



POUŤ VLODÍNĚ

... čtete na str. 7

NOVÁ ORLICE NA PROBLUZI



STR. 6

KERAMIKA V MOKROVOUSÍCH



STR. 10

POHÁDKOVÝ LES V TĚCHLOVICÍCH



STR. 11

ZÍSKÁNÍ ODZNAKU ZPĚT DO DOHALIC



STR. 16



■ 17. 5. Sklizeň vojtěšky ve Stračovské Lhotě měla zajímavé diváky. Foto: Jan Vratislav



■ 20. 6. v Pšánkách oslavili letní slunovrat. Součástí akce bylo i loutkové představení, které se těšilo velké oblibě dětí i dospělých. Foto: Eliška Bednářová



■ 21. 6. - Pohádkovým lesem se procházeli v Těchlovicích. Foto: Rudolf Šprinc



■ Každou středu se setkávají místní volejbalisté s hráči ze Sadové a Sovětic na mokrovouském hřišti. Foto: Věra Kobrová



■ Nové herní prvky vyrostly na zahradě stěžerské mateřské školy. Foto: Iva Špráchalová

Erbenův Třesovický Třasák



V knize Vlastivěda Královéhradecká se v kapitole o Třesovicích píše, že u nás Karel Jaromír Erben byl, a že o tom pojednal v časopisu Česká včela. Jenže! Zpráva je lakonická, bez žádných odkazů, skoro to vypadá, že si to musel autor vymyslet. K tomu, že by u nás Erben někdy opravdu byl, jsme se stavěli velmi rezervovaně, a snad tomu nikdo ani nevěřil.

V potvrzení Erbenovi přítomnosti bylo důležité objevení knihy Antonína Grunda: Karel Jaromír Erben (1935), která je spisovatelovou biografií. Grund zde vysloveně píše o Třesovicích a uvádí i rok, kdy Erben napsal článek do České včely. Nyní už jsem mohl jít najisto! Díky zpřístupněné internetové knihovně Kramerius jsem ten článek našel. Česká včela: číslo 76; 20. 9. 1844!

Článek samotný je reakcí na německý deník Prag, kde byla zveřejněna stať „Die Polka“, podle níž je třeba počátek národního tance polky hledat ve Vokšicích u Jičina, a nikoli tam, kde navrhuje Erben: v Třesovicích. Karel Jaromír se tu rozčiluje, především nad anonymitou pisatele článku. Na konci stať sám uvádí, že mu je jasné, že se k místu vzniku polky můžou najít další prameny a vyzývá čtenáře, aby

byli sdílní. Níže vás seznámím s částí ve které pojednává o naší obci a za jakých okolností ji navštívil.

Léta 1831 v měsíci Srpnu a Zářím byl jsem u svých rodičů v Miletíně v kr. Bydž. na wakacích, odbyw tehdaž právě studia gymnasiální. Toho času vyběhl mne jednou v neděli Miletínský mladší učitel p. Jan Bednář, na nějakou veselost k svým rodičům do Třesovic v kr. Královéhradeckém, na panství Sádowském. Student při takové příležitosti dwakráte se pobízeti nedá. I šli jsme. K večeru v Třesovicích prawi ke mně p. Bednář: „Pojďte, podíváme se do hospody, uhlídáte tanec, kterého jste snad ještě neviděl.“ Hospoda byla jako by ji nabil. Sotwa jsme se za stůl protlačili. W prostředku w sednici točilo se skrowným kolem as deset párů těsně jeden vedle druhého, a i w kole několik párů sami od sebe. Tanec byl mírný, a bylo milo naň hleděti. Tanečníci poskakowali zlehka a bez šustu pravidelně podle dwoučtvrtního taktu jednoduché melodie, jižto muzikanti pro větší rozmanitost jednou do g a podruhé do c po sobě hráli. Nápěw počínal se takto.

„Jak se jmenuje ten tanec? Ptám se svého přítele „a odkud jste jej sem přinesli?“

„Ten netancují nežli zde v Třesovicích!“ odpowí na to p. B „a ještě w některých okolních wesnicích na tom panství, i říkají mu Třasák.“

Erben dále říká, že polka je překřtěným Třasákem a lituje, že si

l Třasáku nezaznamenal více detailů. Níže nastiňuje genezi polky, kde a kdy ji viděl tancovat. Do Prahy se dostala z Jičina roku 1834, což přišlo pisateli anonymního německého článku jako záchytný bod. Zjevně neměl ponětí o informacích, které měl k dispozici Erben. Ten nám v článku ještě referuje o tom, že se o Třesovickém Třasáku zmínil panu Č. (kdo byl pan Č. těžko říct, Erben ho uvádí jen w monogramu), který se o tanci zmínil w reportáži z Třetí české besedy w 51. čísle České včely w roce 1844.

„Tenkrát hrála se půwodní polka, jak (dle našeho Erben) na Třesických lukách powstala...“

Co se týče Třesic, je jasné, že se pan Č. pochopitelně upsal. Tento článek o besedě, respektive zmínka o Třesovicích, se pak stal terčem útoku w německém časopisu Prag a donutila Erben na ní reagovat!

Co díky článku w České včele víme? Že Erben w Třesovicích byl, že zde spatřil tanec (těžko říct, jestli si ho i zatancoval), který byl u nás půwodní. Že existoval učitel Jan Bednář, což nebyl jediný pedagog, co z Třesovic vzešel a něčím záslužným se zapsal. Víme též, že Třasák mohl být jedním z prototypů polky. Těžko říct, jestli byl jejím přímým předchůdcem. Nicméně Erbenovi současníci, například Jaroslav Langer, uvádějí, že polka pochází z Hradecka.

Zajímavé je, že se Erbenův názor na vznik polky nijak neprosadil. Při

letmé rešerši jsem zjistil, že se neobjevuje v žádné z pozdějších publikací, které se týkají dějin lidových tanců, či konkrétně polky. V knize Čeňka Zíbrta Jak a kdy se v Čechách tancovalo (1895) není o Třesovickém Třasáku ani zmínka. Zato je zde hned několikero teorií a příběhů o tom jak mohla polka vzniknout. Ještě pozdější kniha Písňe a tance z Hradecka od kolektivu Josefa Michala (1959) o Třasáku rovněž mlčí. Osobně mě zaráží, že kniha o lidových tancích z našeho regionu něco takového ignoruje a nezmiňuje, i když se zde na Erben odkazují. Jednou z prvních zmínek o Třasáku w souvislosti s Třesovicemi je Grundova kniha z roku 1935. Další zmínku w té samé souvislosti najdeme w knize Juliuse Dolanského (1970) a nejnověji w například w rozhlasových pořadech Českého rozhlasu, vytvořených u příležitosti dwousetletého výročí narození Karla Jaromíra Erbeny.

Pochopitelně by bylo potřeba hlubší bádání, rešerše (aby nebylo nic přehlédnuto) a studium souvislostí. Já zde chtěl jen referovat o článku, co kdysi napsal Karel Jaromír Erben o vzniku polky, o Třasáku a obci Třesovice.

Dodatek: Česká včela byl obrozený časopis, který vycházel w letech 1834 – 1847, příloha Pražských novin. Obsahem bych ho přirovnal k dnešním společenským týdeníkům.

Vojtěch Dolana

Nezapomenuté pomníky

Internetové stránky www.npmk.cz nabízejí – mimo jiné – možnost proniknout trochu i do historie našeho regionu. V odrážce vpravo najdete text (Ne)zapomenuté pomníky. Jedná se o projekt Národního pedagogického muzea a knihovny J. A. Komenského a Asociace učitelů dějepisu. Společně vyhlásili výzvu školám, žákům, studentům, ale i široké veřejnosti, pojmenovanou (Ne)zapomenuté pomníky – stoletá paměť národa a země. Jedná se o geograficko-historický projekt mapující pomníky padlých vojáků z 1. světové války. Základem projektu je vytvoření interaktivní mapy, do které je možno průběžně vkládat Vámi osobně nalezené a vyfotografované pomníky a hroby na území České republiky. K fotografii lze připojit i související příběh či další zajímavé doplňující informace. Cílem projektu je podporovat a rozvíjet vztah

žáků a studentů k historii, jejich aktivní zapojení do znalostí o svém regionu, přiblížení tématu světové války z pohledu osobních příběhů a v neposlední řadě zamyšlení nad významnými výročími, jejich původu a důvodu, proč si je stále připomínáme. Tento projekt byl vyhodnocený w roce 2018, ale pokračuje i nadále. Databázi pomníků w interaktivní mapě může kdokoliv doplňovat. Pomníky z první světové války najdete w mnoha obcích našeho regionu. Pojdme se do toho společně pustit a přes jednoduchý webový formulář pomníky doplnit. Určitě se tu w regionu najde dostatek historických fanoušků, kteří pomník popíšu a doplní i fotografiemi. Tak jako je to například w případě Dohalic, Nechanic, Mokrovous nebo Třesovic.

