bylo fakt velmi obtížné. Rovněž i druhá soutěž byla pro porotu opravdovým oříškem. Jak vybrat tu nejkrásnější masku, když všechny byly opravdu úžasné.

Mimoto moderátorka Jana zpestřila program dalšími soutěžemi, u nichž rozhodně nikdo nemohl chybět. Program skutečně náročný, takže bylo nutné dodat trochu energie sladkostmi z kuchyně paní Saši.

Jedna soutěž za druhou a již se přiblížil dlouho očekávaný okamžik vyhlášení vítězů plyšákových soutěží. Chvilka napětí a očekávání, kdo byl opravdu „nej“, a kdo si odnese domů dalšího člena své plyšákové rodiny? Taneční soutěž skončila taktó: Anetka Papežová, Johanka Zápotocká, Rozárka Temniaková, Davídek Lefner a Nikolka Cibulková. V další soutěži získaly





ceny tyto masky: pavoučice, malá mini a zdravotní sestřička. Jak jsme již dříve uvedli, hezkých masek bylo skutečně mnoho, takže i některé další z nich si odnesly malou odměnu. Například: pirátka, klaun, Sněhurka, lesní žínka Evelínka, mušketyrka, dva neohrožení rytíři a malý judista.

Ještě pár písniček a období karnevalu je již opravdu za námi. Doufám, že vy, kteří jste se akce účastnili, jste byli spokojeni a já mohu touto cestou i za Vás poděkovat všem, kteří se na přípravách akce podíleli: úžasné moderátorce Janě, skvělé kapele „Křížoband“, členům kulturní komise a majitelům Křížovnické Bašty. Ti všichni se na Vás těší zase za rok.

Jana Martínková

Z ČINNOSTI OBCENÍ POLICIE

Vážený spoluobčané, začátek roku byl zkomplikován sněhovou nadílkou a mrazivým počasím, ale tak tomu v tomto ročním období již bývá. Počasí se samozřejmě podepsalo i na práci strážníků obecní policie. Strážníci ve větší míře vyjžděli k dopravním nehodám motorových vozidel. Musím podotknout, že ve většině případů se jednalo pouze o materiální škodu na vozidlech nebo jiných zařízeních. Strážníci se také zaměřili a stále zaměřují na lokality, které jsou zřídka navštěvovány veřejností. V těchto lokalitách se v minulosti nacházely závadové osoby, které se zde skrývaly a následně páchaly trestnou činností.

Chtěl bych také podotknout, že obecní policie velmi úzce spolupracuje s kolegy z MP Roztoky, jelikož jejich služební obvody přímo sousedí. K páchání přestupků a trestné činnosti dochází potažmo na všech katastrech obcí, a proto je tato spolupráce z hlediska profesionality a kolegiality nezbytná. Jak bych řekl přímo, je dobré mít někoho v záloze, a to platí pro obě strany. Již v minulosti se tato spolupráce velmi osvědčila. Bohužel je nutné zmínit, že jak státní policii, tak i strážníkům, schází kolegové, kteří by chtěli tuto práci vykonávat. Obecní policie vypsala na místo strážníka výběrové řízení, které je stále aktuální. Veškeré informace lze získat z webových stránek obce Velké Přílepy. Chtěl bych možné uchazeče předem upozornit, že se jedná o velmi náročnou práci, která obnáší neustálé osobní sebevzdělávání v oblasti potřebné pro výkon služby. Podrobnější informace je možné získat po dohodě i na služebně Obecní policie Velké Přílepy.

Strážníci obecní policie v poslední době zaznamenali zvýšený počet trestné činnosti, která se týkala sprejerství. Upozorňuji dotyčné osoby, že se jedná o přečin, není to pouze legrace,

ale vzhledem k dalším okolnostem a jejich vyhodnocení, mohou dostat i přísné tresty, nemluvě o náhradě škody poškozeným majitelům nemovitostí.

Obecní policie v současné době zvýšila v postižených lokalitách hlídkovou službu a připravuje se i rozšíření MKDS. S touto informací bych chtěl zároveň požádat občany o pomoc. V případě, že spatříte podezřelé osoby nebo je přistihnete při páchání protiprávní činnosti, kontaktujte obecní policii, popřípadě Policii ČR. Obecní policie oznámení prověří a vyhodnotí. V minulosti se několikrát osvědčilo, že všimnout si svého okolí, se vyplatí. Strážníci spolupracují na objasňování trestné činnosti v regionu s Policií ČR OOP Libčice a tato spolupráce přináší výsledky.

Dalším nešvarem je odkládání nepojízdných vozidel na veřejných místech v obcích. Strážníci obecní policie dohledávají původní majitele vozidel a následně si je zvou k podání vysvětlení ve věci přestupků. Chtěl bych upozornit majitele těchto vozidel, že jim ze strany obce hrozí značné sankce. V případě, že máte ve svém okolí podobný autovrak, můžete k nahlášení využít interaktivní formulář na webových stránkách obecní policie, která by ráda rozšířila čas potřebný pro službu občanům, ale vše je závislé na počtu strážníků. Doufáme, že se nám podaří brzo nalézt vhodného kolegu.

vr. prap. Karel Král

CO NOVÉHO VE ŠKOLCE

Vážený čtenáři,

zdá se, že nový kalendářní rok začal před chvílkou a teď už jaro tluče na dveře. Zatímco v lednu nám paní Zima ukazovala sílu své vlády a děti v MŠ nemohly často kvůli silným mrazům na vycházky, dnes si užíváme stále teplejších dnů a prvních kvítků v zahrádkách, které připomínají brzký příchod jara.

