



Velký Bor, Jetenovice, Slivonice

srpen, září 2021

Slovo pana starosty ...

Vážení spoluobčané,

vítám Vás u dalšího vydání Velkoborských novin. Letošní léto má opravdu velmi neobvyklý průběh. Časté deště neumožňují zemědělcům vyjet do polí ke sklizni obilí, louky jsou podmáčené a s těžkou technikou jsou práce na poli neřešitelným problémem. Nakonec se počasí trochu umoudřilo, tak se skluz ve žňových pracech neprohlubuje. Pokud má zrno při sklizni více vlhkosti než je potřeba, musí se dosoušet a to jsou další finanční náklady. Uvidíme, jak to všechno dopadne.

V sobotu 14. srpna se konala Velkoborská lávka, což je přejezd přes rybník na kole nebo s kolečkem po úzké dřevěné lávce. Počasí bylo úžasné, voda teplá, tak každý pád z lávky byl pro závodníky osvěžující. Po skončení závodů následovala

kategorie volných soutěží, při kterých se účastníci dosyta vyřádili. Pořadí závodníků:

lávka – 1. Ondřej Pihera, 2. Martin Pančenko, 3. Jan Ouda.

S trakařem vyhrála dvojice Martin Ouda – Tomáš Pančenko a v trojboji vyhráli Marek Šterba, Pavel Raška a Karolína Polenová.

Toto krásné odpoledne trvalo až do pozdních večerních hodin a návštěvníci si odnášeli úžasné zážitky.

V rámci oslav 130. výročí založení Sboru dobrovolných hasičů ve Velkém Boru bude uspořádána ve výstavní síni obecního úřadu výstava s hasičskou tematikou, na které budou k vidění převážně historické předměty, uniformy, odznaky, fotografie a další velmi zajímavé věci. Vernisáž výstavy, při které zazpívá pěvecký sbor Velkobor, proběhne v pátek **3. září** od 17 hodin. K ochutnání budou také piva ze železnorudského pivovaru Belveder při doprovodu harmonik.

V sobotu **28. srpna** od 14 hodin se opět uskuteční tradiční rozloučení s prázdninami pro děti i dospělé. Bude připraveno mnoho her, velká nafukovací skluzavka, střelba ze vzduchovky, pěna od hasičů a další. Večer bude diskotéka pro děti a následně i pro dospělé. Nikdo hladem ani žízni trpět nebude, protože bude připraveno mnoho dobrot k jídlu i pití. Snad nám počasí bude přát.

V pátek **8.** a v sobotu **9. října** se uskuteční volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky.

Děkuji všem za pomoc při přípravách a zajišťování různých akcí a úklidu obcí. Vždyť pořádek v obcích je vizitkou všech občanů.

Přeji Vám krásné prožití zbytku léta, přejte ostatním vše dobré a nezávidíte si. Pokud chceme někoho kritizovat, nezapomeňme se nejprve zamyslet sami nad sebou.



druhé místo - Martin Pančenko
první místo - Ondřej Pihera
třetí místo - Jan Ouda

oslavenci v srpnu

65 let	Pastejřík Václav	Velký Bor
82 let	Strolený Václav	Velký Bor
75 let	Truhlářová Marie	Jetenovice
60 let	Machovec Karel	Slivonice



**Oslavencům přejeme
hodně štěstí a zdraví.**

oslavenci v září

60 let	Doležalová Hana	Velký Bor
65 let	Zuklínová Jaroslava	Slivonice

oslavenci v říjnu

60 let	Rašková Zdeňka	Velký Bor
65 let	Jiříček Václav	Velký Bor
65 let	Hata Josef	Jetenovice
81 let	Černý Miroslav	Slivonice

Přejezd lávky 14. 8. 2021

ve Velkém Boru

Prvním úkolem byl přejezd přes rybník na kole nebo s kolečkem po úzké dřevěné lávce. Dalším úkolem byl trojboj, kterého se zúčastnily i mladší děti.



Na místním rybníce je umístěna skluzavka do vody. Během závodů, kdy bylo počasí přímo na koupání, byla skluzavka další atrakcí.

**Vítězný tým trojboje**

Karolína Polenová, Marek Štěrba, Pavel Raška



Zamyšlení P. Stanislava Bušty ...

Je to jistě věc názoru,

co objeví se na budoucnosti světa obzoru:
zda sluníčko smavé, či bouřné mraky tmavé ?

