



únor
2017

zdarma

Slovo starosty



Zimu, kdy mrzne a je hodně sněhu, máme snad všichni rádi, protože se podvědomě vracíme do dětství. V minulosti jsem si mnohokrát povzdechl nad opakující se mírnou zimou. Bylo to asi rouhání, protože letošní průběh zimy mně napověděl, že její vláda ještě zdaleka neskončila. Pro město to znamená větší úsilí o zabezpečení schůdných chodníků a sjízdnosti komunikací. Jsem rád, že máme v provozu nový zametací stroj a situaci jsme díky nasazení pracovní čtyř celkově snad zvládli. Jsou samozřejmě úseky, kam se při nejlepší vůli nedostaneme, a tak se omlouváme občanům, že nebylo uklizeno všude včas. Pracovní četa města patří dík. V zimním období neodpočíváme a věnujeme se přípravě na jarní investiční výstavbu. Občas jsme kritizováni za to, že vynakládáme velkou energii na investice. Vynakládáme, ale jinak to nejde. Stavby a jejich údržba ve prospěch občanů a rozvoje města jsou zhmotněním našeho koaličního programu. Za všechny uvedu například nový pavilon školky, novou budovu policie, silnice, chodníky, fasády, opravené budovy škol atp. Věnovat náležitou pozornost rozvoji města je povinností nejenom radniční koalice Liběhrad, TOP 09 a ANO 2011, ale očekává se to i od opozice LOS a ODS. Žel, často marně. Vnímavý čtenář LN a občasný účastník jednání zastupitelstva města si jistě názor utvoří sám, protože žádná z těchto pro město významných investic nenašla u opozičních zastupitelů podporu.

I v loňském roce jsme si dle ekonomických kritérií vedli finančně dobře. Přes velké investice a různá nutná vydání skončil rozpočet města masivním finančním přebytkem, což nás těší, protože i to je naše povinnost - vést ekonomiku města s péčí řádného hospodáře bez dluhů a s rezervou na nepředvídatelné výdaje. Je tedy mimo veškerou logiku, proč někteří opoziční zastupitelé rozpočet města na tento rok nepodpořili. Takové jednání zastupitele je sice v mantinelech demokracie, ale silně zavání poněkud předčasným volebním bojem. Nepodpoření rozpočtu je každoročně se opakující zbytečný rituál menšinové opozice, která si od toho naivně slibuje, že vláda koalice padne.

Díky finančnímu přebytku jsme na rok 2017 zvýšili částku v rozpočtu pro zájmové spolky. Zavedení systému městských příspěvků zájmovým organizacím byl návrh Liběhradu v r. 2006 a byl přednesen tehdejšími zastupiteli za Liběhrad Matějem Štětkou a Martinem Sekerou, kteří to měli ve své kompetenci. To, že v dalším volebním období kandidovali za TOP09 a v dalším za LOS, nekomentuji.

Domnívám se, že je zbytečné rozvíjet diskuse, kdo se o co zasloužil, neboť vždy se jedná o týmovou práci, ale když se o tom na straně 4 těchto novin mluví, rád bych, aby to zaznělo přesně. Proto musím zdůraznit, že během posledních dvou volebních období, kdy stojí v čele města Liběhrad s podporou svých koaličních partnerů, byla částka na činnost a akce spolků a zájmových organizací výrazně navýšena.

Je třeba říci, že se finance do městského rozpočtu nespoují jen tak samo sebou. Za RUD (rozpočtové určení daní), neboli přerozdělení výnosů ně-

LOŽ není LOS

Omlouváme se Libčickému ochotnickému spolku, pořadateli Libčického divadelního podzimu, za to, že jsme jej v minulém čísle LN v článku Novoroční slovo zařadili do akcí, které pořádá LOS.

kterých daní územním samosprávným celkům, se zasloužilo hnutí Starostů a nezávislých (STAN) a TOP 09, na čemž se nemalou měrou v r. 2012 podíleli i zástupci Liběhradu. Díky tomu od roku 2013 získávají obce ze zákona ročně více peněz, které mohou investovat do svého rozvoje. Vážení občané, i v letošním roce nás na radnici čeká hodně práce, kdy dojde i na dokončení rozpracovaných investic z minulého roku. Připravujeme ale i akce zcela nové jak ve stavebnictví, tak i v podpoře spolků, kultury a sportu, o čemž vás budeme průběžně informovat. Děkujeme za vaši podporu.

Ing. Pavel Bartoš, MBA



Ojíněná cesta na Tursko.

Foto: Hannah Bartíková



- Leden byl díky sněhové nadílce ve znamení péče o komunikace a chodníky. Pracovní četa se měla co činit.
- Správa majetku a investiční komise připravovala návrh investičního plánu na rok 2017.
- Kontrolní a finanční výbor zpracovával podněty opozice k prošetření postupu radnice při pořízení zametacího stroje a postupu výstavby nové policejní stanice.
- Pracovali jsme na přípravě realizace záměru stavby Městského domu na Náměstí Svobody.
- Rada města proběhla 3x, zastupitelstvo 1x a jednání řídicí skupiny strategického plánu 1x.
- Zápisy z jednání rady, zastupitelstva a orgánů pro tvorbu strategického plánu města jsou umístěny na webu města na adresách:
<http://www.libcice.cz/mesto/zastupitelstvo.html>
<http://www.libcice.cz/mesto/rada.html>
<http://www.libcice.cz/mesto/strategicky-plan.html>



GENERÁLNÍ FINANČNÍ ŘEDITELSTVÍ
Odbor komunikace
Lazarská 15/7, 117 22 Praha 1
Tel.: 257 044 025

TISKOVÁ ZPRÁVA

Finanční správa nově nabízí zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí na e-mail

Finanční správa zavádí pro poplatníky novou službu spočívající v zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí na e-mail namísto složenky. Poplatník přihlášený k této službě obdrží na e-mail kompletní informaci s údaji pro placení daně. Tato informace bude obsahovat obdobné údaje, jaké jsou nyní uvedeny na alonži složenky, tj. informace o výši stanovené daně, výši nedoplatku/přeplatku a údaje pro placení daně včetně QR kódu, umožňujícího platbu daně prostřednictvím internetového bankovníctví nebo mobilních platebních aplikací. Zájemce o tuto službu odevzdá nejpozději do 15. března 2017 svému správci daně Žádost ve věci zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí e-mailem.

Tato služba je určena výhradně pro poplatníky daně, kteří nemají zřízenou službu placení daně prostřednictvím SIPO a právnické osoby, které nemají zřízenou datovou schránku. Poplatníkům, přihlášeným k zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí e-mailem, nebude zaslána složenka.

Podrobné informace o službě zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí e-mailem naleznete na internetových stránkách Finanční správy: www.financnisprava.cz, v sekci Daně a pojistné > Daně > Daň z nemovitých věcí > Informace, stanoviska a sdělení > 2016 > Informace k nové službě zaslání údajů pro placení daně z nemovitých věcí e-mailem.

Tiskovou zprávu naleznete též na: <http://www.financnisprava.cz/cs/financni-sprava/pro-media/tiskove-zpravy/2017/financni-sprava-nove-nabizi-zasilani-uda-7783>

Ing. Petra Petlachová
Ředitelka Odboru komunikace, tisková mluvčí
Generální finanční ředitelství
Telefon: 602 674 903

TERMÍNY UMÍSTĚNÍ KONTEJNERŮ

v I. pololetí roku 2017

NEDĚLE

Únor	26. 2.	Květen	28. 5.
Březen	26. 3.	Červen	25. 6.
Duben	23. 4.		

Kontejnery budou umístěny v uvedených termínech na těchto místech:

- Libčice n/Vlt.** - křižovatka ulic Nerudova, Palackého, Na Radosti a Tržní
- Libčice n/Vlt.** - Kralupská
- Letky** - Letecké nám.
- Chýnov** - ul. Ke Studánkám
- Chýnov** - Sídliště Pod Saharou k čp. 705 (vedle dětského hřiště)

Sbor Dobrovolných Hasičů Libčice II - Letky

Vás srdečně zve na

Hasičský ples

Zahraje skupina

Globus Band

v KD Libčice 11.3.2017 od 20 h.

Bohatá tombola, turnaj v šipkách a mnoho dalšího ...



Klub seniorů

- 1. 2. Dějiny světa - IZRAEL
- 8. 2. Tvořivá činnost
- 14. 2. Tvořivá dílna s Martou Morice
v galerii arto.to v Uhelném mlýně
- 15. 2. Posezení u kávy a čaje
- 22. 2. Procvičování paměti



CESTOVÁNÍ A KULTURA

Během roku jsme absolvovali 11 výletů, při kterých jsme navštívili 23 krásných míst naší země např. Kutnou horu a Kroměříž, což jsou poslední české památky pod ochranou UNESCO, které nám zbývaly navštívit.

Na podzim jsme si udělali výlet na Sněžku. Bylo krásné počasí, užili jsme si jízdou novou lanovkou a obdivovali krásné panoráma Krkonoš. Nevynechali jsme ani Prahu, a tak jsme během roku podnikli několik procházek naším hlavním městem a navštívili několik divadelních představení v divadle U Valšů.