Co se za tu dobu v MŠ událo? - mnoho věcí. Hned v začátku roku k nám zavítala velmi vzácná návštěva. Ze ZŠ k nám dorazili tři králové, kteří nám popřáli štěstí a zdraví v novém roce a společně jsme si zazpívali koledu. Za týden na to se v MŠ konala přednáška o první pomoci. Děti se dozvěděly spoustu nových informací o složkách záchranného systému, o ochraně zdraví, včetně např. praktické ukázky ošetření rány a také důležitá telefonní čísla. V polovině měsíce se u nás konalo představení loutkového divadélka Davida Taubera s názvem Vodnická pohádka, které se dětem velmi líbilo a sklidilo velký potlesk. Za několik dní proběhlo v MŠ preventivní screeningové vyšetření zraku dětí





společností Prima Vizus a v samotném závěru ledna se konala přednáška pro rodiče na téma „školní zralost“.

Únor jsme zahájili první lekcí plaveckého kurzu ve Slaném, který potrvá až do června a na jehož konci děti obdrží již tradiční „mokrě“ vysvědčení. Následující týden jsme začali zvesela, protože se ve školce konal karneval plný legrace a nejrůznějších masek.

V rámci svého karnevalového turné k nám zavítala veselá dvojka, fešák Píno a jeho kamarádka Bóna, se zábavným programem plným tance a soutěží. Ke konci měsíce se školka na chvíli proměnila v kino. Mobilní planetárium zde promítalo 3D film s názvem Polaris – populárně naučný a vzdělávací film o neobvyklém setkání tučňáka z jižního a ledního medvěda ze severního pólu.

Začátek března se už nesl v duchu blížících se svátků jara. Přijelo k nám Liduščino divadlo z nedalekých Roztok s výpravou pohádkou „Velikonoční království“.

Dne 14. 3. od 14:30 do 16:30 hodin proběhl v mateřské škole Den otevřených dveří, v rámci kterého si mohli rodiče vyzvednout přihlášku do MŠ.

Zápis do MŠ pak proběhne dne 4. 5. v časech 8:30 – 12:00 a 13:00 – 15:00 hodin.

Do konce školního roku čeká ještě děti mnoho zajímavých a zábavných akcí: čarodějnický rej, výlety, divadla, přednáška, zahradní slavnost atd.

Ve školce už nedočkavě vyhlížíme to pravé jaro, a tak všem přejeme krásné dny plné sluníčka.

Kolektiv MŠ Tursko

MATEŘSKÁ ŠKOLA TURSKO, OKRES PRAHA – ZÁPAD

Pražská 67, 252 65 Tursko

tel.: 315 786 399, 777 763 729, 777 637 393

Věc: **Oznámení zápisu do mateřské školy**

Zápis do mateřské školy se koná dne 4. 5. 2017 od 8:30 do 12:00 hodin a od 13:00 do 15:00 hodin

K zápisu se dostaví rodiče, nebo zákonní zástupci dětí

Doklady potřebné k zápisu:

- řádně vyplněnou žádost včetně vyjádření pediatra
- občanský průkaz rodiče, nebo zákonného zástupce
- rodný list dítěte
- kartičku ZP
- občané EU – doklad o trvalém pobytu v obci Tursko
- občané třetích zemí – oprávnění k pobytu na území České republiky na dobu delší než 90 dní a rodný list, s úředně ověřeným překladem

Formulář žádosti o přijetí dítěte do mateřské školy je možno si vyzvednout v Mateřské škole Tursko dne 14. 3. 2017 u příležitosti

DNE OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

Od 14:30 do 16:30 hodin

Nebo ho můžete stáhnout na webu MŠ
(www.mstursko.cz v sekci dokumenty)

Formulář přineste k zápisu řádně vyplněný.

Mateřská škola Tursko
okres Praha - západ
Pražská 67, 252 65 Tursko
IČO: 750 34 816, Tel.: 777 763 729

Jarmila Dalíková
ředitelka Mateřské školy Tursko



ZPRÁVY ZE ZŠ

ZÁPIS DO 1. TŘÍDY

Vážení čtenáři,

v letošním roce došlo k velké změně v zápisech žáků do 1. ročníků základní školy. Dle rozhodnutí MŠMT došlo k posunu termínu zápisu až na měsíc duben. K rozhodnutí došlo na základě pozorování dětí, které budou mít více času na to, aby se u zápisu ukázaly v co nejlepším světle.

Termín zápisu u nás ve škole bude od 3. do 5. dubna 2017. Způsob registrace termínu na zápis proběhne formou přihlašovacího archu, který bude vyvěšen v mateřské škole jak v Tursku, tak v Holubicích. Budete si tedy moct vybrat termín, který Vám bude vyhovovat. Pozdější večerní termíny nebudou v nabídce, s ohledem na výkon dětí, které bývají večer již dost unaveny.

Co by měl tedy takový budoucí prvňák umět?

Poslouchat a naslouchat. Dále zvládnout základy sebeobsluhy – osobní hygiena, umět se sám obléknout, (a to i v zimě), poznat si své věci, umět si sám zabalit věci do tašky a opět je i vybalit.

Další dovedností je soustředit se na práci nebo hru, kterou dělám, neodbíhat od rozdělané práce, uklidit si po sobě.

Dobře mluvit – správná výslovnost – nutná k tomu, aby uměl žák správně psát. Pokud nedokáže vyslovit např. r – také ho nedokáže napsat.

Pokud máte pochybnosti o tom, jestli je vaše dítě zralé pro nástup do 1. ročníku, poraďte se o tom s paní učitelkou v mateřské škole nebo si objednejte termín pro posouzení školní zralosti v pedagogicko-psychologické poradně. Počítejte s delší objednávací lhůtou – až 3 měsíce.

Přeji Vám i Vaším dětem hodně úspěchů v přípravě na školu a úspěšné vykoučení do nové etapy života Vašeho dítěte.