To, co bude, jakým směrem svět dále půjde, co se bude dít, jak se budem mít, jak se bude žít, tak to jistě je možno se dohadovat, o tom diskutovat, o tom se bavit, to tak, či onak předpovídat, tak zvaně kvalifikovaně, či nekvalifikované odhadovat, předvídat, a nakonec to stejně bude tak, jak bude a nám se to může tak akorát líbit, či nelíbit, být s tím spokojení, či nespokojení. A než začneme předvídat, předpovídat, odhadovat, je třeba i tu skutečnost do toho zamíchat, že „jaké si to uděláš, takové to máš“, „jaké si to uděláš, takové to budeš mít“, že každý sám svého štěstí strůjcem a že to, jak dnes žijeme, má vliv na to jak v budoucnu se budeme mít, jak v budoucnu budeme žít. Ale pak do toho všeho našeho usilování a snažení vstoupí neočekávané komplikace virové, či různé dění, domácí, či světové, nebo ty různé ve světě katastrofy a pohromy, které mnohdy nás vyděsí, či ohromí a život zkomplikují nebo dosti, či zcela ochromí. A říkají mnozí, že se to dá říci stručně a jasně – že spíše bude hůř, než dobře, krásně. Jistě, že to všechno jsou jen dohady a nejisté odhady a že na takové úvahy lidé nemají nálady, že nejlépe je prý, když o to jak bude, se člověk nestará, že o to se čas postará – a že než nějaká taková úvahová chmura, či nějaká noční můra, že je lepší něco, co dělá člověku lepší náladu a že čeho je moc, toho je moc a že ty různé, četné katastrofické úvahy a zprávy už jsou docela pěkná nuda, a že Země jak na bolesti, ale i na radosti není chudá. A co bude a jak bude, to ukáže čas, já nebudu tím unavovat nás a raději jiným směrem zaměřím své psaní, i když ani to nebude něco, co by bylo tak nějak pro zasmání. A tak opustím ve svých úvahách dnešní širý svět a oknem ven zaměřím svůj pohled. Když sednu na židli ke svému pracovnímu stolu a podívám se oknem ven, vidím něco z krás Velkého Boru. Vidím, „Kampeličku“ a na ní nápis „Svůj k svému“ a před ní kaplička pod lípami. A u těch líp bych se tentokrát trochu víc zastavil.

Prvního září to bude již třicet let, co jsem do Velkého Boru přišel a pokud se nemýlím, tak to bylo letos 15 let, co padla naše velkoborská památná lípa. Říkalo se „kaplička pod lípou“ a najednou ležela ta obrovská lípa na zemi. Že prý minitornádo ji má na svědomí. Myslím, že to je událost i výročí hodné naší pozornosti, našeho povšimnutí. Rokem jsem si myslím zcela jistý. V říjnu roku 2005 jsem dostal z česobudějovického biskupství zcela novou služební Fabii. A tak jsem poprvé v životě jezdil v novém autě. Do té doby jsem vystřídal dvě starší, Škodovku 125 a potom Favorita. Když jsem přisedlal ze Š 125 na Favorita, tak jsem si myslel, kdo ví, co nemám. A stejně tak ze starého Favorita, do nové Fábie. A tak jsem si v tom novém autě spokojeně jezdil zhruba tři čtvrtě roku. Zejména v zimě jsem si pochvaloval, jak

pěkně topí. A čas běžel, přešla zima, přešlo jaro a bylo léto a s ním 12. červenec. Myslím, že byla středa. Měl jsem mít od šesti večer mši sv. v Pačejově, „na Obecním úřadě“. Bývala tam mše sv. jednou za měsíc, pro ty, co tam v tom domě, či v okolí bydleli a bydlí.

Bylo kolem třetí hodiny odpolední, cítil jsem se takový nějaký únavený, tak si říkám, že na hodinku si lehnu a pak vše potřebné připravím, nanosím do auta a pojedu. Probudil jsem tak nějak kolem půl páté, říkám si, dobrý, to v pohodě všechno stihnu. A tak jsem si dával věci dohromady, a tu najednou klepání na okno u kanceláře. Podívám se a vidím venku před oknem paní učitelku Popelíkovou, v nějakém tryčku s krátkými rukávy, venku ještě trochu pršelo, a v náruči drží sošku Panny Marie Lurdské. První, co mne napadlo, že kdo ji vynesl ven a nechal na dešti, a to již paní učitelka volá, že padla lípa u kapličky a že kaplička je trochu pobořená, tak že mi tu sošku raději nese na faru.

Takže musím přiznat, že celé to dění kolem pádu lípy naproti mým oknům jsem prach obyčejně zaspal. A tak jsem začal plánovat, už by to tak nějak po páté hodině, že to, co se stalo, se neděje každý den a že by bylo dobré to dokumentovat, tedy ofotit. A tak jsem postup pěkně vymyslel: věci dopřipravít, nanosit do auta, sjet s foťákem na místo „události“, zfotit a odjet do Pačejova. Dobře vymyšleno, ale nedobře provedeno. Věci jsem urychleně do auta nanosil, něco na zadní sedadlo, většinu do kufru ote-vřu vrata od garáže, došel pro klíčky a doklady a foťák, sednu do auta a couvám ven z garáže. A najednou: „krach“ a auto dál nejede, stojí. Vylezu z auta, zjistit, co se stalo. Tím, co jsem uviděl, jsem se teda nepotěšil, ba naopak spíše zděsil. V tom všem spěchu jsem zapomněl zavřít dveře kufru a ty narazily do kovových válečků přivařených k futru garáže. Jimi procházejí táhla, která po otevření vrat garáže zapadnou na konci do válečků, aby se vrata samovolně, např. větrem nezavírala. Kufrové dveře trochu zdeformované, zkřížené, i náběh na střechu auta mírně vyhnutý, kufr nešel zavřít a to bylo auto napodzim nové. Takže do zpěvu mi nebylo. Opravit to šlo, ale ta chvilka nepozornosti mě stála zhruba 15 tisíc. Peněz dost, ale zase poučení pro příště.

A tak jsem, jak to šlo, kufr přivřel, dojel ke kapličce, událost vyfotil a do Pačejova s kufrem, jakš takš přivřeným dojel. Naštěstí nepršelo, takže věci v kufru zůstaly v suchu.