Rádi bychom v těchto aktivitách pokračovali i v letošním roce. Na první pololetí máme naplánováno šest výletů, procházky po zajímavých místech Prahy a výstavy. Opět pro členy klubu uspořádáme dvě posezení s hudbou. Pokud se někomu ze seniorů náš program zalíbí a bude chtít mezi nás přijít, stačí zatelefonovat na číslo 725 865 826.

Na závěr děkují radě města jménem všech členů našeho klubu za finanční příspěvek, který používáme na vyrovnání ceny za autobus. *Jana Janovská*

BILANCE

Uběhl zase jeden rok a je třeba bilancovat. Jako každý rok máme plán činností, ve kterých pokračujeme.

I nadále spolupracujeme se základní i mateřskou školou. Pro základní školu jsme ozdobily asi 30 kraslic, které si děti na velikonočním trhu prodaly a získané peníze byly použity pro potřeby školy.

Do mateřské školy docházíme minimálně třikrát do roka. Svátek matek, Den dětí a Vánoce. Všechna setkání jsou velmi milá a bezprostřední. Děti nám dávají přáníčka a malé dárečky a my se je snažíme potěšit cukrovím a našimi výrobky, ze kterých mají velkou radost. A je to radost opravdová, protože naše dárečky mají ve třídách vystaveny i několik let. I letos bylo vánoční setkání velmi milé. Děkujeme za to paní ředitelce i paním učitelkám. A musíme připojit ještě jeden velký dík, a to paním kuchařkám za chutné pohoštění.

Také sledujeme naše kamarádky, které vzhledem ke svým zdravotním potížím nemohou do klubu docházet. Pokud je to možné, telefonujeme jim, dodáváme odvalu a sílu v jejich nemoci. Posíláme drobné dárky a přání k narozeninám i svátkům. Velikou radost třeba udělalo přáníčko k 90. narozeninám, které jsme poslaly paní Heleně Maříkové.

Stále se zúčastňujeme soutěže a výstavy v Lysé nad Labem s názvem „Šikovné ruce seniorů pro radost a potěšení“. Snažíme se každý rok vyrábět stále nové a nové výrobky. Za účast vždy obdržíme diplom a drobné dárečky, ze kterých máme radost. V poslední době jsme zjistily, že se naše výrobky čím dále tím více líbí. Velmi nás to potěšilo, a protože některé ženy projeví zájem se naše výtvarné techniky naučit, jsou vítány. A je jedno, kdo přijde. Rády přijmeme každého.

V letošním roce nás zastihly i dvě velmi smutné zprávy. Odešly už nadobro naše dvě milé členky paní Marie Tybanová a paní Vlasta Průchová. Je nám to moc líto a vzpomínáme. Ale také přicházejí nové členky klubu. Dále pak se hlásí i ty, které nás učí nové výrobky, abychom se měly čím prezentovat i nadále. Velmi nás inspirovala paní Jana Veszeleiová. Děkujeme i paní Hannah Bartíkové, která pro nás zajistila účast na výstavě v Uhelném mlýně s možností setkat se osobně s akademickou malířkou a naučit se pod jejím vedením nové výtvarné techniky.

Moc se omlouváme, pokud jsme na něco, nebo na někoho zapoměly. Chtěly bychom poděkovat všem členkám klubu za jejich snahu a propagaci činnosti našeho klubu.

A v neposlední řadě moc děkujeme za poskytnutou finanční pomoc radě města, která nám umožňuje ve naší činnosti i nadále pokračovat.

Eva Králová, Alena Kvapilová

Doporučuji

Olivier Truc, narozen v roce 1964, vydal v r. 2012 knihu Poslední Laponec, za kterou získal cenu Nejlepší francouzská detektivka roku 2013. Druhý jeho román z roku 2014 nese název Vlčí úžina.

Severská krimi je fenomén, který si silou severských sněhových pluhů prorazil cestu do celého světa. V knihkupeckých domech má své samostatné regály u pohodlných polstrovaných sedaček, kde my, neotuzilí a zchoulostivělí středoevropané tyto knihy čteme a drsnou zimu si pouze představujeme, aniž by nám omrzaly špičky nosů. Zatímco Nesbův inspektor Hole řeší své zapeklité případy ve městě, Mankellův komisař Wallander se potuluje po mořských plážích (na což pak díky počínajícím příznakům Alzheimerova onemocnění), knihy Asy Larsson a její Rebecka Martinsson jsou výhradně přírodní, neboť autorka pochází z Kiruny, a to už je pěkně drsný sever.

Spisovatel Olivier Truc je Francouz, který ve Stockholmu žije a jeho zatím dvě knihy jsou přímo esencí divokého severu. První Poslední Laponec, druhá Vlčí úžina. Obě parádní. Členové sobí policie Klement Nango a Nina Nansen operují výhradně v terénu. Sobi jsou totiž pěkně tvrdohlaví. Nerespektují to, že jim lidé do tras starodávných stezek staví ploty a zabírají pastviště pro těžbu ropy, pronikají do měst a tam sežerou na co přijdou. Majitelé sobích stád jsou na tom přibližně podobně, také nebohatnou z ropy. Politika vlády je zatlačit místní etnikum do ohrady a za peníze z grantů občas uspořádat festival, kde si místní zatančí a prodají pár ručně vyšíváných šperků. Staré a nové křivdy se naválují do obrovských závějí a v místě, kde neúprosný sluneční svit trvá i 20 hodin 44 minut je pomsta zatraceně sladká.

Šárka Sekerová



Z oslav 16. výročí založení Klubu seniorů.

Nové knihy



- Atkinson, K.:** Bůh v troskách, Argo 2016
- Doerr, A.:** Sběratel mušlí, Moba 2016
- Gruen, S.:** Na břehu jezera, Argo 2016
- Hakl, E.:** Umina verze, Argo 2016
- King, S.:** Konec hlídky, Beta 2016
- Lowery, M.:** Jak mi kobliha s marmeládou zničila život, Argo 2016
- Pratchet, T.:** Filuta, Talpress 2016
- Sepety, R.:** Sůl moře, Cooboo 2016
- Stančík, P.:** Anděl vejce, Argo 2016

Šárka Sekerová

BAVÍ NÁS ORGANIZOVAT KULTURNÍ AKCE

V minulém roce získal Libčický občanský spolek LOS z městského „fondu na podporu občanských prospěšných činností, projektů a aktivit“ celkem 46 tisíc korun. Díky tomu jsme mohli uspořádat jarní výtvarné dílny, Expediční kameru a Snow Film Fest, koncerty Václava Koubka a Xaviera Baumaxa na Plovárně, promítnout pět filmů v rámci Letního kina Libčice na zahradě ZUŠ a před koncem roku připravit Rybovu mši vánoční. Děkujeme tímto městu za finanční podporu! Další akce, Libčickou Hašlerku či Adventní dílnu a jarmark se nám podařilo zorganizovat, aniž bychom zatížili rozpočet města.



Jsmo rádi, že systém dotační podpory spolků, který byl zaveden už před 10 lety na návrh tehdejších radních Martina Sekery a Matěje Štětky (dnes členové LOS) funguje a je využíván téměř všemi u nás aktivními spolky a sportovními sdruženími. Do městského rozpočtu připlouvají každým rokem vyšší částky (zejména změnou přerozdělení státního příspěvku mezi malými a velkými obcemi) a vedení města si tak může dovolit z našich společných peněz vyhradit rok od roku větší balík na podporu spolkové činnosti.

Protože již nejde o rozdělování tisícových částek, ale spíše desetitisícových, jsme rádi, že byla na podnět zastupitelů za LOS vypracována podrobná pravidla, která tento systém řídí. Pravidla, formuláře a další související dokumenty, s nimiž si komise v čele s panem Penížkem dala velkou práci, jsou zveřejňována na městském webu. Přestože přibýlo kolonek k vyplňování, zvýšila se přehlednost a korektnost při rozdělování městských peněz. Dotační komise pravidla každoročně upravuje a bude s nimi dle sdělení předsedy komise i nadále pracovat. Je tedy žádoucí, aby ti, kteří dotační titul využívají, zaslali komisi své postřehy. Pripomínky, které sepsal spolek LOS, si můžete přečíst na www.libcickekrizovatky.cz. Letos poprvé budou mít spolky, sportovní sdružení i jednotliví občané příležitost požádat o příspěvek pouze jednou. Termín pro podání žádosti je 17. února! Přejeme všem aktivním trpělivost při vyplňování formulářů a nám všem občanům Libčic kulturou a sportem naditý rok!

Tereza Nehasilová, zastupitelka a členka LOS

Poznámka dotační komise:

Členové dotační komise si váží toho, že i opoziční zastupitelé uznávají zlepšení v oblasti rozdělování dotačních prostředků, ale rádi bychom k výše uvedenému článku připojili pár doplňujících poznámek. Dotační komise od svého ustanovení v r. 2014 pracuje na zlepšení pravidel rozdělování dotací tak, aby byla maximálně transparentní a nestranná. Nová pravidla nevznikla na podnět LOSu, ale na základě vlastního rozhodnutí dotační komise podpořeného radou města a na základě potřeb všech zainteresovaných stran.