Jana Pečenková
Zdroj: www.npmk.cz



■ Pomník padlým w I. světové válce w Mokrovousích. Foto: Jana Pečenková

Včelaření v dešti



V sobotu 11. července jsme byli včelařit. Poutavé vyprávění včelaře pana Doležala z Poliz si s námi vyslechly dvě desítky posluchačů. Všichni jsme si odnesli nové znalosti a dovednosti. Pohladit včelu přeci jen neumí každý. Od rána intenzivně přšelo, putování do Ateliéru Petřenka zpestřené úkoly na trase se proto neuskutečnilo. Rodiny přišly o závěrečnou debatu nad tím, jak se jim žilo v době karantény, jaké řešily potíže a co je díky tomu čeká v další době.

Včelaření bylo první akcí pro cílové skupiny z projektu Komunitní sociální práce na venkově, o kterém

jsme vás informovali již v minulém čísle Zpravodaje. Pracovnice týmu nadále navštěvují jednotlivé obce mikroregionů Nechanicko a Urbanická brázda a mapují potřeby obcí, spolků i samotných občanů v oblasti sociální práce. Také již řeší konkrétní potřeby občanů a poskytují poradenství. Na podzim chystají další společné setkání s vámi. Můžete se těšit na návštěvu Agrodružstva ve Lhotě pod Libčany opět spojenou se zajímavou besedou.

O našich akcích i o činnosti týmu KSP se více dozvíte na webových stránkách www.hradeckyvenkov.cz nebo na Facebooku MAS Hradecký venkov.

Závěrem se obracíme na obce i jednotlivce s prosbou o nabídku prostor vhodných pro provozování denního stacionáře pro seniory.

Své nabídky, podněty a žádosti můžete směřovat na emailovou adresu ksp.hradeckyvenkov@gmail.com.

Za tým KSP Ladislava Tichá



▪ Do včelařského zákoutí nechal návštěvníky akce nahlédnout Vladimír Doležal z Poliz. Foto: Nela Štěpánková

Svatojánská noc patří mezi naše nejvýraznější tradice

Předznamenávala našim předkům období sklizně, tedy nejdůležitější část zemědělcova roku.

Křesťané v této době slavili narození Jana Křtitele. V lidových zvycích je Jan Křtitel chápán jako patron tohoto magického času, ve kterém síla slunce vrcholí a propojuje tajemné síly přírody s lidskými touhami.

V předkřesťanských představách bylo období letního slunovratu momentem, kdy se slavil kult léta, slunce, vody, ohně a přírody. Byl to kouzelný okamžik, kdy se realita prolínala s magickým světem a nadpřirozenými bytostmi; období čar, zázraků a kouzel.

Přechodové rituály tohoto období měly především očistný charakter, projevovala se úcta k přírodě slunci, úrodě a lidé oslavovali veselím a nezávaznou sexualitou.

Věřilo se, že o svatojánské noci mají čarovné a léčivé byliny největší sílu, zatímco po ní svou moc ztrácejí. Devět čarovných a léčivých bylin představovaly: kopretina, růže, smolníčka, chrpa, rozhodniček, čičmundiček, mateřídouška, fialka a zvonek. Děvčata je o svatojánské noci trhala mlčky bez ohlednutí a vkládala si je pod polštář, aby se jim ve snu zjevil obličej jejich budoucího vyvoleného. Věncem z devatera kvítí se pak například zdobily vršek jedle, která na některých

místech sloužila jako základ velkého ohně. Typickou svatojánskou bylinou je třezalka. Ta, kterou najdete a utrhnete o půlnoci na sv. Jana, vyžene čarodějnice a temné síly z domu.

Některé zvyky spojené se svatojánskou nocí se přímo vztahovaly k zajištění co nejlepšího průběhu partnerských vztahů. Děvčata například prohazovala ohněm věneček, a pokud ho některý mládenec na druhé straně chytil, měl být jejich budoucí vztah věrný.

O samotné noci se však na věrnost příliš nedbalo, protože se také tradovalo, že je právě té noci dovoleno to, co se jindy nesmí. Vznikaly tak jen

pro jednu noc nové páry, které se společně vypravovaly do lesů za dalšími kouzly. Pátrání v lese s sebou neslo mnoho nástrah, lidé mohli narazit na bludný kořen, mohly je utancovat divoženky nebo je mohly bludičky nalákat do bažin. Nově vzniklé páry o svatojánské noci například hledaly kvetoucí zlaté kapradí, které údajně rozkvétalo přesně a jen o půlnoci a muselo být zachyceno do bílých šatů právě v moment, kdy opadávalo. Toto kapradí pak o svatojánské noci pomáhalo otevřít skály, země byla ochotna vydat něco ze svých pokladů. Pokud člověk nebyl hamižný, mohl si odnést tolik, kolik unesl. Ten, kdo chtěl víc,

byl potrestán a propadl peklu.

Kapradí se připisuje i další magická moc. Svinuté vrcholky mladého kapradí nasbírané o svatojánské noci u sebe lidé nosili ve škapulíři na ochranu před zlými silami. Nasbíraným a usušeným kapradím a jeho zapalováním se v období sucha přivolávaly deště.

Magické vlastnosti se připisovaly rovněž svatojánské vodě. Koupání ve vodě na sv. Jana sloužilo k očistě těla i ducha. Běhání v ranní rose pak přinášelo svěžest, její pití léčilo žaludek a rozpouštělo žlučové kameny.

Radka Kubečková



WWW.PEXELS.COM

Nové workoutové hřiště vyroste ve Stěžerách

Nastupovala jsem do funkce starostky v roce 2011. Mým třem synům v té době bylo 12, 9 a 7 let. Zvláště ten nejmladší Jaroušek často komentoval změny v našich školách. Mnohokrát jsem od něho vyslechla větu: „Jen jsem odešel z MŠ, tak jste tam vybudovali krásnou zahradu. Jen jsem odešel ze ZŠ, tak tam je nová rozběhová rovinka.“ Mohu říci, že jsem tyto jeho „steskky“ brala jako pochvalu. Pochvalu za snahu zastupitelů i pracovníků obce. Také zaměstnanci školy se pod velmi úspěšným vedením Mgr. Jaroslavy Pavlů snažili a snaží o neustálé zlepšování podmínek pro život dětí ve Stěžerách.

Co se za ta léta změnilo v MŠ: Vyměnili jsme okna, zateplili budovu, vybudovali novou přírodní zahradu se zázeminím pro 3 oddělení dětí (s herními prvky, s letním mlhovištěm, vše doplněno novou zelení), následovala modernizace kuchyně s instalací nových zařízení a konvektomatu, kuchyně byla doplněna klimatizací, opravili jsme sociální zařízení pro děti i personál, vybudovali jsme nové zpevněné pojízdné chodníky.

Co se za ta léta změnilo v ZŠ: Nejdůležitějším a základním krokem byla výměna střechy a vybudování nových prostor na bývalé nevyužitých půdách pro 2 oddělení školní družiny. Tím se uvol-

nily místnosti pro možné zřízení další učebny, tentokrát pro 5. ročník. Tím byla po mnoha letech umožněna ucelená výuka 1. stupně ZŠ. Do té doby zde byly pouze 4. ročníky. Rodiče ocenili zejména zvýšení počtu dětí docházejících do družiny a mnoha dalších školních kroužků. Následovala přestavba ve stávající budově, která umožnila bezbariérový přístup a zlepšení podmínek pro výdej obědů. V loňském roce pak byla realizována nová přístavba, kde vznikla nová kmenová učebna, učebna výpočetní techniky a zázemí pro učitele. Všechny učebny jsou vybaveny moderní interaktivní tabulí a rekuperačními jednotkami pro čištění vydýchaného vzduchu. I vnější vzhled budovy se výrazně změnil. Byla realizována nová zateplená fasáda v olivové barvě. I zahrada školy doznala velkých změn. V první fázi vznikla nová rozběhová rovinka s dvěma dráhami a doskočištěm. Následně byly instalovány herní prvky, byla zvětšena plocha zahrady a vybudováno víceúčelové hřiště s pružným povrchem. Třešnickou na dortu se stal nový altán s vybavením pro výuku přírodních věd. Vše bylo doplněno esteticky vhodnou zelení.