Celá ta událost s pádem lípy, prý měla očitého svědka. Já to nebyl, já to, jak jsem se přiznal, celé prospal. A vlastně jsem rád, že jsem ten pád lípy neviděl, asi bych při tom neměl dobrý pocit. Viděla to prý paní Kučerová, co tehdy byli na Velkoborské hospodě. Šla bouřka, a najednou vidí, že se vše na návsi točí jako ve víru, prach a vše co vítr vzal. Uvědomila si, že má otevřená okna v patře v bytě nad hospodou, okna ve štítě směrem ke kostelu, směrem k lípě. Při zavírání oken se podívá ven a vidí, jak lípa padá. Asi nějaké takové minitornádo, postupovalo dál jako směrem na Komušín a cestou

pokračování na další str.

položilo k zemi několik stromů.

Takže tak nějak jsem to slyšel vyprávět, jestli to někdo zná jinak, či přesněji, může dát vědět. Pro mně je to nezapomutelná událost, i když jsem ji prospal, že mi samozřejmě bylo lípy líto a změnil se mi do značné míry pohled z okna a potom je pro mě nazapomenutelná ta událost s „novým“ autem. Dá se myslím říci, že kdyby chtěl někdo tu lípu porazit, tak by ji lépe nepoložil. Padla mezi kapličku a Konzum a myslím, že se dá říci, že škoda nejmenší, jaká být mohla. Mohlo to být daleko horší, a nebo, kdyby padla do silnice, nechci ani domyslet. A za padlou starou lípu byla pak vysazena mladá nová, má se pěkně k světu, roste pěkně úhledně do výše i šíře, mohla být metr, či dva od kapličky dál. Ale už je to tak, jak to je. Asi nečekaně vyrostla ze starého pařezu lipka a má se také k světu. Ale není tak hezky rostlá, jako ta nově zasazená. A možná po těch patnácti letech, bylo by na čase rozhodnout, jak toto místo bude do budoucna

vypadat. Mluví se o tom. Já bych se přikláněl k tomu názoru, vyřešit to tak, jak to bylo před pádem staré lípy. Jedna kaplička, jedna lípa jak se říkalo „kaplička pod lipou“. Ta divoce roste, není zas až tak hezká, zasahuje už do té nové lípy, kapličku stíní, což zdivu jistě neprospívá. A taky je ta skutečnost, že nový strom, vyrostlý ze starých kořenů nemá nijak zvláštní stabilitu a snáze se může ze starých kořenů vylomit. Ano, jistě je dost těch, kteří řeknou, je to rarita, takový nový strom ze starých kořenů – ale má to své nedobroty. A tak by bylo možná dobré a rozumné zbytky starého ztrouchnivělého pařezu i s raritní lipkou z něho vyrostlé, odstranit a místo pěkně definitivně upravit.

Jistě názorů na věc může být více a různých toto je jeden z nich. A teď je na těch, kdo mají zodpovědnost a moc vybrat to nejlepší řešení jistě ne ke spokojenosti všech. Aněkdy i méně může být více.

Stanislav Bušta



SDH Velký Bor

Na začátku července jsme poslali finanční dar obci Stébno, která byla postižena tornádem na konci června. Doufáme, že tato částka alespoň co nejdříve pomůže k navrácení tamních lidí do běžného života.

Konečně jsme po téměř dvou letech dostali zelenou na pořádání hasičských soutěží. A tak naši muži vyrazili na tradiční memoriál Ladislava Duchoně do Defurových Lažan. I když účast byla oproti minulým ročníkům malá, přece jen nějaká byla. Naši muži skončili na krásném 5. místě.

V září se budou konat oslavy ke 130 letům založení sboru. Probíhat budou (pokud nám to i nadále situace dovolí) **11. 9. 2021 od 13:00 hod.**

Starostka R. Štípková

Ukázka výstavy k oslavě 130. výročí SDH



SDH JETENOVICE

Milí spoluobčané, rád bych vám přiblížil události, které se uskutečnily od posledního vydání novin.

V neděli 4. července hasiči uspořádali pouťový fotbal a večer se na hřišti uskutečnila pouťová zábava za doprovodu DJ JOJO. V ten samý večer místní dobrovolní hasiči za podpory obce Velký Bor vyrazili **NA POMOC MORAVĚ. Sbor dobrovolných hasičů Jetenovice daroval 20 000 Kč a jednotliví hasiči dali dohromady 16 000 Kč.**

Za vybrané peníze jsme nakoupili stavební materiál, naložili ho do našeho hasičského auta a vyrazili na cestu. V obci Mikulčice jsme materiál předali potřebným a po dobu dvou dnů jsme přiložili ruku k dílu.

Tímto bych chtěl poděkovat Fandovi Balkovi a Lubošovi Makrlíkovi, že vyrazili se mnou.

Také musím moc poděkovat všem, kteří finančně přispěli.

Před poutí byla na dětském hřišti namontovaná nová hračka pro děti. Chtěl bych poprosit, abyste nepouštěli své psy na dětské hřiště, anebo po nich alespoň uklízeli!!!

Také bylo do ulice k Hatům namontované zrcadlo pro lepší výhled.

Musím poukázat na neustálý nepořádek u kontejnerů na tříděný odpad.

Co nás čeká:

V sobotu 4. září od 14:00 hodin se uskuteční za hospodou dětské odpoledne plné her a překvapení.

V ten samý večer bude pro hasiče posezení s občerstvením a hudbou.