Tříčlenná dotační komise, která nemá a nepotřebuje žádného předsedu, je od začátku své existence otevřená a připravená kdykoli prostřednictvím podatelny města přijímat podněty občanů, proto není třeba k tomu nikoho speciálně vyzývat.



INSTALACE FARÁŘE TOMÁŠE CEJPA

Možná se vám také zdá technický termín „instalace“ poněkud zvláštní ve spojení s uvedením faráře do jeho nového působení, ale je to terminus technicus, který neznámá nic jiného, než slavnost u příležitosti uvedení evangelického faráře do jeho nového úřadu.

15. ledna 2017 byl tedy v našem evangelickém kostele za přítomnosti nejvyšších postavených představitelů pražského seniorátu slavnostně instalován Tomáš Cejp a stal se tak novým farářem libčického sboru, který sdružuje farníky nejen z našeho města, ale i z blízkého okolí.

Hlavní role se ujal senior farář Roman Mazur, který krátce, z mého pohledu velmi sympaticky neformálně, představil bratra faráře Tomáše Cejpa a uvedl jej do místního úřadu kazatele, což bylo stvrzeno slavnostním slibem.

Následovalo kázání Tomáše Cejpa, které nepostrádalo vtip a osobitou sebereflexi, která je, jak jsem si již stihla všimnout, pro něj typická. Nechyběly zpěvy, biblické čtení, pozdravy bývalých kolegů a vstřícné přijetí libčického sboru, čímž byla oficiální část instalace ukončena.

Gratulanti si při přesunu z kostela do vyhřáté fary, kde se servíroval horký čaj a koláč, potřásali s novým panem farářem rukou a ujišťovali jej o tom, že jsou rádi, že jej tu mají a on odpovídal, že je rád, že tu je.

Text a foto: Hannah Bartíková



Zleva: Farář Tomáš Cejp a senior Roman Mazur.



BRUM BRUM, MEDVÍDČI JDOU

Libčická mateřinka funguje již pátým měsícem s rozšířenou kapacitou. Nová třída Medvídci s 28 dětmi se zapojila do provozu bez znatelných potíží a zádrhelů.

My rodiče to tak vnímáme, nicméně nově situaci bylo třeba se přizpůsobit a mne zajímalo, jak se dařilo překonávat první překážky, které s sebou nese navýšení počtu dětí. Vyzpovídala jsem paní ředitelku Zdeňku Frantovou a dozvěděla se spoustu detailů, které mým očím rodiče zcela unikly.

Již výběr pedagogického personálu se ukázal jako nesnadný úkol. Do výběrového řízení na pozici učitelka MŠ se přihlásilo pouze pět zájemců, z čehož jen dvě adeptky měly potřebnou kvalifikaci. „Klíčovým faktorem výběru byl však vztah k dětem a po důkladném pohovoru se náš kolektiv nakonec rozšířil o paní učitelky Markétu a Terezu. Absenci praxe jsme vyřešili tak, že děvčata pravidelně chodí na hospitace, aby viděla, jak pracují jejich zkušené kolegyně, které mají mnohaletou praxi v práci s dětmi.“ uvádí Zdeňka Frantová.

Stavba nové třídy Medvídků

Samotné stavební úpravy začaly v březnu 2016, což omezilo přístup na zadní hřiště a vstup do třídy Žabiček. Nová třída byla dokončena už během června, ale bylo ještě nutné přebudovat školní kuchyni. Stavební práce na kuchyni znemožnily provoz školky, a proto byl školní rok zkrácen o 2 týdny. Vše se podařilo dokončit včas a v polovině srpna proběhla kolaudace. Po odstranění drobných závad bylo konečně možné požádat kraj o navýšení kapacity o 28 míst a provést změnu v rejstříku mateřských škol. Z důvodu vyřízení nezbytných administrativních úkonů se třída Medvídků otevřela dětem 1. října 2016.

Adaptační program pro děti

„Do Medvídků jsme přijímali i velmi malé děti, které dovršily třetí rok teprve na podzim, takže se nám sešla třída malinkých dětí. Zpočátku to bylo velmi náročné. Je opravdu velký rozdíl v dovednostech děťátka čerstvě tříletého a skoro čtyřletého. Děti nastupovaly postupně, adaptační pobyt jsme zvolili pozvolný, nejprve hodinu dvě, pak celé dopoledne. První měsíce bylo nutné zajišťovat i tzv. překrytí, kdy některá z nás zkušenějších učitelek vypomáhala v Medvídkách v době složitějších činností jako oblékání, mytí, odchod na vycházku,“ doplňuje paní ředitelka. Zkušená paní učitelka Hanka se s tím i přes počáteční obavy vypořádala výborně a na dětech je dnes vidět obrovský posun, hlavně v sociální oblasti. Již se zapojují do hry, zvládají cvičení i první pokusy o řízenou činnost.



Hříběk na rozvoj motorických dovedností.

Jak se vaří v nové kuchyni

Rekonstrukce kuchyně proběhla v době letních prázdnin a provoz kuchyně byl posílen o jednu pracovníci. Kuchyně byla vybavena novými spotřebiči - elektrickou pánví, kotlem a konvektomatem, což umožňuje připravovat naprosto zdravou stravu bez přepálených tuků. Zaškolení prováděl profesionální kuchař, který zavedl paní kuchařky do nových technologických postupů a předvedl, jak se spotřebiči správně pracovat. Kuchyně dnes připravuje 145 dětských jídel a 15 jídel pro dospělé.

Paní ředitelka mi ukazuje novou třídu a její zázemí, abych si mohla udělat pár fotek a v očích se jí zračí radost a pýcha. „Původně jsem nebyla nadšená z rozšíření naší školky, přišlo mi jednodušší postavit novou jednotřídku. Vytvořilo by se tak konkurenční prostředí a kraj by poskytl více peněz,“ říká, ale já na ní přesto vidím nadšení. „Vybavení třídy Medvídků bylo pořízeno z rezervního fondu školky, celou přístavbu a rekonstrukci kuchyně zainvestovalo město, za což bychom chtěli poděkovat. Jsme také rádi, že se podařilo v minulých letech vybavit všechny třídy novým nábytkem. Velmi se nám osvědčil kontejnerový systém, děti mají vše na dosah a jsou schopné po sobě uklidit, k čemuž se je snažíme vést,“ doplňuje Zdeňka Frantová.

Investice města za 9 milionů korun

„Naše město si uvědomovalo nutnost navýšení nedostatečné kapacity mateřské školky, která byla suplována v posledních dvou letech dětským klubem Klubíčko. Po zvažování různých možností, jak a o kolik rozšířit kapacitu školky, i s ohledem na technicko-stavební možnosti a předpokládaný demografický vývoj, bylo rozhodnuto postavit nový jednotřídní pavilon,“ doplňuje radní Vít Penížek.

Kateřina Hrachovcová



Charta 77

1. ledna 2017 uběhlo 40 let od Prohlášení Charty 77, což byly pouhé čtyři stránky strojopisu sepsané na obhajobu občanských a politických práv, ke kterým se naše země v r. 1968 přihlásila, jež byly na mezinárodní konferenci v Helsinkách roku 1975 stvrzeny a vstoupily v naší zemi v platnost zveřejněním ve Sbírce zákonů v roce 1976. Bohužel však v tehdejší Československé socialistické republice zůstávala základní občanská práva pouze prázdňím pojmem na papíře.

A tak zásadní nespokojenost s tímto rozparem spojila lidi, kteří by se v normálně fungující společnosti díky rozdílnosti vzdělání, životních postojů a přesvědčení, možná ani nepotkali. Jejich Prohlášení se samizdatem neuvěřitelně rychle rozšířilo mezi lidmi. Svým stručným a srozumitelným způsobem poukázalo na diskriminaci a zlovůli vládnoucí moci, což oslovilo tisíce lidí, kteří „to“ podepsali.

Občanům byla odpírána svoboda, právo na vlastní názor, na vzdělání, náboženské vyznání, cestování do zahraničí, či získávání informací. Vše, co se vymykalo diktátu oficiální ideologie vládnoucí strany, bylo nekompromisně potlačováno a trestáno, ať už to byla myšlenka, názor, humor, umělecké dílo či hudební směr. Věznice byly plné „politických“, s kterými bylo nelidsky zacházeno za účelem zlomit jejich zdraví i důstojnost, a tím změnit jejich přesvědčení.

Tehdejší totalitní režim dokázal nedodržováním základních lidských svobod ovlivnit a vynalézavě ničit mnohé životy. Svévoleně zasahoval lidem podezřelým z nepřátelství vůči státu do soukromého života, odposlouchával jejich telefony, otvíral korespondenci, dělal domovní prohlídky a k osobnímu pronásledování používal hustou síť informátorů, které získával vydíráním, k čemuž jim úspěšně posloužily hrozby nebo sliby.