Další informace k zápisu, potřebné dokumenty apod., naleznete na webových stránkách naší školy. www.zstursko.cz

Mgr. Renata Vařechová – ředitelka školy

RYBÁŘSKÝ SPOLEK STUDÁNKA

Dovolíme si Vás pozvat na pálení čarodějnic, které pořádáme ve spolupráci s obcí, kde bude zcela jistě probíhat současně o nejhezčí dětskou masku čarodějnice nebo čaroděje. Filipojakubská noc bude opět probíhat u naší bašty na rybníce dne 30. 04. 2017 od 18.00 hodin a opět to bude s malým pohoštěním pro děti zdarma a trochu větším pohoštěním pro rodiče.

Tradiční rybářské závody se uskuteční dne 27. 5. 2017 od 5.00 hodin. Připraveno bude bohaté občerstvení a pro soutěžící bohatá tombola. Srdečně Vás všechny zve
Rybářský spolek Studánka



Michal Verner

Našich kronik

VÁLEČNÝ ROK 1918 ČÁST 1.

Tento rok stává se pro Rakousko a Německo už velmi kritickým po stránce zásobování. Objevuje se nedostatek nejen potravin, ale všeho možného zboží. Lid ve městech už reptá veřejně a i vojsko nařiká, že má hlad. Po venkově nejen že plahočí se městský lid za přísně zakázaným nákupem, ale přicházejí též nebozí c. k. vojíní využívající dovolené východu z kasáren neb nemocnic a žadoní u hospodáře skývičku chleba. Obzvláště hoši maďarští a němečtí, v Praze „císaři pánu“ sloužící, chodí se po venkově přizvíti. A v Tursku nebylo nikoho, kdo by měl tvrdé srdce a něčeho nepodal třeba těm, kteří pro věc českou měli jen opovržení.

Leden vykazuje zas řadu soupisů. Spisují se zásoby bramborů, obilí, slámy, sena, zbylých zvonů, dojníc, koní, vlny a tažných psů. Též sčítání matek těhotných a kojících, jakož i dětí do pěti let stáří bylo provedeno za účelem přidělu, o pár gramů zvětšeného. Ostatním zase byla kvóta moučná a chlebová ubrána, by se to vyrovnalo.

Důtklivý příkaz: uzenáři nesmí žádné uzeniny vyráběti ani maso prodávati, ani maso udit. Jedině jitrnice a jelita krvavá dělati. Jitrnice byly tak dobré, že kdo je snědl, nedostal už chuti na druhou, třebaš měl hlad. Maso se prodávalo jen tři dny v týdnu dle určené dávky na osobu. V kavárnách podávala se černá káva a čaj neslazené a bez jakýchkoliv zákusků.

V únoru sbírali jsme lahve od minerálních vod, ježto se nevyrobily ve sklárnách pro nedostatek dříví a dělníků. Vydáno přísné nařízení o mletí. Zakázáno zrní šrotovati. Komise přední zapečetila hospodářům šrotovníky. Veliká nouze o mléko. Pila se černá káva neb dělala česnečka – okrop. I o ten česnek a cibuli bývala bída. Koncem února poraženo u rybníka posledních 10 topolů – velikánů, ježto svou chatrností a tlením kmenů ohrožovaly chodce. V té době vykáčeno mnoho bříz a stromoví na „Krlíši“, ježto značná plocha památného místa musela býti odorána a v pole změněna, neb zbytečné pastviny nařízeno obdělati.

Březen počasí pěkné, práce polní brzo počaty. V Roztokách byl odvod koní, našich odvedeno devět. Mléko bylo nařízeno odvádět mlékárně v Troji. Sběrna byla na statku čp. 11. Ceny tuze všeho stoupaly, neb zboží bylo málo.

Komise od hejtmanství zabavila na tři měsíce, březen až květen 36 kusů dobytka, kterémuž jednání hospodáři velký odpor kladli, neboť nebyl to už dobytek jatečný, ale většinou dojnice a tažné kusy. Dodávka květnová už plně neodvedena, z čehožšlo plno urgencí.

K odvodům 19 – 21 letých hlásilo se 9 mužů.

V dubnu nařiká hejtmanství, že obec zapoměla dodávat už dva měsíce vejce a vymáhá dodávku. Za kus se bude platit 40 halířů.

Cukr vydáván dle nového nařízení a sice dávky na měsíc byly stanoveny: 1,25 kg pro zřízence železniční a dělníky pod státním dozorem pracující, 1kg pro nemocné, ženy kojící a těhotné a děti do stáří 5 roků, 25 dkg pro ostatní.

V témže měsíci odebrány v našich hostincích pivní trubky a nahrazeny výrobky válečnými. Obci přiděleno 12q brambor



k sadbě. Na dojné krávy vydány dodavatelům mléka ochranné dekrety proti nucené rekvizici dobytka.

Květen. Dne 1. máje byla všeobecná manifestace za sjednání míru. Byl všeobecný klid v dílnách i stacích a držen celonárodní svátek. Současně v uhelných dolech vypukly stávky z hladu a voláno havíři o zastavení války. Kladenští dělníci v zástupech 30 – 100 mužů neb žen táhli po vesnicích prosíce o potraviny, hlavně brambory. Naši občané dali co mohli a slízce dívali se jak horníci o dary se svorně dělají.

V tu dobu - 16. máje – konané slavnosti jubilea Národního divadla změnily se ve všenárodní slavnosti českého národa, jimiž manifestováno pro mír a svobodu ujařmených národů.

Koncem dubna odešel do penze řídicí učitel František Koníček, který na škole zdejší plných 43 roků blahodárně působil. Za čas odstěhoval se do Dejvic, kdež v roce 1921 zemřel. Od 1. května 1918 ustanoven zatímním správcem školy zdejší učitel Vojtěch Herink a vedl školu do 15. srpna 1919, kdy byl přeložen do Prahy – Dejvic.