Petr Makovec



Před útokem tornáda stál na místě rozestavěný dům, který měl obvodové zdi a hotovou střechu. Zůstala jen základová deska.



Střelecký den ve Slivonicích

Střelecký den konaný 26. 6. 2021 byl již třetím ročníkem této soutěže. I tentokrát se sešlo hodně závodníků ze sousedních vesnic. Samotná střelba probíhala až do pozdního odpoledne. Gratulace patří umístněným a poděkování za účast samozřejmě všem soutěžícím!

Co nás čeká:

v sobotu **4. 9. 2021** od 13 hodin ROZLOUČENÍ S LÉTEM.

Pro děti je připraveno zábavné odpoledne plné her, dobrot a malé pozornosti za splnění soutěží a pro rodiče příjemné posezení. Všichni jsou srdečně zváni.



Dana Šrámková

Sbor Velkobor

Milí čtenáři a příznivci hudby a zpěvu – po dlouhé pauze způsobené covidem se náš sbor zhostil dvou vydařených koncertů. Na první jsme byli pozváni do Nepomuka na Zelenou horu do kostela Nanebevzetí Panny Marie a sv. Vojtěcha, kde se konala mše k počtě Panny Marie a po mši koncert Velkoboru zaměřený na duchovní zpěv. Byla to poslední akce pod záštitou obce Klášter, protože další den byl celý areál předán do nájmu panu Lukešovi, který se pravděpodobně zaměří na jiné kulturní využití. Náš koncert byl součástí oslav 300 let blahořečení sv. Jana Nepomuckého.

Další vydařenou akcí byl koncert k poděkování všem dárcům, kteří přispěli na rekonstrukci varhan v kostele Povýšení sv. Kříže v Chanovicích. Bylo vybráno více než 400 000 korun a provedena byla nejen oprava varhan, ale i výmalba vnitřních prostor kostela. Svým zpěvem přispěl i náš sbor a nové varhany vyzkoušel amatérský varhaník Petr Vopalecký z Loužné. Sešlo se poměrně velké množství posluchačů a kostelík byl plný. Je vidět, že i sakrální památky nejsou našimi lidmi vnímány jako okrajové a vážíme si odkazu našich předků a chceme je udržet ve slušném stavu.



Marie Hlůžková

Václav Hudeček

Rozhovor ...

Letošní Májový podvečer duchovní hudby proběhne kvůli protikoronavirovým opatřením až v září, a to konkrétně 10. 9. od 19 hodin – již tradičně v kostele sv. Jana Křtitele ve Velkém Boru. Pozvání přijal houslový virtuóz Václav Hudeček. Vystupoval v největších koncertních sálech po celém světě (Carnegie Hall, Sydney Opera, Osaka Festival Hall...) a za svou hudební činnost získal jako první Čech vůbec od italského prezidenta vyznamenání Řád rytíře italské hvězdy. Je nám ctí, že do míst, ve kterých předváděl svůj houslový um, si bude moci zanedlouho připsat i Velký Bor :-). Ještě, než k nám přijede, byl v krátkém rozhovoru vyzpovídan:

Kdy a proč jste se rozhodl věnovat se profesně houslím? Byla to cesta jednoduchá?

Byl jsem dítko neposedné, a jelikož rodiče nevěděli, co s mým temperamentem, otec povoláním veterinář, ale zdatný houslový amatér, mě začal učit na housle.

Mohl byste čtenářům přiblížit, jak vypadá Váš běžný den, zda musíte i jako takto zkušený profík ještě cvičit, nebo Vám stačí si den před koncertem oprášit nějaká problematická místa? :-)

Pokud hrajete na koncerty živě a ne na playback, musíte cvičit celý život. Pokud večer nemám koncert ani zkoušku během dne, můj program začíná kolem sedmé a do oběda hraji. Denně tak 4-5 hodin. Pokud jsou koncerty, zkoušky a cestování, každý den je jiný.

Seznámil byste prosím čtenáře se svým nástrojem?

Momentálně používám italský nástroj z 18. století označený jménem houslaře Carla Bergonziho.

Jaký repertoár máte nejraději coby interpret? A už víte, co zahrajete velkoborským posluchačům?

U vás to bude F. Benda, L van Beethoven a A. Dvořák. Pianista Lukáš Klánský přidá ještě F. Chopina. Jinak hraji rád vše, co předvádím na koncertech. Té krásné hudby je takové množství, že to nikdo za celý život nezvládne nastudovat.

Co si naopak rád poslechnete ve volném čase?

Z té „nevážné“ hudby mám rád Čechomor, Bee Gees, Fredyho Mercuryho, Beatles, Semafor. Je toho hodně.

Je Vám kraj Horažďovicka neznámý, nebo jste sem už někdy v minulosti zavítal?

Byl jsem ve vašem kraji mockrát a je tam krásně.

Vystupoval jste na všech možných významných místech po celém světě (Carnegie Hall, Sydney Opera, Osaka Festival Hall...), na který koncert vzpomínáte nejraději? Máte nějaký zážitek z cest, na který rozhodně nezapomenete?



Těch zážitků jsou tisíce, za svůj muzikantský život (již mám 55. sezónu) jsem vystoupil na minimálně 10 000 koncertech a různých akcích, TV a zvukových nahrávkách. Byla by to asi dlouhá kniha vzpomínek.