Chartisté a jejich sympatizanti byli považováni za nepřátele státu

a podle toho bylo s nimi, jejich rodinami či přáteli nakládáno. Bylo jich cca 1 900 a mnozí z nich za to, že „podepsali“, ztratili zaměstnání, mohli pracovat jen na podřadných místech, jejich děti nesměly studovat, byli často i opakovaně vězněni za vykonstruované přeštky nebo byli přinuceni k opuštění republiky. Kdo jednou Československo ať už dobrovolně, z donucení, nebo ilegálně opustil, beztržně se už vrátit domů nemohl.

Na toto vše ve svém Prohlášení upozornilo volné a otevřené společenství lidí různého přesvědčení, víry i různých profesí, které spojila silná vůle, touha a statečnost prosadit v tehdejší politické atmosféře dodržování a respektování občanských a lidských práv. Trvalo to dlouhých a krutých 12 let represí, než konečně nastal převratný rok 1989 a Charta 77 dosáhla požadovaného výsledku.

Dnešní třicátníci a mladší při přečtení Charty 77 či poslouchání autentických vzpomínek nás, kteří jsme to vše zažili, těžko chápou, jak je možné, že jsme to dovolili a mohli v tom žít... A rozhodně nepřipouští a nedovedou si představit, že by se něco takového mohlo v naší historii opakovat.

Nikdo si to nepřejeme, a proto je třeba si vážít Charty 77, jež za celou dobu své existence neúnavně bojovala a vydala na pět set varujících dokumentů podrobně popisujících realitu tehdejšího Československa. Je třeba si vážít všech jejích signatářů a sympatizantů, kteří přinesli svému boji za dodržování lidských práv, která dnes považujeme za samozřejmost, velkou životní obět v podobě těžko popsatelných ztrát.

Mohu-li si dovolit svůj osobní postřeh, tak bych zmínila především vzájemnou úctu a respekt, což jsem vždy při každém povídání o chartistech či s chartisty zaznamenala. Přestože svobodný čas po revoluci 1989 zvětšil rozdíly v jejich politickém směřování a rozfoukal je do různých stran, i politických, o to více je třeba obdivovat, že se za totality dokázali shodnout na tom podstatném a společně za tím jít v prostředí, kde jim doslova šlo o život.

Hannah Bartíková



Helsinky 1975 – podpis Mezinárodního paktu o hospodářských, sociálních a kulturních právech. Úplně vlevo tehdejší československý prezident Gustáv Husák.

ANTICHARTA

Poté, co se Charta 77 objevila 7. ledna 1977 v různých světových médiích a byla opakovaně čtena v zahraničním vysílání rozhlasových stanic Svobodná Evropa a Hlas Ameriky, čímž se kromě samizdatu dosti úspěšně šířila mezi československý lid, se vedení KSČ rozčílilo natolik, že zorganizovalo masovou do důsledku promyšlenou odvetu za použití všech svých manipulačních prostředků, které jsme všichni dobře znali. Kdo se nepodřídil, čekal jej konec kariérního postupu, přesun na podřadnou práci nebo úplný vyhadzov. Jeho děti nebyly přijaty na školu, celá jeho rodina a přátelé byli pod dohledem atd.

Pro komunistický deník Rudé právo byli chartisté odsuzovanými zaprodanci, samozvanci, odpadlíky a zrádci, kteří podněcovali antikomunistickou ofenzívu, narušovali jednotu socialistických národů a naváděli lid proti bratrskému Sovětskému Svazu. Před nenávistnou buržoazií hájil tehdejší prezident Gustáv Husák na stránkách Rudého práva budování socialismu na leninských základech, který měl podle jeho slov zajišťovat ušlechtilé, pokrokové a humánní podmínky života všeho československého lidu...

Od 7. ledna se nejen v Rudém právu, ale ve veškerém československém tisku objevovaly články podobného charakteru, ke kterým byly připojovány protesty různých skupin lidí a jmenné seznamy všech, kteří je podepsali. Paradoxem na tom všem bylo, že se protestovalo proti něčemu, co v československém tisku nebylo nikdy zveřejněno.

K protestu proti Chartě 77 nebyl vyzván jen běžný pracující lid, ale pro tehdejší vládní garnituru bylo obzvláště cenné získat podpisy od známých osobností, na které bylo vidět a které tak mohly být dobrým příkladem pro ostatní. A dařilo se. Snad všichni významní sportovci, herci, zpěváci, výtvarníci, spisovatelé a muzikanti byli pod pohružkou všech možných kariérních ztrát přinuceni vyjádřit svým podpisem lojalitu a podporu politice komunistické strany. Jejich jména pak byla bezprostředně opět publikována v Rudém právu.

Pamětníci jistě nezapomenou na 28. leden 1977, kdy do Národního divadla byli pozváni všichni významní představitelé československé kulturní fronty, jak tehdy byli označováni všichni, koho jsme znali z divadel, televize a filmu. Všem bylo

jasné, že nepřijmout pozvání a nepřijít do ND by znamenalo ze dne na den z kulturní fronty zmizet. A tak hlediště ND bylo plně obsazené umělci, kteří se tak stali nedobrovolnými diváky a museli chtít nechtě vyslechnout Provolání československých výborů uměleckých svazů, jež se plamenně distancovaly od Charty 77, jejích autorů a sympatizantů. To by samo o sobě nebylo to nejhorší, na to jsme ostatně byli zvyklí, poslouchat něco, s čím jsme nesouhlasili, ale tentokrát to bylo jiné. Nikdo totiž nesměl ND opustit, dokud svůj souhlas s Provoláním resp. Antichartou, jak se mu bezprostředně začalo říkat, nepotvrdil svým podpisem. Podepsali snad všichni, ale pro mnohé z nich se to stalo černo bodem svědomí jejich života a neradi na tu chvíli vzpomínají. Podlehl i sám Jan Werich, Miloš Kopecký, Karel Gott, Jiří Korn, Waldemar Matuška, Helena Vondráčková a desítky dalších.

Byla to ta největší podpisová kampaň, kterou bych si troufla přirovnat povinnému celostátnímu referendu. Podobná shromáždění, jako bylo v ND, se konala na různých místech, např. 4. 2. 1977 v pražském Divadle hudby, kde se sešli a Antichartu podepsali umělci tzv. zábavného umění. Myslím, že si např. Miroslav Šimek a Luděk Sobota, kteří v tu dobu byli na vrcholu své popularity, dosti jasně uvědomovali, že když nepodepíší, že tady pro ně končí veškerá „srandá“. A tak podepsali. Právě po podpisech takových známých osobností Rudé právo přímo prahlo a okamžitě jejich podpisy zveřejňovalo. Nebylo snad nikoho ze známých umělců, sportovců, lékařů, spisovatelů, architektů a všech významných osobností, kdo by se tomu nátlaku nepodrobil. Pokud se na pracovištích, v redakcích novin a časopisů, v galeriích či divadlech objevila Anticharta, bylo všem jasné, že se z podpisu beztrápně nevyvléknou.

Pro mě to byla vrcholná manipulace a zvláště vládnoucí moci, jež zašla tak daleko, že dokonce zlomila některé samotné signatáře Charty 77, kteří nakonec svůj podpis veřejně odvolali s tím, že buď nechápali, co podepisují, nebo, že jim to bylo podstrčeno, nebo že si teprve po podpisu uvědomili důsledky atd. A opět bylo toto jejich „pomýlení“ exemplárně publikováno v novinách, nebo dokonce zařazeno do televizního vysílání. Proč podlehli a jak velkému nátlaku museli čelit, si jistě dovedeme všichni, kdo jsme tu dobu zažili, představit.

Hannah Bartíková



Výzdoba v ND namísto Hynaisovy opony.



VÝTVARNÁ DÍLNA V UHELNÉM MLÝNĚ



Rozhovor s výtvarnicí a sochařkou Petrou Gupta

Ve dvou po sobě jdoucích dnech 4. a 5. 1. 2017 se žáci sedmých až devátých tříd naší ZŠ zúčastnili velmi zajímavého setkání s výtvarnicí a sochařkou Petrou Gupta, která má v současné chvíli v Uhelném mlýně výstavu.

O společné výstavě dvou umělekň - Petry Gupta a Marty Morice jsme se zmiňovali již v listopadových novinách, kde jsme velmi stručně představovali umělecké směry, kterými se obě výtvarnice zabývají. Zatímco malířka Marta Morice otiskovává přírodniny na velkoplošný papír a posléze je akvarelem do vlhkého papíru domalovává, Petra Gupta se na výstavě s příznačným názvem S tiskem prezentuje klasickou metodou tisku na hedvábí, plátno či papír,

k čemuž využívá svých autorských dřevěných tiskátek, jimiž vytváří zajímavé ornamenty.

Prohlédnout si díla na výstavě je fajn, setkat se u nich s jejich autorkou a popovídat si o nich je unikátní příležitost, ale zúčastnit se tzv. workshopu pod vedením samotné umělkyně je zážitek nad zážitky.