V květnu bylo kolem rybníka vysázeno 40 lip a 30 akátů.

V červnu odešli od nás všichni polští uprchlíci a vrátili se do zpustošené Haliče. Před odjezdem děkovali občanům i obci za všechna prokázána dobrodiní. Prováděn soupis osetých pozemků. Zakázáno zeleninu /zelí, kapustu, mrkev, tuřín aj/ prodávati ve velkém obchodníkům nemajícím od úřadů povolení k nákupu. Obec má dodati 30 kusů dobytka. Což bylo možno takový nesmyslný příděl diktovati? Dle přesného soupisu bylo v naší obci: 190 dojnic, telat a kusů do 2 let 34, volů 56, býků 3, koní 64, hříbat 13. Komise od c. k. hejtmanství přišla zjistit, zda soupis je správný. Zvedeny čtyři bezmasé dny v týdnu, kdy maso se nesmělo prodávati a vařiti. Zakázáno zabíjeti ovce a kozy.

V červenci předeepsána dodávka 28 kusů na zabití. Rolníci se vzepřeli a předpis plně nesplnili. Úřady hrozily pokutami a žalářem. Bylo vyšetřování, jež táhlo se do nekonečna, až pak převrat vše zarazil. Ani dávky v srpnu a říjnu nesplněny. Občané správně se tázali, k čemu tedy slouží "ochranné dekrety dojnic".

Srpen. Žně byly smutné. Vědělo se, že dodávky budou hrozně vysoké a že bude plno vyšetřování pro nedodání. Už pro nejbližší dobu zněl předpis: sedláci odvedou 31 vagonů obilí, dvůr 13 vagonů a obec 718q zemáků. Pro 3 nejbližší měsíce určeno dodati jen 84 kusů hovězího dobytka. Taková nařízení musela pobouřiti i toho nejkliďnějšího občana.

V srpnu odešlo na vojnu 7 mužů, kteří byli posledními, co šli sloužit „císaři pánu“.

Počátkem září přišla poslední c. k. komise rekvírovati dobytek a po dlouhém jednání místo 28 kusů dáno jen 7 kousků. Tak učiněno ještě i v říjnu, což byla poslední daň toho druhu Rakousku. V září také jsme naposledy od státu dostali 140 kg petroleje a jeden vagon uhlí.

V září, po místní pouti, rozmohla se v naší obci velmi nakažlivá nemoc „španělská chřipka“ a potrvála téměř do konce října. Nemoc řádila v Rakousku už od roku 1917 a mnoho vojínů vzdor lékařské péči podlehlo. V zemích českých nebyly ztráty životů tak značné, ježto lid náš dbal nařízeních lékařských, ale v jižních zemích bylo obětí do tisíců. V Tursku během 6 neděl nemoc se tak rozmohla, že nebylo rodiny nepostižená. Zpravidla ležela celá rodina najednou a člen méně postižený ošetřoval. Choroba trvala 5–10 dnů u jednotlivce. Místní lékař byl stále

v práci až i on ulehl. Nechuť k jídlu, dávení, bolení hlavy a údů, zimnice a zas horečka provázely pacienta. Škola byla zavřena na tři týdny. Lidé byli po nemoci zesláblí, že sotva se vlekli. Během 14 dnů zemřeli u nás čtyři osoby a to: 23 letý rolnický synek z čp. 15 – Matucha Václav, 24 letá dcera šafáře z čp. 26 Vrzáková Františka, provdaná 25 letá dcera malorolníka z čp. 6 Anna Bošková a 23 letá dcera dělníka z čp. 48 Bohumila Vlková. Po 20. říjnu nemoci rychle ubývalo.

Oslavy padesátiletého jubilea založení Národního divadla byly svátkem celé země české a všude byly konány proslovy, přednášky vlasteneckého obsahu a divadelní představení. V Tursku uspořádal náš „Sokol“ a „Národní jednota Pošumavská“ dne 20. května t. r. divadelní hru od Aloise Jiráska „Vojnarku“ a před ní přednášku.

V červnu pak sehrao Vrchlického „K životu a Stroupežnického „Zvíkovský rarášek“, obě hry za pohostinného vystoupení členů Národního divadla paní Poldy Šestákové a pana Vojty Matyše. Také režisér Hurt byl přítomen.

A přišel říjen, měsíc plný válečného ryku, plný napětí a zoufalství na poli bitevním. Neklid a rozruch zapadal do nejzapadlejších klidných vesniček, neb vědělo se, že změněné situace válečné každý den přinesou rozuzlení války. Leč na jakou stranu skloní se vítězství? U nás v Čechách bylo duševní rozehvěnění, neb vědělo se, že nadchází chvíle rozhodující o našem národním bytí.

I v Tursku jevil se neklid, každý jen pátral po novinách a zvěstích z fronty. Od 20. října bylo dle časopiseckých zpráv znáti, že ve vedení boje děje se změna a že přijdou chvíle rozhodující. Zoufalost c. k. vlády a vůdců rakousko – uherských a německých, stále ústupky naše na bojištích, zvláště italském, byly předtuchou spějícího konce. Nastávalo vyvrcholení bojů a rozhodnutí pádu. Nebylo přec jasno, bude – li pro národ česko – slovenský tato doba onou šťastnou chvílí, po níž staletí toužil, doba svržení jha a otrockých pout rakouských.

Neděle 27. října i u nás v Tursku byla velmi neklidná. Lidé všude doma i v hloučcích po vsi rokovali, co bude dále, ježto už kolovaly potěšující zvěsti, ale i také mnoho nevítaných zpráv a dohadů o budoucích událostech.