Všechny výše uvedené změny byly málo platné, kdyby v nich nedokázali dobře pracovat všichni pedagogové i provozní zaměstnanci. Ti



▪ Netradiční pohled z dronu na obec Stěžery. Foto: Otto Kučera

všichni vykazují naprosto profesionální přístup ke vzdělávání žáků, zároveň vytvářejí pohodovou atmosféru a snaží se neustále i o návštěvníky obdivované zkrášlování všech prostor školy. Dospělí i děti říkají: „Z šedivé školy se stala škola barevná“. Na podzim se chystá den otevřených dveří, přijďte se podívat.

To vše ovšem již nemůže využívat můj nejmladší syn Jarda, který v současné době navštěvuje střední školu v Hradci Králové. I jeho vrstevníci jistě potěší alespoň něco nového pro „náctileté“, ale i dospělé. Připravujeme

totiž vybudování workoutového hřiště, na které jsme získali dotaci z Ministerstva pro místní rozvoj. To bude postaveno hned vedle budovy sportovní herny na stolní tenis a vedle sportovního areálu TJ Sokol Stěžery. Workoutové hřiště obsahuje herní prvky založené na cvičení s využitím vlastní váhy (hrazdy v různých výškových úrovních a ručkovací cvičební prvky). Vše bude doplněno lanovou dráhou. Doufám, že bude konečně i můj Jaroušek spokojený.

Dagmar Smetiprachová
starostka

Oslava letního slunovratu se vydařila i přes nepřízeň počasí

Pšánky - 20. 6. jsme společně oslavili letní slunovrat. Pro tento účel různí dobrovolníci z řad našich občanů i jejich přátel společně uchystali prostor v Kamenici. Nepříznivé počasí však nakonec nedovolilo uspořádat akci ve venkovních prostorách, proto byla oslava sv. Jana přesunuta do Hostince U Růženky ve Pšánkách. Přesto se akce těšila bohaté účasti a děti si mohly i tak projít cestu plnou lesních zvířátek, hledat poklad u zlatého kapradí nebo zhlédnout loutkové představení. Nechyběly ani tvořivé dílničky, účastníci akce měli dále možnost poznávat svatojánské byliny nebo posedět v zálesácké čajovně, kde Rufus připravoval čajík. Výrazné bylo vystoupení Václava Kořínka, k jehož hudbě přišly zatančit i bludičky. Pan Kořínek měl pak připravené večerní vystoupení s ohnivou show.

Tato akce byla propagována prostřednictvím facebookových stránek obce Pšánky, kde je nyní možné nalézt i krátké video z oslav sv. Jana (stříh E. Bednářová). Velké poděkování patří všem, kteří se zapojili a pomáhali s přípravami této akce.

Děkujeme také Nadaci Via a České spořitelně za rychlogrant na tuto nádhernou akci.

Radka Kubečková



▪ V zálesácké čajovně připravoval nápoje Rufus. Foto: Eliška Bednářová

Nová orlice na probluzském hřbitově



▪ Opravený pomník po letech opět zdobí orlice. Foto: Petr Lazaruko

Dolní Přím - na území obce se nachází nemalé množství pomníků a hrobů, které se vztahují ke krvavé bitvě u Hradce Králové 3. července 1866. Jejich udržování v důstojném stavu je proces v podstatě trvalý, přesto s radostí zmiňují, že za posledních několik let se v katastru obce podařilo opravit hned několik památek – mj. monumentální pomník rakouského 74. pěšího pluku u Horního Přímu či pomník rakouského 18. pěšího pluku na hřbitově v Prubluži. Na tomtéž místě proběhlo přesně na letošní, tj. 154. výročí královéhradecké bitvy slavnostní odhalení opraveného pomníku věnovaného příslušníkům 7. vestfálského pěšího pluku č. 56, kteří padli v boji o obec 3. července 1866. Tento monumentální mramorový obelisk, který byl na bojišti postaven již v roce 1867, zdobila bronzová plastika pruské orlice vzhlížející do údolí u Všestary, resp. směrem k Chlumu, kde se bitva rozhodla. Originál této plastiky byl však v roce 1999 neznámým pachatelem ukraden a v následujících letech byl nahrazen kopií z plastu. Bohužel i tato kopie orlice byla ukradena v roce 2010.

V letošním roce byla vytvořena ve slévárně HVH spol. s r. o. v Hor-

ní Kalné nová kopie orlice z plastu (umělého bronzu) a byla osazena na pomník restaurátorem Jiřím Soukupem. Finanční prostředky na obnovu pomníku byly získány z individuální dotace od Královéhradeckého kraje (42 000 Kč), z daru Gardy města Hradce Králové, z.s. (20 000 Kč) a zbytek peněz uhradil Komitét pro udržování památek z války roku 1866, z.s. (20 778 Kč).

Slavnostnímu odhalení se konalo za účasti zástupců Královéhradeckého kraje, města Hradce Králové, Muzea východních Čech v Hradci Králové, zástupců obcí Dolní Přím, Máslojedy, Třesovice a zemědělského družstva Všestary, členů Komitétu 1866 a několika desítek vojáků v dobových uniformách. Hned v úvodu představil ředitel projektu Königgrätz 1866 a velitel Gardy města Hradce Králové pan R. Balcárek okolnosti vzniku myšlenky vytvořit novou kopii orlice a přiblížil jednotlivé dárci finančních prostředků na tento záměr. S dalšími projevy vystoupili hejtmán Královéhradeckého kraje J. Štěpán a jeho náměstkyně M. Berdychová, náměstkyně primátora města Hradce Králové M. Štayrová, senátor J. Malý, starosta obce Dolní Přím P.

Švasta a předseda Komitétu 1866 M. Suchý. Po slavnostním odhalení orlice a položení věnců a kytic pomník požehnal nechanický farář M. Benko a pronesl modlitbu za vojáky padlé v krvavé královéhradecké bitvě. Jako výraz díky předal Komitét 1866 pamětní dekrety Královéhradeckému kraji, Gardě města Hradce Králové a obci Dolní Přím. Celou slavnost, kterou moderoval místopředseda Komitétu 1866 J. Synek, zakončilo něko-

lik čestných salv z dobových zbraní.

Na tomto místě je třeba jednak poděkovat všem, kteří k záměru osazení kopie orlice na pomník jakkoli přispěli (zejména technického referenta Komitétu 1866 pro oblast severních Čech J. Náhlovského, který pro plastiku orlice zapůjčil formu), a především společně doufat, že plastová orlice již nebude lákat žádného nenechavce.

Martin Barus, Komitét 1866

Rottweiler klub České republiky a ZKO Dolní Přím-Probluz

společně pořádají a zvou na

Klubovou výstavu ROTTWEILERŮ

se zadáváním titulů CAJC, CAC, BOB, BOS, BOJ, BOV, Klubový vítěz 2020 a Klubový vítěz mladých 2020

26.9.2020

rozhodčí **Ramona Radtke**
a **Hans-Jürgen Radtke (DE)**

Sponzoři:

INFO: <http://www.rkcr.cz/> a <https://zko-probluz.estranky.cz/>

Před covidem, po covidu, nikdo nesmí ven, byl to jen zlý sen?

Psal se 8. březen roku 2020 a já se vrátila s rodinou z jarních prázdnin (nebojte, žádná Itálie se nekonalala). V pondělí 9. 3. jsme si dali ještě oddech a o den později vyrazili do školy, do práce... Situace v ČR byla v tu dobu již vyhocená, nikdo nevěděl, co přijde za hodinu, za dvě, druhý den. Veškerá média nás zahlcovala neradostnými zprávami z celého světa. Nám se blížil 10. obecní ples, práce bylo nad hlavu. A v tu chvíli přišel příkaz „shora“, nouzový stav. Takové velké STOP!