Tuto možnost měly naše děti a z jejich reakcí a zájmu o tvorbu usuzuji, že to byla pro ně akce velmi zajímavá. Byla jsem u toho, seznámila jsem se s Petrou Gupta a ráda bych ji i vám v následujícím rozhovoru představila, neboť její život a tvorba rozhodně nepatří ke standardu. Žije v New Yorku, má za manžela indického bankéře, s kterým má dva syny. Věnuje se kresbě a uměleckému tisku, výstavám a výuce rovnou ve třech zemích - v USA, Indii i v Čechách.

Říká se, čím více jazyků člověk umí, tím více je člověkem. Platí to i o počtu zemí, v kterých člověk žije?

Určitě ano. Věřím tomu, že nejenom jazyky, ale i prostředí člověka ovlivňují. Pro mne je zajímavé, jak se v každé té zemi, ve které se pohybují, trochu mění moje identita. Ne moc, ale trošičku ano. Některé mé vlastnosti výrazněji uplatňuji v New Yorku, některé v Indii, některé v Praze. Také vnímám, že i zvenčí jsem brána a akceptována jinak



S manželem v Indii.



Celá pomalovaná rodina při oslavě svátku barev Holi v Džajpuru.

v každé té dané zemi. Jako by existovaly tři paralelní Petry, žijící si své samostatné životy vedle sebe.

Podařilo se vám coby cizince souznít se životem v Indii, což vzhledem k jejich přísné hierarchii není asi vůbec snadné?

Nemohu upřímně říci, že v Indii „žiji“. I když tam lítám čtyřikrát ročně, přece jen jsem tam v jednom kuse nebyla déle než šest týdnů. To se ovšem změní toto léto, kdy se do Džajpuru v indickém Rádžastháně chystám na tři měsíce včetně toho, že moje děti budou chodit do místní mezinárodní školy. Můj prvotní problém byla určitá izolovanost, která s místní hierarchií úzce souvisí. Byla jsem zcela závislá na tom, kam mne manželova rodina vezme, co mi dá k jídlu a v podstatě i do čeho mne oblékne. Představte si to jako takovou bublinu, která vás neustále obklopuje. Je sice komfortní, ale já nejsem zvyklá na to, že mne nějaké prostředí omezuje. A tak jsem si pomalu tu bublinu uzpůsobovala – pomalu jsem ji roztahovala, každý rok, každou svojí cestou jsem si vytvářela nové sociální vazby, hledala nové aktivity,



V Uhelném mlýně s naší ZŠ.

formovala svoji indickou identitu. Mohu říci, že dnes, po deseti letech manželství, se cítím v Džajpuru velmi přirozeně a nezávisle i bez znalosti hindí.

Kde se cítíte být doma?

To je opět něco, co se mění podle toho, které Petry se ptáte. Z hlediska mé americko-indicko-české rodiny a mého současného života je to určitě New York, a pak farma asi 160 kilometrů severně od New Yorku, kterou jsme koupili před rokem a kam jezdíme každý víkend a většinu prázdnin. Z hlediska emocionálních vzpomínek a vazeb je to Praha, ale to platí jen pro mne, ne pro zbytek mé rodiny. To převráceně platí o mém manželovi a Indii, i když i tam se začínám také cítit doma hlavně ve vztahu k budoucnosti. Kreativní mezinárodní prostředí Džajpuru a možnost tam pracovat ve mně vyvolávají silné emoce a touhu být v něm co nejvíce. A jak to bude s mými dětmi, to záleží na tom, jak přijmou vlivy a podněty z Indie a Čech, které jim sice nejsou přímým domovem, ale kam jezdí dostatečně často na to, aby si tam vytvořily emocionální vazby.

Tvoříte, studujete, přednášíte a vystavujete. A to vše i v Čechách. Jak to všechno zvládáte?

Někdy si nejsem jistá, že to úplně zvládám. Ale klíčem je pro mne úplně jednoduchý, opakující se každodenní život. Nemohla bych to dělat bez stabilní rodiny. Večer chodím spát s dětmi, vstávám v jednu, ve dvě ráno a pracuji do rána. Pak se věnuji rodině, několikrát týdně si jdu zacvičit, jím většinou jen saláty a nějaký protein. Můj muž je vegetarián, my se mu většinou přizpůsobíme, i když já i děti maso jíme (většinou ryby nebo maso koupené od malých farmářů). Zautomatizováním některých věcí, jako co si vezmu na sebe, co si uděláme k večeři atd. se snažím odbourat zbytečná rozhodnutí a tuto energii

Výstava „S tiskem“ v galerii arto.to v Uhelném mlýně trvá do 17. 2. 2017, můžete si ji prohlédnout ve dnech pondělí až pátek od 9:00 do 16:00 po předchozí telefonické domluvě na tlf. 776 110 734.

věnovat jen věcem, které potřebuji a chci udělat. To samé s výstavami a projekty. Nepouštím se do žádných, které by byly příliš náročné, nehoním se za výstavami a dělám jen ty, které ke mně „přijdou“.

Většina umělců si své know-how pečlivě chrání, takže by žádnou výtvarnou dílnu rozhodně nepořádali.

To si nemyslím. Musím říci, že v New Yorku si cením, že si v mé umělecké skupině otevřeně vyměňujeme informace a sdílíme je. Je to pro nás rozhodně důležité a tajemství a chránění informací tam nemají místo.

Jsou např. vaše tisky na hedvábí někde ke koupi? Vyrábí se z nich šály, šátky, šaty nebo dokonce indické sáří?

Ach ta komerce. To je moje kuří oko. Víím, že bych měla, že je o mou práci zájem, a pomalu, hodně pomalu se k tomu dostávám. Takže krátká odpověď – v tuto chvíli ne, ale v blízké budoucnosti ano.

Vaše setkání s libčickými žáky začalo přednáškou, která obsahovala váš hodně vyhraněný ekologický postoj k plýtvání s textiliemi, který v naší zemi, dle mého názoru, není ještě tak rozšířený.

Tato situace se pomalu mění. Výrazně se změní, až se tato témata začnou probírat ve školách, stejně jako skleníkový efekt a globální oteplování. Je potřeba, aby probíhala veřejná debata stejně, jako se odehrává kolem toho, co jíme. Objevily se farmářské trhy, lidé mají opět zahrady a zahrádky, nebo si kupují potraviny od místních farmářů. S oblečením je to podobné. Je potřeba vědět, z čeho se skládá, za jakých podmínek bylo vyrobené, kým, kde a kdo z něho profituje. Textilní průmysl je druhým největším globálním znečišťovatelem na světě, po průmyslu ropném. Druhým! Jak je tedy možné, že mu nevěnujeme více pozornosti?

Jaký dojem jste měla z našich dětí při společné tvorbě?

Děti jsou všude milé a kreativní a já s nimi kdekoliv ráda pracuji. Asi by se při další dílně více osmělily a kladly více otázek. Snažím se skrze svoji práci inspirovat mladou generaci k tomu, aby měla zájem o dění kolem sebe. Z České republiky je někdy svět malý, což je škoda, protože je to fascinující, dynamické prostředí plné neuvěřitelných zážitků a zkušeností.

K tomu není už co dodat, než snad vyjádřit paní Petře Gupta velký dík za to, že se našim dětem ochotně věnovala a otevřela jim tak pomyslné okno do jiných světů.

Hannah Bartíková



V lednu probíhá v naší škole preventivní program „Etické dílny“ vedený externími odborníky. Na prvním stupni pod názvem „Budme kamarádi“. Výstupem jsou zprávy o jednotlivých třídách, které popisují jejich klima, obsahují zpětnou vazbu od žáků a doporučení pro další práci se třídou. V programech budeme pokračovat postupně ve všech třídách.



V rámci tělocviku se žákyně 2. stupně vydaly s paní ředitelkou na bruslení v Praze 6, Vítězné náměstí. Otevřená plocha kluziště, bruslení s hudbou na čerstvém vzduchu, stánek s občerstvením, půjčovna bruslí a příjemná atmosféra jim zpestřila hodiny tělocviku jinak trávené v sokolovně nebo venku.



KDO TO VÍ, ODPOVÍ

Psal se rok 1966, přesněji 16. května, kdy do Libčic nad Vltavou přijel spolupracovník tehdy ještě mladého Oblastního muzea v Roztokách u Prahy. Ačkoliv ještě náctiletý, prokazoval Oldřich Tomek muzeu neoceňitelné služby zejména dokumentací nálezů, učiněných při nejrůznějších stavbách. Ačkoli později nastoupil do jiného zaměstnání, můžete ho po odchodu do důchodu znovu vidat na archeologických výzkumech našeho muzea.

Na první terénní libčickou muzejní akci byl vyslán na základě upozornění místní učitelky Boženy Čechové, že se zde nachází výkop s archeologickými nálezy. Ačkoliv paní učitelka tehdy na druhém stupni vyučovala přírodopis a chemii, nebyla jí archeologie zřejmě úplně cizí. Již na začátku téhož roku totiž do muzea odeslala dopis s darem do vznikající archeologické sbírky. Samotný obsah dopisu se nám nezachoval, takže nevíme, odkud nálezy zajímavé pazourkové šipky pocházely. Jednu příhodnou lokalitu však máme na katastru Letek, kam se pravděpodobně podíváme příště.