A nadešel den slavný, den nejradostnější a nejšťastnější, nezapomenutelný těm, kdož jej prožili, kdož byli svědky národního nadšení a nezměněné radosti, kdož s posvátnými pocity a radostí blýskajícími slzami v očích vítali nejpamátelnější **den 28. října 1918.**

LÉČEBNÁ METODA ZEN SHIATSU

ČÁST TŘETÍ - „PŘÍCHOD JARA“

Zdravím vás milí přátelé a sousedé.

V tomto třetím díle našeho povídání o shiatsu a čínské medicíně si řekneme něco o nadcházejícím jaru a o tom, co nás může v tomto období potkat a jak si poradit se změnami počasí.

Dříve než se podíváme na samotné jarní období a vše co s ním souvisí, ráda bych zde pro vás, pravidelné čtenáře, připomněla a pro nové čtenáře uvedla Zen shiatsu.

Zen shiatsu je japonské ošetření meridiánových drah na základě tradiční čínské medicíny s důrazem na celkovou harmonizaci těla i duše, léčebný efekt a psychickou očistu s ohledem na individuální příběh každého klienta. Jeho cílem je navo-



vat a podporovat procesy přirozeného sebeuzdravování, stavu pohody a zdraví a osobnostního růstu, a udržovat tak zdraví skrze vyrovnavání energetického systému jedince. Zen Shiatsu rovněž napomáhá lepšímu a intenzivnějšímu vnímání vlastního těla i emocí. Skrze dotyk a vzájemný hluboký kontakt terapeuta a klienta dokáže tato technika otevřít cestu k hlubšímu spojení sebe sama, se svými pocity, nejen fyzickými ale také emočními. Dokáže postupně odbalovat naše emoce i tělesné projevy kousek po kousku jako když loupeme cibuli, a my pak můžeme daleko lépe vnímat sami sebe, své reakce a postoje.

Zen shiatsu a taktéž čínská medicína mimo jiné klade velký důraz na přírodní cykly, do nichž spadají i roční období, která mají svá specifika. A protože jsme součástí těchto cyklů a ročních období, tak si tentokrát povíme něco více o jarním období, které je dle shiatsu nazváno obdobím Dřeva či Větru.

Pomalou se začíná oteplovat, chladné dny střídají občasné ty teplejší, ve vzduchu začínáme objevovat slabé náznaky vůně a tráva už také není úplně hnědošedá... Přichází jaro a s ním vše začíná ožívat. Zárodky rostlin, které přes zimu odpočívaly, se s prvním teplem začínají drát na povrch a probíjí si cestu ke slunci, ptáci začínají zpívat a jejich ranní chór oslavuje teploty nad nulou, zvířata oplývají vyšší aktivitou a také my, lidé, začínáme okřívát z chladných dní a nabýváme stále optimističtější nálad. Přestože se dychtivě vyhříváme v prvních silnějších paprscích slunce, je dobré mít stále na paměti, že se jedná o období, kdy sice sluníčko začíná hřát, ale země je ledová díky posledním třem měsícům chladu a mrazu, a ani těch pár teplejších dnů neohřeje zemi natolik, abychom si mohli dovolit hned odhazovat čepice a kabáty.

Typické pro jarní dny je kromě stále přetrvávajících závanů chladu také rychlé střídání počasí doprovázené velmi silným větrem. Větrm, který přináší změny, smetává z polí a cest to, co se nahromadilo a usadilo přes zimu, akčními poryvy větru doprovázející první jarní bouře, větrem ve všech jeho podobách. Vítr přináší dynamiku, změnu, čistotu, ale protože je velmi silným elementem pro jarní období, může rovněž zásadně nabourat naše vnější tělesné hranice a díky tomu také oslabit naši obranyschopnost - lépe řečeno, dokáže se velmi snadno dostat skrze hranice a otevřít cestu nejruznějším patogenům.

Jak si tedy nejlépe uhlídat v jarním větrném počasí zdraví? Důležité je vědět, která místa těla jsou na vítr nejnáchylnější. Vítr vstupuje do těla zejména oblastí krku, šíje, trapézů a někdy i ovlivňuje dutiny hlavy, proto je zásadní se stále teple oblékat,

tedy neodhazovat ještě kabáty, a zejména dbát na zakrývání krku a šíje pomocí šátků, šál, nákrčníků a nezapomínat na čepice. Vítr velmi lehce a velmi agresivně vnikne do těla nechráněnými částmi těla, a protože se jedná o období navazující na nejchladnější období roku, pak na něj zpravidla navazuje vstup chladu do těla a je zaděláno na slušnou chřipku. Ta může být doprovázena vysokými horečkami, zpravidla přichází stěhovavé bolesti různě po těle, migréna, tuhnutí šíje a trapézů, zahlnění a kašel. Zásadní je dále se nevystavovat větru a důsledně dbát na zahalení krku a ostatních částí při jakémkoliv průvanu v domácím či pracovním prostředí, a dát si prostor nemoc vyležet a pořádně proléčit. Zásadní je dodat tělu odpočinek, dostatek živin a vitamínů a minerálů. Skvěle k tomu účelu poslouží dlouhé táhlé vývary, např. z kuřete, krátce orestovaná zelenina na olivovém oleji, případně teplý domácí ovocný kompot neslazený nebo mírně doslazený medem. Důležité je dbát také na dostatek tekutin. Pokud vás při nemoci nebo nástupu nemoci provází záchvěvy chladu nebo chladné končetiny, doporučuji zázvorový čaj z čerstvého zázvoru, pokud naopak procházíte vlnami horeček, zázvor nepijte a raději si udělejte čaj z plátků citrónu a pomeranče.