Najednou nesměly děti do škol („smutek“ jimi jistě cloumal), hospody a restaurace uzavřely své dveře všem svým hostům, byl konec všem akcím, oslavám, dokonce i pohřbům. Zákaz cestování, návštěv. I my jsme místo finišujících příprav plesu sháněli dezinfekci, šili roušky. Občas někdo zavolal, že potřebuje dovézt nákup či léky. Ponurá nálada pohltila i naši obec, plynul den za dnem, týden za týdnem.

Přišly Velikonoce. Od nepaměti chodily děti na koledu dům od domu a zpřijemnilly den básničkou či písničkou. Ale letos se tak nestalo. Ulice byly ztichlé, bez dětí, bez radostného křiku. Odnikud se neozýval dětský smích a hlazol. A tak jako my jsme přišli o malé i velké koledníky, koledníci přišli o zábavu a „plné igelitky“ dobrot. Proto jim Spolek Lodiňáci připravil ranní překvapení v podobě „jedlých“ balíčků. Však si to zasloužili, vyrobili totiž pro místní seniory velikonoční přáníčka, kterými jistě potěšili.

S nadějí, že už snad bude lépe,

jsem každý den sledovala média, zda přijde nový zákaz či konečně nějaké to uvolnění. Koncem května začalo svítat na lepší časy, což pro nás znamenalo jediné. Blížící se Den dětí, konečně nějaká společenská akce. Děti přišlo hodně. Fajnové odpoledne se soutěží, dopravním hřištěm, skákacím hradem, střelnicí a super hudbou bylo skvělým odreačováním nejen pro malé, ale i velké. Zde jsem si všimla, jak jsou děti šťastné se svými kamarády, se kterými se dlouhou dobu neviděly. I mně jako dospělému udělalo dobře na duši potkat své přátele a prohodit s nimi alespoň pár slov. Nevím, co musela prožívat dětská srdíčka, když to moje oslavovalo jakýsi pocit svobody. A volnost jsem začala pocítovat na každém kroku jistě nejen já.

Svět se začal zdát být krásnější a zdravější, roušky jsme uložili na horší časy a začali se těšit na tradiční lodínskou pouť, kterou jsme považovali za oslavu všeho dobrého, co přijde, a za šanci potkat svého souseda, u piva a písničky. V pátek před poutí se konalo již poněkoličaté kino na kolečkách s českou komedií a pár kapkami deště. Sobotní propršené dopoledne, den pouti, beznaděj střídala rozmrzení nad počasím. Ale odpoledne vysvitlo slunko a osvítilo svými paprsky celou hasičskou louku. Už to může být jen lepší, říkala jsem si. Kolotoče, střelnice, labuť, hudba, pivo, klobásy, smích a radost, to všechno se prolínalo celým odpolednem až do brzkých ranních

hodin. Ještě chci představit součást hudebního programu, a to sdružení místních a přespolních muzikantů, kteří si říkají Nostra musica. Poctivě poslední tři měsíce cvičili, aby nás mohli potěšit nejen svým krásným lidovým zpěvem, ale i hrou na nástroje jako jsou housle, kytara a flétna. A kdo byl přítomen, jistě ho půlhodinové vystoupení nadchlo. Lidový kroj, krásné texty, povedené tóny, to přesně jsou ti naši milovníci hudby, kteří zde nehráli pro zisk, ale pro radost sobě a druhým. A Vaše nadšené tváře jim byly odměnou.

A jak už bývá tradicí, stejně jako v předchozích ročnících jsme se i letos rozhodli pomoci. Vybranými penězi jsme se rozhodli podpořit Jitku, na doporučení Šárky Balcarové. Jítu osobně zná a po celé roky nemocí ji pravidelně každý týden navštěvuje a pomáhá jí a její rodině. Něco málo o Jitce: JITKA VOLDÁNOVÁ (SUCHÁNKOVÁ) je bývalou sestřičkou oddělení intenzivní medicíny FN v Hradci Králové. V dubnu 2016 jí bylo diagnostikováno nevléčitelné onemocnění ALS. Je jí 47 let, celý život sportovala, lezla po horách a pomáhala zachraňovat nemocné. Nyní je plně závislá na pomoci druhých. Od Vánoc je již na podpoře dýchání. Má osmiletou dcerku. Čtyřikrát do roka se pro ni ve FN HK pořádá charitativní prodej. Paradoxně si musí platit charitu, jelikož její péče není zdravotnická (neužívá žádné léky ani injekce), ale pečovatelská.

Co je ALS? ALS neboli amyot-

rofická laterální skleróza je neurologické onemocnění způsobující postupnou degeneraci buněk, které ovládají pohyblivost svalů. Nemocní se postupně přestávají hýbat, nakonec jim zůstávají pouze pohyby očí. To vše se děje při zachování psychických a mentálních schopností. Příčiny onemocnění nebyly zatím dostatečně objasněny. Nemoc může postihnout kohokoliv, doba přežití se udává mezi 3-5 lety po stanovení diagnózy. Prevalence onemocnění v České republice se odhaduje na 6-8 případů na 100 000 obyvatel.

Dovolila bych si jen poděkovat všem, co se přišli bavit, přispěli, a tím i pomohli. Vybralo se neskuptečných 27 800 Kč a Jítě se předalo krásných 30 000 Kč. A jak nám později Šárka napsala: Dneska jsem Jitce předala 30 tisíc korun vybraných na pouti. Bylo to opravdu hodně emotivní, brečela ona i její manžel a oba vám všem ze srdce DĚKUJÍ. Ta částka jim vyrazila dech, peníze použijí na dotování osobní asistence.

A k tomu již netřeba dalších slov, kdo by chtěl i nadále pomáhat, zde FB stránky: facebook.com/projitku/

Jsmo moc rádi, že jste přišli, bavili se a na chvíli zapoměli na ten dnešní zvláštní svět. Na nemoc, která se šíří světem a jistě tu s námi ještě nějaký ten pátek bude. Přejí Vám všem krásný zbytek léta a užijte slunných dnů.

Monika Dvořáková, obec Lodín



▪ Děkujeme všem, kteří přispěli Jitce Voldánové na pouťové akci v Lodíně. Foto: Petr Voldán



▪ Na lodíské pouti nechyběly oblíbené labuť. Foto: Michaela Emanovská

Rekapitulace pohádkového roku ve školní družině

Nechanice - letošní rok ve školní družině ZŠ a MŠ probíhal v duchu pohádkových příběhů. Než nás zlý virus zastavil, všechny klubovny soutěžily o vzácné nechanické grošíky.

Jednou za měsíc jsme se všichni sešli na společnou hru, která souvisela s určitou pohádkou. V říjnu jsme se Smolíčkem pacholíčkem utíkali před jelenem z jiné klubovny, v listopadu jsme nejdříve museli sázet řepu a pak ji také společně vytáhnout, v prosinci jsme vyráběli loutky čerta a Káči, v lednu nám hra se Sněhovou královnou přinesla alespoň papírové vločky a v únoru jsme pomáhali Popelce najít její ztracený střevíček. Všechny hry jsme hravě zvládli. V průběhu celého měsíce děti od svých paní vychovatelek dostávaly až pět grošíků za týden – za pomoc, uklizenou skříňku, za vyrábění, za vzorné chování apod. I když nám koronavirus družinový rok zkrátil,

spočetali jsme získané grošíky a v každé klubovně našli tři nejlepší sběratele, kteří byli odměněni věcnými cenami.

Naše družina ovšem nezahálela ani v „koronačase“. Určitě jste si všimli velké aktivity na našich facebookových stránkách. Kromě každodenního čtení k obědu se na stránkách objevovalo nejrůznější vyrábění, návody, hry, vtipky a videa, a tak se mnoho rodičů mohlo inspirovat a zaplnit volný čas svých ratolestí. Díky těmto aktivitám byl o naší družině napsán článek v časopise Speciál pro školní družiny (3/2020) a to je pro nás opravdu velká čest.