Ale zpět. Oldřich Tomek v inkriminovaném výkopu nalezl porušený hrob se zbytky lidské kostry. V okolí kostí se nacházel nečetný hrobový inventář - 2 záušnice a železné zlomky, z nichž některé snad původně tvořily přezku.

Bohužel v prvopočátcích naše muzeum nemělo konzervátorské pracoviště, vlastně ani depozitář k uložení kovových nálezů, čímž se dá vysvětlit, že se tyto křehké a choulostivé nálezy do dnešních dnů nedochovaly.

Zařazení již tuší, že porušený hrob lze datovat do raného středověku, bližší datace je poměrně složitá, neznáme záušnice ani podobu hrobové jámy. V podstatě zásadním nedostatkem je zjištění, že neznáme ani přesné místo nálezu. S odstupem několika desítek let si kolega na místo nálezu nevzpomíná, okolí hřbitova však s určitostí vyloučil.



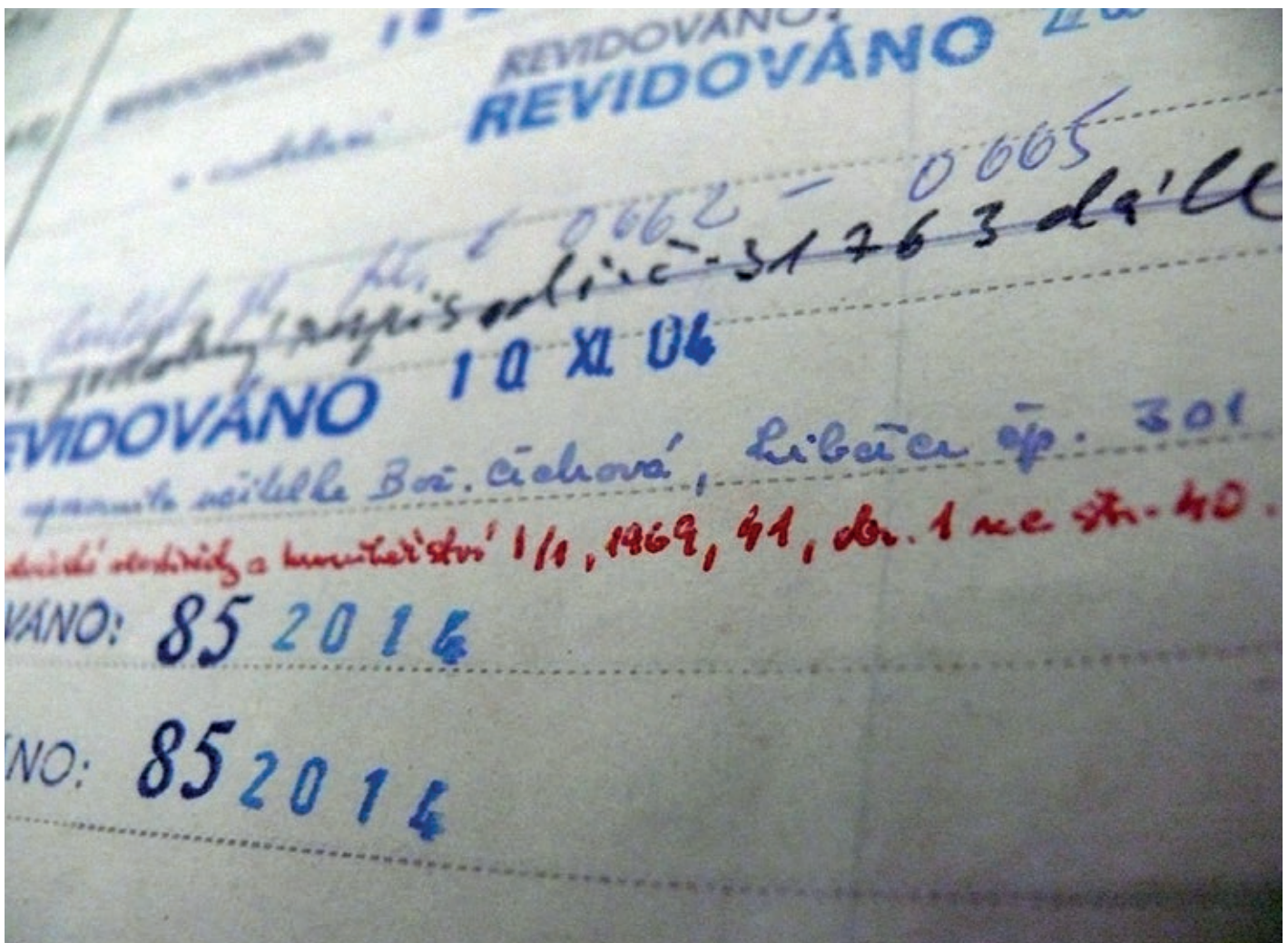
Paní učitelka Čechová je ta dáma v černém kabátě.

Doufali jsme dohledat výkop v libčické kronice, ale bohužel, poválečná část až do roku 1968 chybí. Zkusme to tedy odhadem - nalezená výbava ukazuje přece jen spíše na mladší období raného středověku. Pak bychom mohli usuzovat, že hrob nějak souvisí s dříve porušeným raně středověkým pohřebištem, rozkládajícím se v prostoru před městským úřadem (Odpočívají v pokoji - LN 9/2015). Pokud by tento poměrně hluboký výkop probíhal například blíže škole v okolí evangelického kostela, mohla být jeho ohradní zeď zaměněna za zeď hřbitovni.

Možná. Možná se ale přihlásí pamětník, možná se objeví i kronika.

Mgr. Petr Nový

archeolog Střeďočeského muzea v Roztokách





ZE ŠUPLÍKU DO ŠUPLÍKU

Sociální podnik Šuplík je jedním z projektů Farní charity Kralupy nad Vltavou, jehož hlavním cílem je umožnit práci dlouhodobě nezaměstnaným lidem a pomoci jim k soběstačnosti a nové životní náplni.

Pomoci může každý z nás, třeba jen tím, že Šuplíku darujeme vyřazené šatstvo, nebo si naopak nějaké v Šuplíku koupíme, případně si v Šuplíku necháme své oděvy upravit či opravit. Kolikrát své oblečení vyřazujeme, protože se nám rozbil zip, nebo je moc dlouhé či široké. Toto vše umějí v Šuplíku za symbolické ceny opravit a prodloužit tak život našim oblíbeným kouskům ze šatníku.

www.kralupy.charita.cz

suplik@nasefarnost.cz

www.facebook.com/secondhandsuplik

Šuplík je v Kralupech nad Vltavou
hned na dvou adresách:

Sokolská 139 – tel. 737 611 189

Hůrka 1036 – tel. 731 669 856

DEK

STAVEBNINY

DEK a.s. hledá do centrálního skladu dceřiné společnosti Stavebniny DEK a.s., úspěšné společnosti s více než 20letou historií, hlavního distributora stavebnin v České republice a vysoce respektovanou firmu v oboru, zaměstnance na pozici:

**Vedoucí skladu
Skladník/ VZV
Referent odbytu**

Místo pracoviště:

Úžice, okres Mělník (do května 2017 bude místem výkonu práce Praha-Zličín)

Nabízíme:

- Zaměstnání na HPP
- Po zapracování: prémie z obrátu + 13. plat
- Příspěvek na stravenky á 80 Kč a další benefity
- Služební telefon
- Technické a obchodní zaškolení

Vzdělání: základní (skladník) středoškolské nebo odborné vyučení s maturitou (referent, vedoucí skladu)

Kontakt tel. nebo mailem:

jiri.militky@dek-cz.com, tel: 733 168 731



Tisknout nebylo nikdy
snadnější...

tiskoviny • reklamní předměty • fotodárky...

on-line

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

powerprint.cz

PRODEJ SLEPIČEK

Drůbež Červený Hrádek
opět prodává slepičky typu



**Tetra hnědá
Dominant všech barev**



Stáří: 14 -19 týdnů.

Cena: 149 -180 Kč/ks dle stáří.

Prodej v Libčicích n/Vlt. se uskuteční:

7. března 2017

v 10 hodin

před kulturním domem.

Při prodeji slepiček - výkup králíčích kožek
cena dle poptávky

Bližší informace:

Pondělí - Pátek 9:00 - 16:00

na tel.: 601 576 270, 606 550 204, 728 605 840



SLÁVA TUKŮM

Nejezte tuky, tuky jsou špatné a zvláště ty nasycené, budete mít infarkt, vysoký cholesterol, budete tlustí a další bla bla bláboly. Jistě to zná každý z vás, tato doporučení jsou všeobecně známá a rovněž všeobecně uznávaným omylem s velkým O. Jediné tuky, kterým bychom se měli vyhýbat, jsou ty trans-mastné.