Do Velkého Boru přijedete s klavírním doprovodem Lukáše Klánského. Mohl byste nám sdělit, jak jste se dali dohromady?

Lukáše znám od narození, je synem mého přítele a kolegy, našeho nejlepšího současného klavíristy a pedagoga Prof. Ivana Klánského. Hrajeme spolu již 15 let. Lukáš je vynikající komorní hráč, sólista a v neposlední řadě i dirigent. Navíc skvělý společník a fajn člověk.

Děkuji za rozhovor a 10. září se na Vás na oba budeme moc těšit!

Levné eko tipy pro rodiče

Poslední dobou se začíná důraz na ekologii čím dál víc promítat do našich běžných životů a je to dobře. Mnoho výrobců a značek ale právě tohoto ušlechtilého trendu zneužívá a snaží se na něm vyrežtovat velké peníze. Také není vzácností, že se prezentují výrobky jako přírodní a přitom nemají s ekologií nic společného. A co si budeme povídat, od chvíle kdy máme děti, přibude palčivých problémů k řešení a ekologie jde někdy bohužel stranou.

Co tedy dělat, abychom šetřili přírodu i s dětmi a neutratili majlant? Mám pro vás deset super tipů, které jsou zábavné, jednoduché, levné a zaručeně mají smysl.

Samosběr

Věděli jste o možnosti samosběru? Pořádá se na mnoha farmách a to i v blízkosti velkých měst. Můžete si s dětmi udělat výlet, na kterém si sami natrháte do koše plody podle své potřeby a zaplatíte na váhu. Nejen že je to velká zábava, ale zároveň se děti něco naučí o krajině a jídle, které jim končí na talíři. Navíc bude vše naprosto čerstvé a vy budete vědět, odkud vaše jídlo pochází a že nebylo ošetřeno nevhodným způsobem. Samosběrem lze pořídit mnoho druhů ovoce a zeleniny. Dokonce si můžete na stránkách Na ovoce najít, kde si můžete nasbírat ovoce zcela zdarma!

Sekáče

Sekáče jsou super věc. Zaprvé seženete kousky, které nikdo jiný nemá, zadruhé je lovení v sekáčích adrenalinová zábava a zatřetí podporujete udržitelnost módního průmyslu. Jako jeden z velkých benefitů vidím i to, že většina second handového zboží je odolná a vydrží tedy i vám. Nekvalitní věci zkrátka tento přístup nevydrží. Rychlá móda je bohužel velký problém, jednak kvůli vytváření odpadu u výroby, rychlému opotřebování a hlavně nehumánní výrobou v rozvojových zemích.

Nemáte čas běhat po sekáčích a hrabat se v tuně věcí? Mám super tip! Já sama jsem si oblíbila internetový second hand Brumla, kde najdete dětské, pánské i dámské zboží. Dvakrát týdně doplňují nové zboží a můžete si nákup bezplatně rezervovat až na 15 dní.

Lokální produkty/ komunitní nákupy

Že je ekologické kupovat lokální produkty si asi nemusíme říkat. Jak se k nim ale za rozumnou cenu dostat? Jedno řešení jsou farmářské trhy. Tam lze většinou sehnat zboží přímo od zemědělců. Další zajímavou variantou je, dojet, nebo dojít si pro zboží přímo k němu. Chci vám ale představit ještě jednu zajímavou možnost a to je KPZ. Ne, nemyslím krabičku poslední záchrany ze skauta, ale Komunitou Podporované Zemědělství. Je způsob získávání základních potravin, jehož cílem je podpora konkrétního zemědělce. Jde o partnerství mezi zemědělcem a podílníkem. Členové KPZ si před sezónou předplatí určitou část produkce, čímž má zemědělec jistotu odbytu a dostatek financí pro chod farmy. Další zajímavou možností, je Výdejna chutí, která vám zkrátí cestu k férově vypěstovaným citrusům v bio kvalitě a za super cenu.

Vaření

Další šetrnou možností je vaše domácí vaření. Zabírá sice čas, ale připravíte sobě i dětem nejzdravější, nejchutnější

a nejlevnější pokrm. Bez zbytečných obalů, éček, konzervantů, uhlíkové stopy a tuny cukrů, tuků a soli. Naopak tím posílíte vaše rodinné vztahy a půjdete dětem dokonalým příkladem. A nemusí to být hned kachna na pomerančích. Existuje spousta rychlých a výborných receptů co jsou hotové do půl hodinky. Například kombinace s bulgurem, kuskusem, nudlemi, těstovinami, nebo rýží. Skvělou volbou jsou také polévky, nebo vaření na více dní. Pokud se vašim dětem do jídla moc nechce, mám pro vás super shrnutí problematiky ze své pedagogické praxe v minikurzu Proč dětem nechutná.

Kosmetika

Kosmetika je samostatné téma, ale musím ji zmínit. Jsme jí přímo přehlčení a bohužel ty řádky cizojazyčných slůvek ve složení často skrývají látky, které by nám do těla vůbec neměly přicházet. Ano, říkám do těla, protože kůže je největší orgán a přes ní se všechno dostává přímo do těla, kde to dělá neplechu. Dokonce je nešetná kosmetika uváděna jako příčina některých nemocí a hormonální nerovnováhy u žen. Mělo by platit, že si na sebe dám pouze to, co bych dokázal i sníst. V kosmetickém průmyslu je také nedobrým zvykem vytvářet produkty tak, aby se naše tělo na nich stalo závislé. Po šamponu proti lupům se dělají lupy ještě víc, hydratační krém a balzám na rty vysušují, "pečující" barvy ničí vlasy. A proto je musíme používat znovu a znovu. Péče o tělo může být přitom velmi jednoduchá a vystačíme si s čistě přírodními produkty na bázi bylin a přírodních olejů.