Kromě práce se samotným nachlazením je potřeba se také zaměřit na meridiány a orgány spojené s jarním obdobím. Jedná se o Játra a Žlučník. Ideální je samozřejmě se jim věnovat preventivně. Jaro je obdobím, kdy jsou Játra a Žlučník nejvíce aktivními orgány a díky tomu jsou také více náchylné k disharmonickým stavům. Tomu můžeme předejít detoxikačním ošetřením jak obou meridiánů, tak i emočním naladěním nás samotných.

Detoxikačních metod je k dispozici velká řada, můžete si vybrat to, co s vámi koresponduje nejlépe. Avšak pokud s detoxy nemáte žádnou nebo minimální zkušenost, doporučuji nejprve provést jemnou očistu pomocí stravy nevhodnější pro toto období. Taková strava dokáže nabudit v orgánech samočisticí procesy a šetrnou formou se postupně zbaví orgány i jejich dráhy usazenin a škodlivin, které se tam průběžně nashromáždily. Takovými potravinami jsou hlavně všechny zelené výhonky a mladé zelené šťavnaté saláty - sojové, bambusové, fazolové a jiné klíčky, baby saláty, bazalka, petržel a další bylinky, chlorella, mladý ječmen, atd. Ideální je přizpůsobit jídelníček přírodě, ta se začíná zelenat, proto by se měly i naše talíře zelenat, nikoliv však plísní ale čerstvými potravinami.

Rozhodně játrům i žlučníku pomůžete i omezením nebo úplným vynecháním alkoholu, prospěje jim také omezení nebo na-





hrazení bílého cukru a klasické bílé mouky. Místo cukru můžete zvolit med, sirupy z javoru, z rýže, apod. Bílou mouku zase lze úspěšně nahradit špaldovou, celozrnnou případně kukuřičnou, pohankovou a dalšími druhy - ve zdravých potravinách případně na internetu je velké množství alternativních typů.

Důležitou součástí starosti o své zdraví je také pohyb a celková harmonie organismu i z hlediska emocí. Meridiány Jater i Žlučníku často trpí na městnání energie, tedy bývá v nich energie přebytek a dráhy jsou místy nebo po celém průběhu ucpané. Takový stav se projevuje na fyzické úrovni bolestí v různých částech těla, nejčastěji v podžebří na pravé straně těla, kde se nachází játra, případně na levé straně nalevo od hrudní kosti, těsně pod žebry, kde se nachází žlučník. Plnost drah se může také projevat sevřeným hrudníkem, bolestí páteře zejména v hrudní části na úrovni lopatek a pod nimi, bolestí nohou v oblasti zánártních kostí (hřbet nohy) a vnější strana nohou od boků až po kotníky.

Jak si v tomto stavu pomoci sám, rychle a efektivně? Oba meridiány milují protahování a klasický strečink, přitom pohyby mohou být dynamické ale i pomalé, vždy s ohledem na váš aktuální stav. Pro sportovnější typy je skvělé upustit energii z těchto meridiánů např. během či plaváním, ale třeba i svižná chůze může hodně pomoci. Vhodné je cvičení doplnit i shiatsu masáží, které jdou rovnou ke zdroji a kromě uvolnění svalů a šlach, pracují zejména s dráhami a jsou schopné plně dráhy uvolnit.

Co jsem zde ještě nezmínila, je podstatná součást stavu těla a duše, a to emoce. S obdobím jara a meridiány Jater a Žlučníku se pojí několik zásadních emocí a vlastností, bez nichž se v životě neobejdeme, ale současně, pokud začnou výrazně převažovat nad ostatními, dochází k disharmonii na emoční úrovni, a to se projevuje zákonitě i na disharmonii fyzického stavu těla. Játra nám pomáhají kontrolovat, plánovat, organizovat, žlučník dává dynamiku, akčnost k provedení plánu a rozhodnost. S oběma meridiány je pak spojován hněv, vztek, podrážděnost a křik.

Pokud tedy máme některý z meridiánů v nerovnosti (je moc plný nebo výjimečně prázdnější), dochází k nerovnosti i na emoční úrovni a můžeme být více podráždění, vzteklí, častěji se utrhuje na své okolí, křičíme. Disharmonie se může projevat celkem nenápadně. Tedy nenápadně z hlediska dnešního způsobu života, kdy je velký tlak na výkon, přesnost, kdy je vysoké pracovní vypětí, dokonalý osobní a rodinný život brán jako samozřejmost. Jsme pak neustále ve stresu, abychom takový obraz naplnili a udrželi si své postavení ve společnosti, nebo obstáli sami před sebou a svými cíli.

Pak ani nezaregistrujeme, že jsme vyčerpaní z neustálého bojování proti pomyslným překážkám, změnám, které se dennodenně dějí a které nám naše nasazení v pracovním i osobním životě „snižují“. Často jsme podráždění z toho, že se věci nedějí přesně podle našich představ. Stává se, že bazírujeme na detailech a maličkostech a v konečném důsledku si život vlastně neužíváme. Nýbrž naopak neustále vedeme souboj se vším a všemi okolo, abychom si zachovali malý kousek něčeho stabilního, bezpečného, známého...

Všechno toto nám přijde normální a přirozené, ale přitom se nenápadně, zato nezadržitelně vyčerpáváme, může na nás z toho důvodu také padat splín nebo deprese.