Paní vychovatelky již vymyslely celoroční hru na další školní rok a nemohou se dočkat září, kdy bude moci odstartovat naše vesmírné putování. Ale o tom zase někdy příště...

*Dreamteam vychovatelek
ŠD Nechanice*



▪ Jedna ze soutěží pro děti ve školní družině. Foto: Regina Matoulková

A jedeme dál, vzhůru k prázdninám

Třesovice - 25. 5. 2020 se mezi ZŠ a MŠ opět vrátil pohyb a dětský smích. Tuto událost jsme nenechali jen tak bez povšimnutí a hned 1. 6. na Mezinárodní den dětí jsme naše znovusetkání oslavili spoustou zábavy, hudby, soutěžních aktivit, dobrot a na děti čekalo i překvapení v podobě dvou skákacích hradů.

Koncem června jsme se prostřednictvím „sportovního“ vystoupení a Zahradního pikniku rozloučili s letošními předškoláčky (a jejich rodiči), kteří již usednou do školních lavic. Po zahradním pikniku, opečení buřtíků a marshmello,

vydovádění se ve foto-koutku se všelijakými rekvizitami, ve školce nadále zůstalo živo – některé děti a paní učitelky v MŠ přespávaly. Do spacáků se však šlo až po absolvování večerní světelné stezky odvahy. Na počest této super party předškoláček jsme ještě vytvořili tablo, které znázorňuje rozlínání se dětí do ZŠ v různých obcích/městech. Můžete si ho prohlédnout ve výloze třesovického obchodu. Naším letošním „absolventům“ MŠ přejeme do života spoustu štěstí, studijních i životních úspěchů a „nezůstaňte za plotem“.

Mateřské škole se i v letošním školním roce podařilo udržet Certifikát Zdravé školní jídelny, podle jejich zásad vedoucí školní jídelny Evička Kulhánková sestavuje zajímavé a pestré jídelníčky a naše paní kuchařka Kačenka bravurním umem tyto jídelníčky přetváří v hotové gurmánské pochoutky.

Důkazem toho jsou i fotografie na webu školky ms.tresovice@seznam.cz v albu „Gastronomické cestování s Kačkou“, kdy nám Kačenka vařila v této době „uzavřených hranic“ každý týden jinou cizokrajnou kuchyni. Ochutnávali

jste například kuchyni anglickou, japonskou, italskou, americkou i další.

Budova školky od 20. 7. opět na pár týdnů utichne a děti se rozeběhnou na svá prázdninová dobrodružství. Ale již nyní vyhlížíme nový školní rok a s ním po navýšené kapacitě MŠ plných 40 usměvavých dětských tváří se světíly v očích, toužících po dovádění v silné partě kamarádů.

Krásné prosluněné prázdniny Vám přeje

*Gabriela Melounová
ředitelka mateřské školy*



▪ 25. 6. se na zahradě třesovické školky konal zahradní piknik a rozloučení s předškoláčky. Foto: Gabriela Melounová



▪ Děti se ve školce učí pečovat o zahrádku. Foto: Miroslava Karešová

| | | | | |
|---------------------|---------------|--|--|--------------|
| SRPEN 2020 | 1. 8. | | Rybářské závody na rybníku Žabínek. | Budín |
| | 1.8 - 2. 8. | | Fotbalový turnaj O pohár primátora města Hradce Králové. Hraje se v areálech SCM Bavlna, Háječek, Opatovice nad Labem a v Dohalicích. | Dohalice |
| | 4. 8. | 17:00 | Po stopách Karla IV. - divadelní vystoupení s doprovodem na kytaru na motivy stejnojmenné dětské knihy. | Mokrovousy |
| | 8. 8. | 21:00 | Letní kino - Vlastníci. | Hrádek |
| | 13. 8. | 18:00 | Přátelské povídaní o profesi oděvní návrhářky a výtvarníka s Andresou Vytlačilovou a Josefem Zlámalem v Pivovaru Lindr. | Mžany |
| | | 20:00 | Amfiteátr Chlum - autorská komedie pro celou rodinu - Vinetůů! | Chlum |
| | 14. 8. | 21:00 | Kino na kolečkách - promítání filmu Přes prsty u nové knihovny v Hřibsku. | Hřibsko |
| | | 21:00 | Letní kino - 3Bobule. | Kunčice |
| | 15. 8. | 8:00 | Nohejbalový turnaj dvojic | Sadová |
| | | 16:00 | Koncert dechové hudby - Hudba města Hradce Králové. | Sadová |
| | 16. 8. | 20:00 | Letní kino. Promítá se film 3BOBULE. | Mokrovousy |
| | 20. 8. | 20:00 | Strašidlo cantervillské - známý příběh s opravdovými herci a živým strašidlem. | zámek Hrádek |
| | 22. 8. | 12:30 | Slavnostní otevření sportovního areálu. Koncert Petra Koláře. | Nechanice |
| | 26. 8. | 21:00 | Kino na kolečkách - promítání filmu 3Bobule u požární nádrže ve Stěžirkách. | Stěžírky |
| | 27. 8. | 20:00 | Amfiteátr Chlum - divadelní hra Bez předsudků. | Chlum |
| 29. 8. | 8:00 | Dětské rybářské závody. | Lodín | |
| | 9:00 | Koloběžkiada. | Mokrovousy | |
| | 17:00 | Dětská diskotéka a soutěže. | Mokrovousy | |
| | 11:00 | 23. ročník soutěže O pohár starosty obce. Soutěž je zařazená do Extraligy ČR v požárním útoku a Východočeské hasičské ligy. | Pšánky | |
| | 14:00 | Dětský den. Od 18 hodin sousedské posezení s písničkami na přání. | Sadová | |
| | 15:00 | Máváme prázdninám - sportovní den pro děti i dospělé. | Těchlovice | |
| | 18:00 | Hrádkozámecká noc - tradiční prohlídky v netradičním čase. Prohlídky probíhají od 18 do 21 hodin. | zámek Hrádek | |
| 30. 8. | 15:00 | Rozloučení s prázdninami. | Probluz | |
| ZÁŘÍ 2020 | 4. 9. | 21:00 | Letní kino. | Třesovice |
| | 5. 9. | 10:00 | Květiny pro hraběnku Annu - výstava potrvá do 13. 9. | zámek Hrádek |
| | | 14:00 | V. ročník Pěšky i na kole kolem Dohalic. | Dohalice |
| | | 15:00 | Hříbecká padesátka. Od 19 hodin hraje skupina Manuál. | Hřibsko |
| | | 21:00 | Letní kino. Promítá se film Chlap na střídačku. V případě špatného počasí se promítání přesunuje do obce Dolní Přím. | Probluz |
| | 10. 9.–13. 9. | 19:00 | Hudební festival Romantický Hrádek. | zámek Hrádek |
| | 12.–13. 9. | 17:00 | Motosraz v areálu kempu. Program v kempu po celý den. | Lodín |
| | 18. 9. | 20:00 | Posvícenská zábava U Hysků. | Těchlovice |
| | 19. 9. | | 31. ročník Stěžerských šlapaček. | Stěžery |
| | 19.–20. 9. | | Stěžerský podzim - výstava ovoce a zeleniny v místní tělocvičně. | Stěžery |
| 26. 9. | 8:00 | Rybářské závody. | Pšánky | |
| | | Klubová výstava rotweillerů v areálu kynologického cvičiště. | Probluz | |
| | 18:00 | Taneční - první prodloužená. | KD Nechanice | |
| ŘÍJEN-PROSINEC 2020 | 11. 10. | 17:00 | Přehlídka divadelních spolků. Hra bude upřesněna. | KD Nechanice |
| | 16. 10. | 20:00 | Ples ZŠ a MŠ Nechanice (přesunutý termín z března letošního roku). | KD Nechanice |
| | 17. 10. | 8:00 | Výlov u rybníka Pšánky. | Pšánky |
| | | 20:00 | Zájezd do Polska - Kudowy Zdroje. Zájemci o účast se mohou hlásit na telefonním čísle 495453221. | Stěžery |
| | | 20:00 | Tradiční vinobraní. | Dohalice |
| | 7. 11. | 10:00 | Hněvčevské deskohraní | Hněvčeves |
| 28. 11. | 18:00 | Taneční - třetí prodloužená. | KD Nechanice | |
| 12. 12. | 18:00 | Taneční - věneček | KD Nechanice | |

Na kurzu keramiky máme vždy plno

Mokrovousy - Keramický kurz opět sdrůžil 12 zájemců o tvorbu a keramické tvoření. Bylo mi velkou radostí ho uspořádat a lektorovat a těšit se spolu s kurzisty z jejich výrobků.