Velká balení

A na závěr rada nad zlato, velká balení. Vyplatí se úplně u čehokoliv a často jsou mnohem rozumněji zabalené. Cenově je to nesrovnatelné a mluvím tu teď úplně o všem od toaletáku, přes oleje, rýži, koření, těstoviny, jogurty, drogerii, prostě na co si vzpomenete. Jediné kritérium by mělo být to, zda se to nezkazí, v tom případě by se smysl jaksi míjel účinkem. Skvělé řešení jsou také rozrůstající se bezobalové obchody, kde si můžete nakoupit do vlastních nádob a pytlíků a nepotřebujete k tomu obaly žádné.

Doufám že jste načerpali zajímavé informace a že jsem vás inspirovala, abyste zkusili něco nového, nebo se vrátili k tomu, co se vám třeba z života vytratilo.

Další typy jak ušetřit najdete na stránkách: www.pohadkovalida.cz

Vzpomínky

Stanislava Trčky

DRUHÁ CESTA DO MONGOLSKA

– pokračování

Přistáli jsme v Ulanbátaru, mezinárodní letiště, ale omšelé, s Ruzyní nesrovnatelné. Při cestě od letadla jsem si všiml, že nás sledují jakýmsi dalekohledem. Nebyl to dalekohled, byl to teploměr. Prasečí chřipka. Před východem z haly stál ve skupině očekávající přílet pán s cedulkou Trčka. Byl to majitel a ředitel mlékárny, tedy spolumajitel. Mlékárnu vlastnil se svojí ženou a určitě nebyl ten, kdo by hrál v tomto tandemu první housle. Vůbec mi po čase připadalo, že v buddhistickém Mongolsku je vlastně matriarchát. Očividně velký rozdíl proti muslimským zemím.

Ředitel mě naložil do auta a jeli jsme do města, do hotelu, který jim také patřil.

Cesta byla plná výmolů, ostatně jako v celém Ulanbátaru a i mimo něj, pokud tam nějaké silnice vůbec jsou. Většinou jsou to jen polní cesty. Ale tyhle cesty nevedou poli, pole tu nejsou, jen nekonečné travnaté pláně.

V hotelu jsem si chvilku zdříml, ředitel někde sehnal děvče, co v Česku studovalo překladatelství, a jeli jsme shánět novou bundu. Po zkušenostech z jiných zemích jsem myslel, že svou velikost neseženu. Třeba v Iránu mě v roce 1977 zastihla zima, chtěl jsem si koupit svetr, ale ouha, všechno malé. Prodavač chtěl prodat přímo zoufale, do svetru mě narval, a dopadlo to tak, že jsem ho roztrhl na zádech. „Chejli bozorge,“ volal, velmi veliký. Jenže svetr evidentně „chejli bozorge“ nebyl.

Aspoň ne na mou postavu. Špatná strava, malý vzrůst. To ovšem neplatí v Mongolsku. Mongolci, pastevci mají maso každý den a nejsou žádní drobečkové. S velikostí bundy nebyl problém. Noc v hotelu a ráno někam severovýchodně 150 km polní cestou do městečka – vesničky Jangatlar (Džangatlar) kde se ta malá mlékárna budovala.

Jangatlar bylo městečko postavené většinou z provizorních boudiček, hlavní ulice nedlážděná, místy až metr hluboké díry vymleté dešťovou vodou. Usadit se na jednom místě je novinka. Na venkově zvlášť. Donedávna jen jurty a putování se stádem. A jurty Mongolové milují. „Jurta je to nejlepší.“ To jsem v Mongolsku slyšel mnohokrát. Dokonce jsem v Ulanbátaru viděl

jurty postavenou na střeše dosti okázalé vily. Většina populace starší čtyřiceti let se v jurtě narodila. Pro mě dost nepochopitelné. Jurta je plstěný kruhový stan s kamínky uprostřed a dírou okolo komína. Jednoduchá, nízká vstupní dvířka asi moc netěsní. Záchod venku, žádná tekoucí voda, venku -40 třeba. Proti vstupním dvířkám je buddhistický oltářík, po stranách postele a almárka, to je všechno. Jak se v takových podmínkách přivádí bez úhony děti na svět je pro mne záhadou.

Ale to jsem odbočil. Přijeli jsme na mlékárnu, která stála na okraji Jangatlaru na velkém pozemku obehnaném prkeným plotem. Bylo už k večeru, po práci v mlékárně nikdo, ve vstupní hale seděli dva čeští svářeči a šéfmontér a skleněnými vstupními dveřmi koukali do zvlněných zelených dálav. Po dvanáctihodinové šichtě obvyklá zábava. Byla tam támhle ta jurta na obzoru už včera, nebo je tam nově? A to stádo v dálce vlevo jsou ovce, nebo krávy?

Pozdravil jsem, představil jsem se a kluci, vezu flašku whisky. Dokonce jsem cestou přišel ještě k jedné. Jenže problém. Nejsou skleničky a jídelna je zamčená. Zabodoval starý šéfmontér, který zcela vážně pronesl: „No já jednu mám, ale mám v ní zuby.“ Ostatním nějak přešla na doušek chuť.