Víte, co je hlavní složkou potravy Eskymáků? Je to tuk, živočišný nasycený tuk, například velrybí, a myslíte si, že měli někdy infarkt nebo mrtvici? Odpověď - já ne. Pravda o konzumaci tuků musí být tedy jiná? Jednoduše řečeno, jednou se stala chyba ve vědeckém výzkumu, a když se na ni přišlo, záměrně se vše zametlo pod koberec. Pokud vás toto téma zajímá, doporučuji knihu od Tomáše Kašpara Hra o zdraví či Nevíte, co jíte od Petra Fořta. Kniha s podobným zaměřením je samozřejmě mnohem víc.

Jakým tukům se tedy vyhýbat a jakým naopak ne? Vyhýbat bychom se měli trans-mastným tukům, tzn. pokud možno všem výrobkům, ve kterých jsou obsaženy ztužené potravní tuky. Nalezneme je v levných čokoládách, trvanlivém pečivu, tukových polevách, sušenkách, ale i v rádobě zdravých müsli tyčinkách atd.

Rovněž nedoporučuji konzumovat margaríny, jsou to opět jen chemicky a uměle vytvořené produkty plné škodlivých látek. Vyřadit bychom měli také většinu rostlinných olejů, až na kokosový, olivový, avokádový a rýžový. Naopak bychom měli do našeho jídelníčku zařadit nasycené tuky jako je např. kokosový olej, tučné maso, drůbeží kůže a mléčné výrobky. Samotný tuk z masa nám špatný cholesterol nezvyšuje. Nám škodí především nečistota masa dnešní doby, které je plné toxinů a s mléčnými výrobky bychom to také neměli přehánět.

Mono-nasycené tuky jsou naopak velice vítanou záležitostí, jedná se o většinu ořechů, olivy a avokádo. Měli bychom rovněž navýšit omega-3 mastné kyseliny. Nejlepším zdrojem omega-3 kyselin je lněné semínko a ořechy.

A moje doporučení na závěr? Chcete-li zhubnout a vyvarovat se vysokému cholesterolu, vysokému krevnímu tlaku, cukrovce, infarktu apod., jezte tučnější výrobky, které tvoří více než 40 % ve vašem jídelníčku. Zasytí vás na delší dobu a nebudete mít tak velkou chuť uzobávat kde co. Naopak omezte příjem sacharidů, jako jsou cukrovinky, slané pochutiny a další jednoduché cukry, ale o tom až příště. Věřím vám, společně to zvládneme, budeme zdravější, štíhlejší a plní energie.

Ing. Veronika Jandová
poradce pro zelené potraviny a výživu, fitness trenér



Příroda nám

JAK POMOCI TĚLU V NACHLAZENÍ?

Věřím, že každý z nás má své osvědčené prostředky, které mu v době rýmy, kašle a chřipky pomáhají. Pokud se člověk potřebuje rychle dostat z nějaké virózy, často sáhne po medikamentech z lékáren, ať už ve formě horkých „rychlo-uzdravovačů“, nebo klasických prášků.

Určitě se najde i skupina vyznavačů přírodní cesty, v jejichž domácích



zásobách nechybí bylinky určené přímo proti těmto nemocem. Patřím k nim i já. Od jara do podzimu mne můžete, nejen v okolí Libčic, potkávat s plátněnými taškami, které ukrývají spoustu takových přírodních pokladů.

Mou neoblíbenější bylinkou a „všelékem“ je zcela jistě černý bez. Ne nadarmo o něm existuje krásné přísloví „Před heřmánkem smekni a před bezem klekni“. Jedná se o keř, jehož každá část má výborné léčebné uplatnění. V období chřipky je skvělým podpůrným prostředkem pro vypocení, odvar z květů se užívá při nachlazení všeho druhu, má močopudný a projímavý účinek, při rýmě slouží k inhalaci, tiší bolesti hlavy, zubů, uší, užívá se jako obklad při křečových žilách. Je výborným doplňkem léčby bolestivých míst, kdy se užívá k masírování těchto partií olej s jeho extraktem.

Celkově v boji proti nachlazení funguje strava bohatá na vitamíny a minerály ze sezónního ovoce a zeleniny, brambor ve slupce, rýže natural, potravin bohatých na karoten jako je mrkev, rajčata, dále tmavozelená listová zelenina a saláty (špenát, polníček, mangold, zelí).

Pokud vás již skolí nějaká nepříjemná chřipka, je určitě dobré se vyhýbat potravinám, které zakyselují organismus. Jedná se o všechny průmyslově zpracované potraviny (sladkosti, slazené jogurty, dezerty), kávu, černý a zelený čaj, maso, mléčné výrobky a i některé obiloviny. Kyselé prostředí podporuje různé nemoci i jejich vznik. Tělo se musí vypořádat nejen s tím, jak se dostat zpět do tzv. homeostázy, ale především má dost práce v boji s nemocí. Proto je dobré svému organismu pomoci a zkusit některé bylinky, které se na odkyselení podílejí. Patří mezi ně pampeliška, vřes, bříza, lopuch, černý bez, dále potraviny jako je česnek, citrón, petržel, chřest, zelený ječmen a chlorella.

Důležité na závěr – nepodceňujeme drobné signály našeho těla. Onemocnění je velmi často výsledkem toho, že jsme sami sobě nenaslouchali a nedopřáli si dostatečný odpočinek.

Mgr. Alena Vídeňská
Fitness trenér, poradce pro výživu a zelené potraviny



ŠACHOVÝ KOUTEK



V novém roce sehrál ŠK Liběhrad dvě utkání – v regionálním přeboru ŠK Benátky nad Jizerou – ŠK Liběhrad Libčice B 5,5 – 2,5, v krajské soutěži ŠK Liběhrad Libčice A – ŠK KDJS Sedlčany A 3 - 5
Jak jsme slíbili, uvádíme řešení studie z lednových LN:

1. Kh8-g7!! h5-h4

2. Kg7-f6 h4-h3

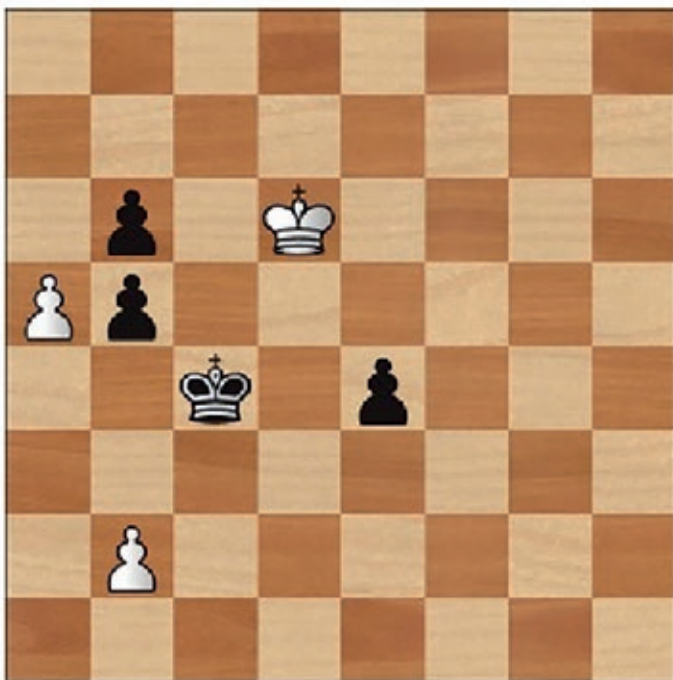
3. Kf6-e6 nebo 3. Kf6-e7

Úspěšným řešitelům gratulujeme, ti neúspěšní se mohou výsledek dozvědět každý čtvrtek od 18:00 hod v Klubu seniorů.

Pro dlouhé únorové večery vám nabízíme neméně zajímavou úlohu.

Řešení přineseme v březnových LN.

V. BAJA 1977, bílý na tahu vyhraje



Vladislav Tyban
Šachový klub Liběhrad

VÁNOČNÍ TURNAJ VE STOLNÍM TENISE

V neděli 18. 12. 2016 proběhl v libčické Sokolovně další ročník tradičního vánočního turnaje amatérů ve stolním tenisu. Turnaj zahájil starosta města Libčice Ing. Pavel Bartoš. Pod vánočním stromkem se sešli jak staří známí pravidelní účastníci tohoto turnaje, ale objevilo se i několik nových tváří. V maratónském turnaji, který začínal v 10:30 a končil až před 18:00, předváděli hráči velmi dobré výkony. Již před turnajem dospělých byla v dopoledním turnaji odehrána soutěž dětí, ve které zvítězil Matěj Mužík. V turnaji dospělých skončil na třetím místě Petr Ptáček, druhý byl Lubomír Adámek a v turnaji zvítězil Václav Vaigl. Nejlepší ženou turnaje byla na celkovém čtvrtém místě Radka Ducháčková. První tři umístění obdrželi věcné ceny, poháry a vítěz turnaje a nejlepší žena i vstupenky na představení Divadla Na Vinohradech. Děkujeme všem hráčům za účast, městu Libčice za podporu pořádání turnaje a vedení Sokola Libčice za poskytnutí prostor k uspořádání turnaje.