Jednoduchá rada k tomuto fenoménu neexistuje, protože většinová společnost a parametry v ní jsou nastaveny tak, abychom kontrolovali všechno a všechny, pokřivili a uzpůsobili přirozené

cykly a skutečnosti tak, abychom se cítili bezpečně a aby nás nic nezaskočilo a měli jsme o všem přehled

Přesto i z tohoto začarovaného kruhu existuje cesta ven, stejně jako i v jiných disharmonických případech. Nejdůležitější je tento stav u sebe rozpoznat a pojmenovat si tu věc, situaci, důvod, proč potřebuji tolik kontrolovat, ovládat, snažit se být pánem situace. Je to strach? Je to nedůvěra? Je to bolest ze zklamání? Už to pojmenování a uvědomění si situace velmi pomůže najít tu správnou cestu pro vás, nabytí znovu důvěry v život, důvěru v to, že vše se děje tak, jak má. Že vše, co na své cestě životem prožíváme a zažíváme, má svůj důvod a bude nám k užítku. To nás může naplnit vnitřním klidem a nemusím pak se vším bojovat, nevnímáme každou změnu jako hrozbu, můžeme plánování a kontrolu omezit na opravdu potřebné chvíle a situace a nemusíme tolik zatěžovat meridiány jater a žlučníku.

Někdy je však samotné pojmenování a nadhled na vlastní situaci velmi těžký, pak se můžete klidně poradit s terapeutem čínské medicíny nebo shiatsu jak zrovna vy, s vaším životním stylem, s vaší životní historií a charakterem, můžete nejen svým játrům a žlučníku odlehčit a nastolit zpět harmonii svého těla i duše.

Přeji vám poklidné plynutí jarních dní a plodné dny.

Ing. Marcela Štefaňáková
www.shiatsu-marci.cz

HODY, HODY... ANEB „JINÝ KRAJ, JINÝ MRAV“



Vázení spoluobčané, vážení čtenáři, čas opravdu běží neskutečně rychlým tempem a my najednou zjišťujeme, že se opět blíží svátek, na který se již všichni těší, především však pánové a chlapi, a tím jsou Velikonoce. Úzce se váží k církevní liturgii, avšak některé lidové zvyky s nimi spjaté, by se daly datovat až do dob pohanských. Vesměs všichni víme, že tzv. „hodovací právo“ nastává přesně o nedělní půlnoci a zvyky „Pašijového týdne“ s jeho barevnými dny se snažíme převážně dodržovat.

Avšak jiný kraj, jiný mrav. Byť se Velikonoce slaví po celém světě, všude se setkáme s nějakými zajímavými krajovými odlišnostmi. Pojdme se letos poohlédnout, jak se slaví Velikonoce jinde. Celkem vzato u nás i našich východních sousedů jsou zvyky velmi podobné. Váží se ke společné historii obou národů. Ovšem na rozdíl od nás, kdy dívky mohou chodit hodovat v pondělí po obědě, neb všichni jinoši již byli obdarováni, na Slovensku hodují děvčata až o den později na tzv. „Odplatné úterý“.

I v nedalekém Maďarsku najdeme podobnosti, i když zde tradiční zvyk polévání vodou – symbol zdraví, síly a plodnosti poněkud zmodernizovali a někde jej nahradili postříkáním voňavek a parfémů nejlacinějších značek. Asi je to pochopitelné. To by ty Velikonoce vyšly pěkně draho. I když, kdo ví?

U našich polských sousedů se nutně musí o Bílé sobotě posvětit potraviny, což bývá zvykem i jinde. Tady však v košíku musí být chléb, sůl a pepř, které zajistí v příštím roce košík plný chutných klobásek.

Porozhlédněme se kousek dál. K našim jižním a západním sousedům. Dá se říci, že i oni mají své zvyky sobě podobné. Od



těch našich klasických je rozdíl v tom, že v Německu ani v Rakousku se nesetkáme s naší pomlázkou. Koledníci jsou sice obdarováni vajíčky, avšak zde schovává velikonoční zajíček vajíčka nejen po celém domě, ale pokud to jde, tak i na zahradě. Zajíček se v poslední době zaměřil i na dospělé a na stejná místa schovává lahve se zlatavým mokem. Takže nejen děti, ale i dospělí běhají zběsile po domě, v zahradě a hledají vajíčka či rezavý pivní poklad. V Německu se rovněž vyrábí ptačí hnízda, která se rozvěšují na stromy, aby sem vajíčka mohla být ukryta. Ovšem v některých spolkových zemích nepřináší vajíčka bílý zajíček, ale tato tradice je přenechána i jiným zvířatům. Takže např. ve Vestfálsku je to liška, v Durynsku obdarovává čáp a Šlesvicko – Holštýnsko nebo Horní Bavorsko má za tímto účelem kohouta. V Bavorsku se traduje známé házení vajec přes sousedovu střechu, což je velice důležitá ochrana před bleskem. Zároveň se musí sníst vejce, které snesla slepice pouze na zelený čtvrtek. Dodržet tuto tradici bude asi náročné, kolik by těch slepiček muselo být. V Rakousku je rovněž velice důležité obdarovávání, ale též vyznání lásky, a to během tzv. „palmové neděle“, kdy se svítí palmové listy. Tato tradice prý byla započata někdy kolem roku 1640 n.l. Co je pro obě země typické, a to v oblasti podhůří Alp, je zapalování ohňů, jako symbol vyhánění zimy. Na druhé straně Alp v bavorském podhůří za tímto účelem schovávají vánoční stromečky.

Jak asi slaví Velikonoce naši francouzští přátelé? Velikonoce ve Francii se slaví poněkud odlišně. Zde nenaděluje zajíček, nýbrž vajíčka rozhazují zvony, které se vracejí po požehnání z Říma. Děti je pak v pondělí hledají po zahradě i domě. Výjimkou je Alsasko, kde se udržela německá tradice a vajíčka dětem schovává bílý zajíček. V tomto regionu se také peče beránek, kutálejí se vajíčka ze svahu jako symbol odvalených kamenů Kristovy hrobky. Dalším francouzským symbolem je zde sedmikráska. A co navíc. V tomto období se můžete setkat s „velikonoční rybou“, neboli převážně dětskou zábavou, kterou však mnohdy hrají i dospělí. Je to období našeho aprílu, kdy se můžete setkat s lidmi, kteří mají na zádech připevněnou papírovou rybu. Jeho pointou je nepozorovaně připevnit na záda papírovou rybu každému, kdo se ocitne ve Vašem blízkém okolí. Pokud se o Velikonocích budete nacházet ve Francii, měly byste s tímto žertíkem počítat. Těch ryb se na záda totiž vejde celkem dost.