Měsíc práce od rána do večera, večer pak opření zády o plot koukání do zelených dálav. Jednou se u nás zastavilo mongolské děvče a proneslo, že ještě nikdy nevidělo živé Rusy. Touto větou nás teda dost vytočilo, ale pochopil jsem, že pro většinu Mongolů nešikmooký cizinec rovná se Rus. Vztah Mongolů k Rusům je zvláštní. Rusové zavedli azbuku, staré mongolské písmo zakázali. Mongolové nesměli do ruských



pokračování na další str.

obchodů, člověk by očekával velkou nevraživost. Ale není tomu tak. Jedna překladatelka mi to vysvětlovala: „My jsme mezi medvědem (Rusko) a drakem (Čína). A Číňani, zvedla prst, jsou mnohem horší.“

1. června byl Den dětí, za mlékárnou měly děti soutěž v jízdě na koni. Dostihy. Měl jsem dojem, že na koních tu děti jezdí jako u nás na koloběžkách. Já jsem na koňském hřbetě jako dítě také seděl. Někdy v roce 1951, ve čtyřech letech na Štěchoc Hnědákovi. Držel jsem se chomoutu a strejda Jarda oral. Hrůza byla, když Hnědák sklonil hlavu, aby si ukousl trávy, a přede mnou najednou místo hlavy s hřívou propast. A teď jako důchodce podruhé, ale kůň se hejbá, třmeny se hejbají a ještě jsem se zadkem nevešel do mongolského sedla. Byl jsem rád, že jsem zase slezl. A Mongolské děti se na koních proháněly s takovou lehkostí...

Měsíc uplynul, práce hotová, Mongolové přivezli kozla na rozlučkovou hostinu. Kozla zabijí tak, že ho omráčí, vytrhnou srdce a nechají vykrvit dovnitř. Zúžitkuji všechno včetně vnitřností, ty přišly na stůl jako první. Z české strany jsem je ovšem konzumoval jenom já. Maso připravovali tak, že do mlékařské konve s vodou naházeli rozpálené kameny a maso, konev uzavřeli a vytvořili papiňák. První, co z toho papiňáku přišlo na talíř, byly ty očouzené kameny. Já je považoval za maso a málem jsem zlomil vidličku. Bylo mi vysvětleno, že ty kameny se přehazují z ruky do ruky, a tím člověk získává sílu. Něco jako tělocvičný předkrm.

Cesta domů se svářečem Tondou. V Moskvě opět fronta u prohlížení příručních zavazadel a u pultu stejná sestava jako před měsícem. Starší paní a královna krásy. Koukali na mě. Je to on? Není to on? Ale ano, děvušky, jsem to já. Na Tondu otázka: Tonda skaží kakaja byla butylka? A tonda, který měl za sebou několik let práce na mlékárnách na Ukrajině a uměl rusky velmi dobře, poslušně odpověděl: „Butylka byla očech charošaja.“ A skutečně byla.

Stanislav Trčka



Hola, hola, škola volá

rozpis prázdnin pro školní rok

- Vyučování ve školním roce 2021/2022 začne ve středu **1. září 2021**.
- Podzimní prázdniny stanovuje MŠMT na středu **27. října** a pátek **29. října 2021**.
- Vánoční prázdniny začínají ve čtvrtek **23. prosince 2021** a končí v neděli 2. ledna 2022. Vyučování začne v pondělí **3. ledna 2022**.
- Vysvědčení s hodnocením za první pololetí bude žákům předáno v pondělí **31. ledna 2022**.
- Jednodenní pololetní prázdniny připadnou na pátek **4. února 2022**.
- Jarní prázdniny v délce jednoho týdne jsou podle sídla školy stanoveny takto:
 - 21. 2. - 27. 2. 2022 Tábor, Prachatice, Strakonice
 - 28. 2. – 6. 3. 2022 České Budějovice, Klatovy
- Velikonoční prázdniny připadnou na čtvrtek **14. dubna 2022**.
- Vyučování ve druhém pololetí bude ukončeno ve čtvrtek **30. června 2022**.
- Hlavní prázdniny budou trvat od pátku **1. července 2022** do středy **31. srpna 2022**.



Cvičení RUN-DANCE od října 2021

Pravidelné cvičení Vám nejen zlepší fyzickou kondici a pomůže Vám snížit Vaši hmotnost, ale je také skvělé pro Vaše zdraví a psychickou pohodu. Lidé, kteří pravidelně cvičí, jsou všeobecně méně nemocní, netrpí depresemi, naopak se cítí ve skvělé fyzické i psychické pohodě a jsou nabití životním optimismem.

RUN-DANCE je fitness freestyle cvičení, které Vás bude neuvěřitelně bavit! A teď to hlavní, průměrný úbytek váhy během jedné lekce cvičení je 1,5 kg. Cvičíte v rytmu dynamické hudby ve středně rychlém až rychlém tempu, dle Vaší aktuální fyzické kondice. Základem tohoto cvičení je statický běh kombinovaný s tanečními prvky a aktivním posilováním paží, ramen a prsních svalů pomocí lehkých činek. Cvičením posilujete nejen celé tělo, ale také Vaši pevnou vůli a Vaše sebevědomí.