Letošní jarní kurz jsme zahájili hned v úvodu března, ale jeho průběh narušila karanténa, a tak jsem ve své lektorské historii odvedla nejdelší kurz keramiky s nejmenší dotací hodin. Ukončení kurzu jsme totiž odložili až na červen, kdy se situace s „koronadobou“ uklidnila a bylo bezpečné se opět setkávat ve skupině.

Své kurzy keramiky už tradičně zakončuji vernisáží, na níž tvůrci poprvé vidí své dokončené, naglazované a dvakrát vypálené výrobky. Překvapení i úžas kurzistů a kurzistek nad sebou samými je vždy mojí velkou lektorskou odměnou. Jsem hrdá na všechny kurzisty, kteří při tvorbě mnohokrát překročí své domnělé

možnosti a jsou pak sami velmi překvapení, čeho jsou schopní. K tomu jim blahopřeji.

Letošní vernisáž jsme výjimečně uskutečnili v prostorách mokrovouského koupaliště a jako vždy jsme přizvali i veřejnost. Vernisáž proběhla 7. července v podvečer. Na výstavu keramických výrobků se přišlo podívat kolem čtyř desítek návštěvníků, z nichž mnozí měli zájem o koupi keramických výtvarů. Výstava ale nebyla prodejní.

Děkuji všem, kteří se o tvoření z hlíny a o keramiku zajímají a na letošní kurz se přihlásili. Vždy mě moc potěší, když obec Mokrovousy a paní starostka Jana Pečenková, projeví zájem o uspořádání kurzu. Tímto vřele děkuji za poskytnutí prostor a hlavně snahu o budování místní komunity, která má přesah i do dalších obcí Nechanicka.

Jakožto lektorka keramiky se s po-



▪ Vernisáž keramiky se konala v prostorách letního kiosku.
Foto: Věra Kobrová

řádáním kurzů a workshopů na chvíli loučím a budu se na své příznivce opět těšit na podzim nebo v zimě. Pevně věřím, že to už bude v nových

prostorech mé Dílny U Dubu.

*S přáním krásného léta nám všem
Veronika Volejníková,
www.dilnaudubu.cz*

NOS bez prken

Jsou to právě čtyři měsíce, co jsme odehráli naši v pořadí již osmou premiéru a bohužel to bylo na dlouho naše poslední vystoupení. Závěr letošní sezony jsme si asi všichni představovali jinak.

8. března 2020 jsme na prknech naší domovské scény v Nechanicích vystoupili s premiérou hry Strašidlo cantervillské v úpravě Romana Vencla. Ani ne za 5 minut dvanáct, ale

přímo v hodině dvanácté. Jen pár dní poté se svět zastavil.

Těšili jsme se na další ročník Miletinského divadelního jara a opětovné setkání s kolegy ochotníky z jiných souborů, na příjemně strávené chvíle na jevišti, v zákulisí i v hledišti, ale vláda a coronavirus byly jiného ná-zoru.

S radostí jsme uvítali pozvolný návrat do našich starých kolejí. Již prv-

ního června jsme se znovu shledali na prknech, která znamenají svět, byť jen za účelem, abychom si ze skříní uklidili všechny naše staré kostlivce, na které přes další povinnosti nezbýval čas. V průběhu našeho setkání jsme se jednoduše shodli na tom, že divadlo nám všem velmi chybí a jelikož nás nácvek a přípravy na Strašidlo stály mnoho vynaloženého úsilí a financí, padlo rozhodnutí, že obnovíme pre-

miéru tohoto díla, takže pokud jste naši inscenaci neviděli, nemusíte zoufat. Ještě budete mít šanci a věříme, že to pro vás bude skvělá podívaná, plná vtipu, speciálních efektů a do detailu propracovaných kulis a kostýmů.

Sledujte naše webové a facebookové stránky, na kterých Vás budeme s předstihem informovat o dalších vystoupeních.

Vaši Nosáci



▪ Divadelní hra Strašidlo cantervillské v podání nechanických ochotníků. Foto: Jiří Turek

Pohádkový les byl plný zábavy

Těchlovice - v neděli 21. června byl na hřišti zahájen 1. ročník Těchlovických Třešňohrátek. Ovoce, tolik typické pro naši vesnici, se v názvu objevilo záměrně. Děti rády soutěží a hrají si a tak jsme jim připomněli, že Těchlovice jsou významnou ovocnářskou vesnicí. Stěžejním programem dětského veselí byl Pohádkový les. Členky spolku Těchlovandy připravily pohádková stanoviště se zábavnými, ale i poučnými tématy. A aby se dětem čekání na startu před lesním putováním nezdálo dlouhé, soutěžily, hrály si hry na hřišti a třešňová teta jim vyprávěla motivační pohádku. V lese je pak čekaly bludičky, perníková chaloupka, myslivec, vodníci a báby kořenářky se svým voňavým stanovištěm. Potkaly se i s loupežníkem a hejkalem. A kde jsou třešně? I přes letošní velké problémy sadařů se nám podařilo červené ovoce zapojit do hry. Odhadovalo se množství třešní, házelo se na třešňové terče a cesta v lese byla roubená třešňovými cedulkami. I na ochutnávku došlo. Koronavirová opatření nám trochu svázala ruce, ale i tak se Třešňohrádky povedly. Odpoledne jsme při opékání buřtů s rodiči akci zhodnotili jako zdařilou. Vždyť v nejistém počasí přišlo na start téměř třicet dětí.

Blanka Macháčková



■ Dvě fotografie ze stanovišť pohádkového lesa. Jedno z nich zavedlo děti k vodníkoví.
Foto: Blanka Macháčková

Pohled z ptačí perspektivy

Mokrovousy – Už před lety se v Mokrovousích začalo fotit „z nebe“. První letecský snímek pochází z roku 1990 a visí na chodbě obecního úřadu hned vedle ručně vymalované mapy z roku 1841. Je tak možné krásné srovnání vývoje obce po mnoha letech, vlastně se dá říci i po staletích. Od roku 1990 vznikly ještě dva letecké snímky. V roce 2000 a nejnovější se fotografoval 18. 5. 2020. Počasí focení velmi přálo, bylo nejen slunečno, ale díky letošním deštům bylo všude také krásně „zeleno“. Všechny jmenované snímky najdete na zdech v prostorách obecního úřadu.

Obec se neuvěřitelným způsobem rozrostla, téměř kompletní je výstavba v lokalitě Pod kostelem, mnoho nových domů vzniklo i na jiných místech obce, úplně novou podobu má budova obecního úřadu a spousta nemovitostí prošla velkými rekonstrukcemi. Letošní snímky doslova hrají všemi barvami. Pokud by kohokoliv zajímal vývoj naší obce pohledem z nebe, je možné se zastavit a snímky si prohlédnout. Dále také nabízíme možnost poskytnutí originálů fotografií z letošního focení. Kompletní snímkování najdete na internetových stránkách obce - www.mokrovousy.cz/fotogalerie.

Jana Pečenková



■ Letecký snímek pořízení 18. 5. 2020. Foto: Tomáš Hora

Šestý ročník střeleckých závodů

Lodín - pokud náš život není ovlivněn opatřeními proti pandemii Covid 19, tak se pravidelně konají v době kolem 1. června střelecké závody pro děti, ale i dospělé v areálu koupaliště.

Letos připravili na 27. června již 6. ročník střeleckých závodů o putovní pohár starosty Lodína myslivci spolku „Starý Háj“. V soutěži střelení ze vzduchovky na pevné, padající, ale i pohybové terče sou-

těžily děti od nejtěplejšího věku, ale i jejich rodinní příslušníci. Celkem se šlo na 65 střelců. Na závěr celého odpoledne mohla předat místostarostka paní Monika Dvořáková putovní pohár pro nejlépe

střílející čtrnáctiletou Anetu Dobrozemskou.

K pěkně prožitému odpolednímu přispělo i občerstvení včetně grilovaných dobrot.