Jan Špiegel



JÓGA POD OBRAZY

Kočka, pes, šťastné dítě, bojovník, prosebník, prkno nebo hora ... to jsou ásany, neboli pozice, které se 21. ledna naučila 16 členná skupina libčických jogínek a jednoho jogína, kteří se zúčastnili první lekce pod vedením zkušené lektorky z Prahy – Terezie Šimáčkové.

Terezie se věnuje výuce jógy již sedm let, absolvovala několik náročných kurzů, kde získala certifikát učitele Hatha a Jin jógy. To je samo o sobě zárukou kvality, a když se k tomu přičte její vstřícný a laskavý přístup, příjemná hudba, originální prostředí a náhodně sestavená skupina sympatických lidí, kteří ve většině případů nejsou v józe úplnými začátečníky, nelze než konstatovat, že první lekce dopadla na výbornou.

Velký dík organizátorce Andree Hoffman Nečasové, jež v našem městě zavádí druh cvičení, které tady už delší dobu chybí.

Text a foto: Hannah Bartíková



LIBČICKÁ PLOVÁRNA
nabízí v zimním období využití restaurace
případně i parku a sportovišť na:
svatby
schůze a semináře s možností promítání
narozeninové a firemní večírky
hudební večery
sportovní akce
Objednávky na tlf.. 732 927 799, Radek Černý

auto houser



KONTAKT: Lumír Novotný 774 115 334 lumir.novotny@autohouser.cz
PRODEJ A SERVIS 220 911 128 www.autohouser.cz

PNEUSERVIS

Přílepská 1233 Roztoky

Prodej pneumatik a disků všech značek, typů a rozměrů. Auto, moto, nákladní, stavební, hobby, speciální. Provádíme odbornou montáž a opravy pneu na nejmodernějších strojích s nejmodernějšími technologiemi. Odborná konzultace při výběru nabízeného zboží. Nabízíme uskladnění i kompletů sad kol a jejich servis. Prodej příslušenství. Přímé zastoupení prémiových značek pneumatik a disků.

Bohumil Houser 731 151 341 prodej a servis 220911128

AUTOSERVIS

Přílepská 1707 Roztoky

Zajistíme pro vás STK včetně měření EMISÍ.
Opravy vozů všech značek.

Mechanické opravy, autoelektrika, servisní prohlídky po najetých kilometrech, výměny olejů, diagnostika, výměny čelních i ostatních skel, servis klimatizace a dezinfekce ozonem, montáž příslušenství a zabezpečení vozů, opravy brzd, výměny výfuků, opravy podvozků, výměny tlumičů pérování a další. Zajistíme pro vás opravu havarovaného vozu včetně kompletního zastupování v jednání s pojišťovnou. Seřídíme geometrii vašeho vozu na nejmodernějším 3D zařízení. Zapůjčení náhradního vozu.

KONTAKT: Josef Čížkovský 731151334 Miroslav Vejhora 731862462 **STK EMISE** 233910042 servis@autohouser.cz www.autohouser.cz



KONTAKT: Martin Franc 739465534 martin.franc@autohouser.cz
Tomáš Kukulka 731151337

AUTODÍLY

Přílepská 1233 Roztoky

Velkoobchod a maloobchod
Prodáváme široký sortiment náhradních dílů na většinu automobilů ve spolupráci se značkovými i neznačkovými dodavateli. Naši hlavní dodavatelé jsou: AŠ FINANCIAL, AUTO KELLY, APM, ACI, ELIT, INTER CARS, MG PARTS, SPEI SERVIS, STAHLGRUBER, STUALARM a další. Po dohodě zajistíme i originální náhradní díly. Samozřejmostí je dovoz až do vaší dílny.

Jaroslav Kronečný 731151343

A ještě něco pro děti



Malíš zapomněl domalovat každému obrázku nějakou drobnost. Najdeš ji a domaluješ?



Blíží se svátek svatého Valentýna, který se slaví každý rok 14. února. Při té příležitosti si lidé, kteří se mají rádi, posílají květiny, dárky, cukrovinky a hlavně tzv. valentinky – pohlednice s vyobrazeným srdcem jako symbolem lásky.

Protože i pan LN vás má rád, posílá vám srdíček hned několik...

Ale srdíčka se nějak pomíchala a jedno nemůže najít druhé. Pomůžeš jim? Stejná srdíčka spoj čarou.

Najdeš i jedno srdíčko, které je tu 3x?



Měsíčník Libčické noviny vydává MěÚ, nám. Svobody 90, 252 66 Libčice nad Vltavou, www.libcice.cz, podatelna@libcice.cz, IČ: 00241407, evid. č. MK: ČR E 12222.

Šéfredaktorka: Hannah Bartíková (hannah.bartikova@hbart.cz). Redakční rada: Ing. Jana Chalupová, Ing. Jiří Slanina, Bc. Jiří Sochor, Ing. Vladimír Urbánek.

Ilustrace: Jiří Tyller. Za jazykovou správnost zodpovídá: Hana Tyllerová. Grafické zpracování: Ondřej Pellar - Studio Klika. Tisk: Tiskárna Libertas a. s. Praha. Redakce si vyhrazuje právo texty redakčně upravovat, popřípadě krátit. Uveřejněné příspěvky nemusí nutně vyjadřovat názory redakční rady a za jejich obsahovou správnost zodpovídají podepsaní autoři. Náklad 1500 ks, zdarma, roznáška prostřednictvím České pošty do všech libčických domácností. Uzávěrka pro příjem příspěvků vždy k 15. dni v měsíci.



4.3.2017
sobota

Tradiční průvod městem
Začátek: Na Sahaře.
Finále: Areál u Libčické Sokolovny.
Trasa: Sahara, ul. Křivá a Chýnovská.
Veselé zastavení: MěÚ - nám. Svobody.



11. LIBČICKÝ MASOPUST

Masopust u nás stále žije, nasadte masky plné fantazie!

10:00 hodin – MASOPUSTNÍ PRŮVOD MĚSTEM
za doprovodu různé kapely Kralupského žesťového orchestru

10:30 hodin- MASOPUSTNÍ JARMARK
A TRADIČNÍ ZABIJAČKA
V AREÁLU U LIBČICKÉ
SOKOLOVNY

Stánky s medovinou, perníkem, koblíhama, dřevěnými hračkami, šperky a jinými řemeslnými výrobky a dobrotami.

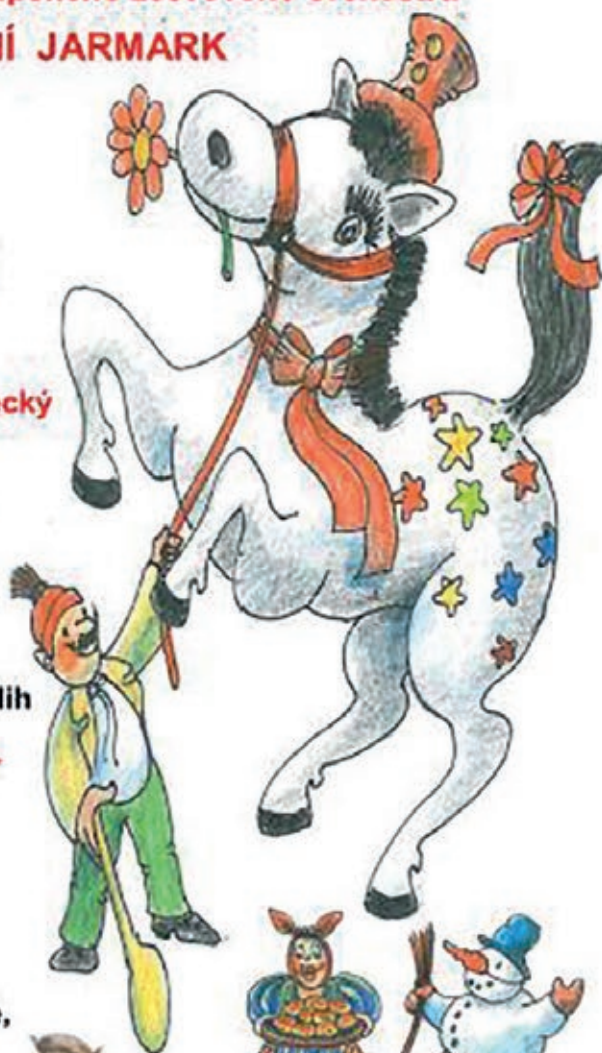
Ježdění na ponících – Cirkus Kopecký

Zpěvy, tance, divadélko:

„Potrestání jankovité kobyly aneb kdo za to může“

Oblíbené „sportovní“ soutěže pro děti i děti odrostlé:
závody čuníků, hod jitrnicí, přetahovaná, závod v pojídání koblíh

Soutěže: „O nejhezčí masku“.



ŘEZNICTVÍ KOHOUT: ovar, jitrnice, guláš, čerstvé maso a jiné ňamky

Po průvodu pro maskary „prdeláčka“ zdarma!