A jak to vypadá za Lamanšským průlivem v Británii? Zde je důležité úterý. Říká se mu též palačinkové. Proč, to se prý dosud neví. Avšak v městě Olney, jej dovedli téměř k dokonalosti a pořádají zde i palačinkové závody. Jedná se o běh kuchařek s palačinkami od tržnice ke kostelu, během kterého se palačinka na páni musí třikrát otočit. V kostele je pak odevzdána zvoníkovi a ženy za ni obdrží polibek. Tradičně se také koná „vaječný lov“ neboli hledání vajíček, která poschovával zajíček. Ani zde se nesetkáme s klasickým hodováním a pomlázkou. Angličané je totiž považují za hrubé. Avšak k malému velikonočnímu násilí přece jen dojde. A to druhé pondělí po Velikonocích. Ženy přiváží své manžely k židli a vymáhají výkupné v drobných mincích. Muži jim to druhé den oplatí, ale výkupným se tentokrát stává polibek. Co je však opravdu zvláštní, je skutečnost, že o Velikonocích se v Británii pouštějí draci.

To temperamentní Italové slaví Velikonoce na plážích, kde i přenocují. Klasické kraslice jsou nahrazeny velkými čokoládovými vejci s překvapením. Na naše oblíbené vyšlehání mohou

Italky zapomenout. Tento zvyk v zemi pod sopkami neznají. V Itálii se rovněž konají procesí symbolizující utrpení Krista a náš beránek je nahrazen holoubkem. O kousek dál, v Chorvatsku, naopak pomlázky pletou, avšak z větviček olivovníku. Navíc tradičním zvykem je přitukávání si vajíčkem, někde syrovým, někde vařeným. Podstatou však je, že nesmí dojít k rozbití, ani drobnému poškození, jinak by bylo přivoláno neštěstí, což samozřejmě nikdo nechce, a tak se každý snaží o něžnost.

Jak sami vidíme, tradic a zvyků provázejících Velikonoce je nepřeberné množství a je dost složité se v nich vyznat, protože dochází i k regionálním odlišnostem. Nicméně veselé Velikonoce a bohatou pomlázku Vám všem přeje

Jana Martínková

Kristina Kamenická
Nová 165
252 65 Tursko
Tel.: 737745
PRODEJ ZE
DVORA
Farma
Kristiánek

powerprint
e-shop tisku

Tisknout nebylo nikdy
snadnější...

tiskoviny • reklamní předměty • fotodárky...

on-line

Vyzvedněte osobně nebo si nechte dovézt!
powerprint – 7x v ČR

powerprint.cz



HATHAJÓGA

~ PRAVIDELNÉ LEKCE ~



PONDĚLÍ 19:15-20:45 PARTY KLUB, KRALUPY

ÚTERÝ 19:45-21:15 ZŠ MIKOVICE

STŘEDA 18:00 a 19:45 VELVARSKÁ KOSTKA

Hathajóga je cvičení klidné a jemné zaměřené na vnímání vlastního těla a soulad pohybu s dechem. Jóga protahuje a posiluje svaly, zlepšuje pohyblivost páteře a kloubů, působí na vnitřní orgány a žlázy s vnitřní sekrecí, na oběhový, lymfatický a nervový systém.

Ovlivňuje mysl a psychiku, dochází k celkovému uvolnění a pocitu pohody. Tím se uvolňuje energie pro samoléčivé procesy.

Motto

"NENÍ DŮLEŽITÉ MNOŽSTVÍ A OBTÍŽNOST, ALE VĚDOMÝ ZPŮSOB PROVEDENÍ"

"VŠE PODSTATNÉ SE DĚJE V UVOLNĚNÍ"

Lektorka: Kamila JIŘÍKOVÁ Kontakt: www.jogaaskolapanevnihodna.cz; tel.: 777 860 106

Kde: Party klub Kralupy; ZŠ Mikovice Kralupy; Velvarská Kostka

PROBUZENÍ PÁNEVNÍHO DNA

~ PRAVIDELNÉ LEKCE ~

PONDĚLÍ 17:45-18:45 v TJ SOKOL KRALUPY

ÚTERÝ 18:15-19:30 v ZŠ MIKOVICE

PÁTEK 09:00-10:15 VELVARSKÁ KOSTKA

Probouzet své pánevní dno budeme jemným a správným provedením pohybu a dechu tak, jak je to pro pánevní dno přirozené, jak je to s ním v souladu. Pozornost též zaměříme i na korespondující oblasti, jakými jsou chodidla, hluboký stabilizační systém, krk a fascie. Součástí lekcí budou i bioenergetická cvičení, energetické dýchání a meditace.

S čím vám cvičení pomůže:

- * zlepší fyzický stav pánevního dna a ženských orgánů
- * zvýší tok energie alepší její vnímání
- * zlepší stav při poklesu pánevního dna a úniku moči
- * zlepší stav po gynekologických operacích
- * je prevencí inkontinence a jiných zdravotních potíží
- * zvýší hladinu hormonů (při funkční neplodnosti či v menopauze)
- * zvýší sexuální touhu



Motto:

"SÍLA JE V JEMNOSTI, DECHU A POZORNOSTI"

Lektorka: Kamila JIŘÍKOVÁ Kontakt: www.jogaaskolapanevnihodna.cz; tel.: 777 860 106

Kde: TJ SOKOL KRALUPY, ZŠ MIKOVICE Kralupy nad Vltavou, VELVARSKÁ KOSTKA