Miroslav Dobrozemský



▪ Při střelení je potřeba velké soustředění. Foto: Monika Dvořáková



▪ Vítězkou závodů se stala Aneta Dobrozemská. Foto: Monika Dvořáková

Turnaj v malé kopané slavil osmnáctiny

Poslední červnový víkend bylo pěkné slunečné počasí. Za zvýšených hygienických opatření spojených s pandemií Covid-19 proběhl na hřišti u sokolovny v Dohalicích 18. ročník turnaje v malé kopané RAALTRANS CUP 2020.

Na třech hřištích bylo po celý den

vidět v 52 utkáních množství kvalitních zápasů, mnoho pěkných gólů a výborných výkonů jednotlivců. Z přihlášených 19 týmů se podle rozpisu turnaje proboujel do zápasu o třetí místo tým Jip-projekt a TMK Looser. Nakonec v penaltovém rozstřelu třetí příčku vystřelil právě tým

TMK Looser. Ve finále se utkaly týmy Hodyboss.cz a obhájce prvenství z minulého ročníku, tým Mambo. Po nerozhodném výsledku 2:2 si vítězství v penaltovém rozstřelu zajistil tým Hodyboss.cz. Nejlepším hráčem turnaje byl vyhlášen Lukáš Rohlíček z vítězného týmu a nejlepším branká-

řem Mikuláš Heřman z týmu Mambo. Poděkování patří čtveřici rozhodčích, které delegoval OFS Hradec Králové. K dobrému průběhu akce přispělo nasazení všech pořadatelů z řad dohalských fotbalistů i jejich manželek.

Těšíme se na další ročník.

Jaroslav Fejfar

Sportovní den se těší velké oblibě

Trnava - v neděli 5. 7. 2020 proběhl pod záštitou SDH Trnava sportovní den. Jednalo se již o čtvrtý ročník. Podle počtu účastníků bylo vidět, že se tato akce těší velké oblibě.

Pro děti i dospělé byl připraven turnaj v badmintonu a ve stolním tenise. Soutěžilo se ve dvou kategoriích: děti a dospělí. Dospělí soutěžili ve dvojicích, které byly náhodně vylosovány. Z řad dospělých se v letošním roce utkalo v badmintonu 16 dvojic, ve stolním tenise 14 dvojic. V dětské kategorii si v badmintonu zasoutěžilo 6 dvojic. Ve stolním tenise děti soutěžily jednotlivě.

Vítězové obdrželi medaile a věcné ceny. Na všechny účastníky a samozřejmě i diváky čekala odměna ve formě grilovaných steaků a ostatního občerstvení, které připravily členky SDH Trnava. Pro zábavu nejmenších byla připravena trampolína.

Sportovní den se opravdu vydařil. Přispělo k tomu nejen krásné počasí, ale i atmosféra, kterou vytvořili sportovci, ale i fandící diváci. Jejich počet nás mile překvapil. Celkově se akce zúčastnilo 82 občanů všech věkových kategorií.

Poděkování patří všem, kteří se na organizaci této akce podíleli.

Jana Šarounová



▪ Vítězové turnaje v badmintonu. Foto: Lenka Vaníčková

Bolí mě záda, když dlouho sedím – kompenzujete?



Autorka článku Jolana Novotná – pohyboložka specializující se na pánevní dno, diastázu, vbočené palce a spadlé klenby nohou, lektorka ve škole pánevního dna Renaty Sahani, absolventka fyzioterapeutické školy Spiral-dynamik LEHRGANG BASIC, www.jolananovotna.cz

Co to vlastně je kompenzační cvičení? Význam slova kompenzační = vyvažující, vyrovnávající.

Přišla za mnou klientka, že potřebuje zpevnit záda, potřebuje, aby vydržela déle sedět u počítače. Ptala jsem se jí, co to znamená déle sedět u počítače? No, abych vydržela alespoň celé odpoledne sedět. Aha? Celé odpoledne je 5 a více hodin. Tak to bohužel nemohu sloužit. Tělo je chytré, není stavěné k dlouhodobému sezení, tělo má rádo pohyb a především pestrý pohyb. Vyžaduje kompenzaci. Rádo si posedí, projde se, zatančí, chce měnit pozice. Nerado nosí dlouhodobě těžké tašky, nebo batohy. A když mu nenasloucháme, tak nám to dá znát. A my běžíme k opraváři (lékaři) a prosíme, oprav nás, ať můžeme zase hodiny a hodiny dělat, co jsme dělali doposud, třeba dlouho sedět. Ale to nejde.

Jak vypadá kompenzace v každém dni?

Pokud většinu dne sedíte ať už u stolu, nebo v autě a pak nasednete na jízdní kolo nebo rotoped a jedete se projet, to není kompenzace. To jste si ze sedu znovu sedli, tělo je v podobné pozici. Změnily se jen kulisy. Kompenzace je se postavit, nebo se jít projít, nebo si lehnout, rozpoohybovat tělo cvičením ve stoje a protahováním.

Když většinu dne pracujete na zahrádce, v dřepu nebo kleku plejete, okopáváte a pak si sednete k televizi, nebo si sednete a odpočíváte,

to není kompenzace. Ta by byla, kdybyste si lehli nebo opět postavili a dostali tělo do jiné polohy, například trhat jablka ze stromu. To je ideální kompenzace i pro ruce a hrudník.

Pokud většinu dne chodíte, pak není kompenzací jít na dlouhou procházku i když budete na čerstvém vzduchu, ale je, když dojdete do lesa, nebo parku, tam si sednete, nebo lehnete na deku a budete si číst, nebo poslouchat ptáky, pozorovat přírodu.

Pokud většinu dne např. navlékáte korálky, nebo lepíte modely autíček, šijete, nebo něco obdobného děláte rukama, pak kompenzací pro ruce je jít zalévat zahradu konvemi, chvíli nosit něco těžkého v rukách nebo štípat dřevo, případně jít uklízet, vytírat atd.

Pokud většinu dne koukáte do knihy, počítače, luštíte křížovky, díváte se na televizi, zaostřujete oči na blízko, pak kompenzací je zvednout oči a dívat se do dálky, jen tak bloumat očima a rozhlížet se, ale nesnažit se zaostřovat, ale bezcílne bloumat... A to, vám řeknu, je těžké. Máme tak natrénováno stále něco očima zaměřovat, že bezcílne se rozhlížet a bloumat zrakem v dálce je náročné. A nebo zavřít oči a nedívat se na nic. To je mnohem jednodušší, ale, jak říkám, střídáme to.

Pokud jste malíř pokojů, zedník nebo automechanik a celý den pracujete s rukama nad hlavou, tak pak

je pro vás pletí záhonů tou pravou kompenzací.

Pokud většinu dne přemýšlíte, organizujete a zaměstnáváte mozek, tak je nejdělnější kompenzací pozorování, jak moje tělo dýchá a nechat mozek odpočinout. Naordinovat mu klid, ale to se lehce řekne a už hůř dělá. Nabídněte mu: ať sleduje mraky na nebi, jak si tam po obloze plují, nebo ať pozoruje strom, jak si vítr hraje s listy, jak ptáci přilétají a odlétají. Nebo si zavřete oči a jen poslouchajte zvuky, šumění listů ve větru, zpěv ptáků, případně vnímejte vůně, všimněte si, jaké vůně okolo cítíte, jak voní voda, tráva, ale i třeba váš byt, vaše ruce.

Už chápete rozdíly co je a co není kompenzace? Prostě něco odlišného od toho, co dělám většinu dne a z čeho mě bolí tělo.

A jak to dopadlo s mou klientkou? Po přečtení článku vám asi

došlo, co jsem jí poradila. Ano, nesedět tak dlouho. Jít se hybat. Jenže je to její práce, potřebuje pracovat na počítači, ale potřebuje u toho sedět? Vždyť může u práce na počítači i stát. Je to žena činu. Okamžitě si upravila své pracovní místo a u počítače střídá sezení i stání. Píše mi: Hurá, má záda jsou šťastná.

To přeji i vám, ať jsou naše těla šťastná a my v nich.

Kompenzace je pestrost, střídání, používat své tělo různě a přemýšlet u toho, to co jsem dělala dnes, nebudu už dělat zítra. Změna je život a pohyb je lék.

Cvičte se mnou ZDARMA online. Pravidelně čtvrtky 20 – 21 h. Nyní o prázdninách vzpomínám na své začátky a uveřejňuji jednotlivé lekce z kurzu Pilates z roku 2012. www.pohyboteka.cz

*S láskou a úsměvem
Jolana*

ODBORNĚ, RYCHLE, KVALITNĚ

ELEKTROREVIZE A ELEKTROMONTÁŽE

revize elektroinstalací, el. přípojek, hromosvodů,
el. spotřebičů a náradí, realizace elektroinstalací

MILAN FIŠERA
MOKROVOUSY 59
+420 605 852 965
fiseramilan@gmail.com



22.08.2020 OD 12:30 SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ AREÁLU + PETR KOLÁŘ

Město Nechanice ve spolupráci s FK Nechanice

Vás srdečně zve na slavnostní otevření víceúčelového sportovního areálu (ulice Novopackého), kde po sérii fotbalových utkání vystoupí rockový zpěvák Petr Kolář.



pestrá fotbalová utkání
(stará garda, žákyně,
přípravka, muži)

výstava (fota z historie, výstavba
areálu, pamětihodnosti...)

doprovodné soutěže, skákací
hrad, trampolína, dětské hřiště,
workoutové hřiště...

vystoupení Petra Koláře

vstup zdarma

občerstvení zajištěno

více informací na tel. 602 657 018

www.nechanice.cz, www.fknechanice.cz

změna programu vyhrazena

12:30 areál Vás „vítá“

13:20 slavnostní otevření, přípitek

13:30 utkání „osobností“

15:00 FC HK vs. FK Dukla Praha

16:15 modelové utkání přípravky

16:50 výkop čestných hostů

17:00 FKN vs. Červeněves „B“

17:50 představení bývalých hráčů

19:30 Petr Kolář

22:00 překvapení



COMPANY CATERING



- Rozvoz chlazeného jídla
- Rychlé, snadné, levné
- Vysoká trvanlivost až 30 dní
- Bez konzervantů a bez éček

- Rozvoz každý pátek
- Objednávky do středy

tel: 776 285 071
email: objednavky@companycatering.cz

NABÍDKA POKRMŮ

☺ = vegetariánské

- Smetanové gnocchi se špenátem ☺ 74,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Žampiony na kyselo, bulgur ☺ 74,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 7
- Zeleninové Lasagne ☺ 74,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Rajská omáčka s masovými kuličkami, těstoviny 79,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Pečené kuřecí špalky na paprice, jasmínová rýže 79,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Chilli sin carne ☺ 79,00 Kč
hmotnost: 500gA 9
- Španělský ptáček, jasmínová rýže 84,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Segedínský guláš, houskový knedlík 84,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Špagety bolognese 89,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Vepřová kotleta na houbách, brambory ve slupce 89,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Kuřecí na víně, brambory ve slupce 89,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7, 9
- Vepřový vrabec, chlupaté knedlíky se zelím a škvarky 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Halušky s uzeným masem a zelím 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Fajitas Tortilla 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Hovězí maso s koprovou omáčkou, houskový knedlík 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Hovězí maso se svičkovou omáčkou, karlovarský knedlík 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7, 9
- Zeleninové kari tofu, rýže basmati ☺ 94,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 7, 9
- Kachní prsa s červeným zelím, bramborové špalíčky 99,00 Kč
hmotnost: 500gA 1, 3, 7
- Jehněčí Vindaloo, rýže basmati 119,00 Kč
hmotnost: 500gA 7, 11

Veškeré naše výrobky jsou dodávány chlazené a zatažené v PE talíři.
Příprava: Ohříváte 5 minut v mikrovlnné troubě. Skladujte při teplotě do 6°C.



přivítá do svých mládežnických
týmů **nové kamarády**



Chlapci od pěti let se mohou hlásit a informovat na
telefonním čísle **777 783 387** u trenéra.

**Příprava na nový ročník se zahajuje již
5. srpna 2020.**

VITALTECH
ROZBĚŘICE
PRODEJ, PŮJČOVNA A SERVIS
ZAHRADNÍ TECHNIKY

**Travní traktor
+ deflektor zdarma**



Cena
46.500,-
www.vitaltech.cz

Rožběřice 18 | 503 12 Všešary | Tel: 495 458 152 | mobil: 725 993 021 | e-mail: info@vitaltech.cz

Návrat do minulosti

Na sběratelské burze jsem nedávno získal odznak, který byl vyroben v roce 1907, a to u příležitosti okrskového cvičení sokolstva v Dohalicích. V pamětní knize Sokola Dohalice je o tomto cvičení záznam i s přesnými údaji:

„Cvičení okrskové bylo 2. června. Vydařilo se velmi pěkně. Účast 18 bratří v kroji, 9 cvičenců z členstva, 10 z dorostu.“ Po 113 letech se tak vrátil znak tak říkající na místo činu.

Jindřich Kudrna



▪ Záznam pamětní knihy dohalického sokola. Foto: Jindřich Kudrna



▪ Odznak z roku 1907 se po letech vrátil zpět do Dohalic. Foto: Jindřich Kudrna

TJ Sokol Těchlovice uspořádala dne 6. 6. 2020 dva sportovní turnaje

Turnaj v MALÉ KOPANÉ - 17. ročník. Vítězem se stal Hrádek. Turnaj v TENISE, který s malým přerušením pořádáme od roku 1982. Loňské vítězství obhájil Pavel Hulaj.

Před uskutečněním těchto turnajů probíhaly již několik týdnů předem přípravy na zprovoznění celého sportovního areálu po zimním období a pandemií koronaviru. Jednalo se zejména o náročnou úpravu povrchu antukového dvorce po dlouhém období sucha. Bylo třeba odstranit velké množství plevele, upravit a často válcovat antukový povrch, aby byl dostatečně tvrdý.

Těž bylo třeba odstranit velké množ-

ství spadaneho listí z okolních stromů.

Pro kopanou se musela provést údržba trávníku a vytyčení hrací plochy.

Turnaje v malé kopané se zúčastnila celkem čtyři družstva. Dvě z Těchlovic a po jednom z obcí Hrádek a z Libčan.

V základní skupině se utkala všechna čtyři družstva systémem každý s každým, a pak následovala dvě semifinále.

Pořadí družstev po základní skupině bylo: 1. Těchlovice „A“ 12 bodů; 2. Hrádek 4 body se skóre 4:5; 3. DREAM TEAM 4 body se skóre 3:4; 4. Těchlovice „B“ 0 bodů. Poté následovaly velice vyrovnané zápasy.

První semifinále: Těchlovice „A“ : Těchlovice „B“ 2:2 (na penalty 2:1). Druhé semifinále: Hrádek : DREAM TEAM 2:2 (na penalty 2:1). Zápas o 3. Místo: Těchlovice „B“: DREAM TEAM 4:0. Finále: Hrádek : Těchlovice „A“ : 2:2 (na penalty 2:1). Vítězné družstvo z Hrádku si odvezlo putovní pohár.

V tenisovém turnaji startovalo 10 hráčů – 9 mužů a jedna žena.

V turnaji byly sehrány pouze dvouhry. Hrál se ve dvou skupinách po pěti na jednu sadu každý s každým.

Z každé skupiny postoupili první čtyři hráči do čtvrtfinále. Turnaj pokračoval vyřazovacím způsobem. Hrál se

na dvě zkrácené vítězné sady. Výsledky semifinále: Pavel Hulaj – Martin Nun 2:0. Jiří Zíkl ml. – Martina Kovalovská 2:0. O třetí místo: Martin Nun – Martina Kovalovská 2:0. Finále: Pavel Hulaj – Jiří Zíkl ml. 2:0 (sady: 5:3; 5:2)

První tři hráči obdrželi pamětní medaile s vyrytými údaji o pořadateli a termínu turnaje. Počasí hráčům příliš nepříšlo. Fotbalový turnaj skončil ještě před deštěm, tenisový se dohrával již za prudkého deště. Přesto byli všichni účastníci těchto turnajů velice spokojeni s průběhem i organizací.

Se sokolským pozdravem „NAZDAR“.

Jiří Zíkl st.



▪ Těchlovické turnaje. Foto: Jiří Zíkl