Cvičením **RUN-DANCE** docílíte rychlý úbytek váhy a výrazně se Vám zvýší fyzická kondice. Když porovnáme RUN DANCE s během, tak při cvičení RUN-DANCE spálíte mnohem více kalorií, neformujete pouze nohy, ale rovnou celé tělo zapojíte a procvičíte všechny svaly. Rychle se zvyšuje fyzická kondice a vytrvalost celého těla.

Při cvičení se můžete zaměřit na různé partie svého těla a ty posilovat nebo tvarovat. K tomu jsou vhodné jednoruční neoprenové činky, případně posilovací kotníkové nebo zápěstní pásy. Pro ženy a děti do 15 let doporučujeme jako optimální posilovací zátěž činky

nebo posilovací pásy o hmotnosti 0,5 - 2 kg, pro muže pak 1,5 - 5 kg. Posilovací zátěž volte vždy dle Vaší aktuální fyzické kondice, která se bude postupně zvyšovat. Pro zvýšení spalování tuků v oblasti břicha doporučujeme používat profesionální bederní thermo pás pro RUN DANCE.

Na první lekci cvičení RUN-DANCE se sejdem v pátek 15.10.2021 v 18.00 hod v sále „U Trčků“. **Cvičení je zdarma.**

Těšíme se na Vaši hojnou účast. Hlásit se můžete na obecním úřadě nebo na tel. čísle 724 577 295.

Manuál pro cvičení RUN-DANCE a praktické informace týkající se efektivního snižování Vaší váhy můžete stáhnout ve formě E-BOOKU pomocí tohoto QR kódu :



nebo na <http://www.run-dance.cz/>

Václav Makovec a team RUN-DANCE

Jaké úplňky nás čekají v následujících měsících?

Úplněk 2021 Srpen – Úplněk ve Vodnáři
22. SRPNA 2021 14:01

Úplněk 2021 ve Vodnáři se letos opakuje dvakrát za sebou. Máme proto **delší časový úsek na vyřešení již započatého**. S žádným rozhodnutím neuděláte chybu. Úplně ve Vodnáři je moudrý a magický. Ví, jakou cestou nás vést. Pokud bychom náhodou měli tendence uhnout ze své cesty, **pomůže nám znovu najít ten správný směr**. V partnerských vztazích bychom se měli rozhodnout, jak **chceme naše pouto dál rozvíjet**. Je čas na svatbu nebo třeba zplození potomka? Úplněk 2021 ve Vodnáři přinese mnohá řešení. **Spousta záležitostí bude definitivně uzavřena**. Podle indiánů má tento úplněk název jeseteří nebo červený.

Úplněk 2021 Září – Úplněk v Rybách
21. ZÁŘÍ 2021 01:54

Úplněk 2021 v Rybách je vždy náročným obdobím. **Na maximum je zvýšená citlivost i vnímavost k okolí**. Emoce jsou zostřené, vše nadměrně prožíváme. Padá na nás únava, špatná nálada, nezřídka i deprese. Nic nás nebaví, máme pocit, že všechno je marné. **Úplněk v Rybách provází pasivita**. Nejsme schopni nic dělat. Jen sedíme a čekáme, kdo za nás co vyřeší. Rozhodně není správný čas na odvykání závislostí, hubnutí nebo jiných větších změn ve svém životě. Nedařilo by se. Jste však v tento čas více intuitivní a máte tendence hledat odpověď na otázku – co v životě byste vlastně chtěli. Úplněk 2021 v Rybách je laxní, citový a klidný. **Nebudou se odehrávat žádná dramata**. Zářijový úplněk nazývají indiáni jako kukuřičný.

Marie Sládková

28. 8.	14:00	Rozloučení s prázdninami	Velký Bor - myslivecká chata
3. 9.	17:00	Vernisáž výstavy k 130. výročí založení Sboru dobrovolných hasičů	Velký Bor - OU
4. 9.	14:00	Rozloučení s prázdninami	Jetenovice
4. 9.	13:00	Rozloučení s prázdninami	Slivonice
10. 9.	19:00	Májový podvečer duchovní hudby - Václav Hudeček + Velkobor	Velký Bor kostel
11. 9.	13:00	Oslava 130. výročí založení Sboru dobrovolných hasičů	Velký Bor - hasičárna

MÁJOVÝ PODVEČER DUCHOVNÍ HUDBY

VÁCLAV HUDEČEK

LUKÁŠ KLÁNSKÝ
klavírní doprovod

&

PĚVECKÝ A CHRÁMOVÝ SBOR VELKOBOR

PÁTEK 10. 9. 2021 19:00

KOSTEL SV. JANA KŘTITELE

VELKÝ BOR

VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ



 **OBEC VELKÝ BOR**
 **OBEC CHANOVICE**
 **OBEC SVĚRADICE**
 **PHYTENEIO**

SDH SLIVONICE POŘÁDÁ

ROZLOUČENÍ S LÉTEM

Pro děti je připraveno zábavné odpoledne plné her, soutěží,
pohybu, dobrot a pro rodiče příjemné posezení.

!!!SKÁKACÍ HRAD ZAJIŠTĚN!!!



SOBOTA 4. ZÁŘÍ OD 13:00 VE SLIVONICÍCH

zvede Vás na

**Rozloučení
s prázdninami**

SPARTAKIÁDA

28. 8. 2021
14:00
na Myslivecké chatě
ve Velkém Boru
zahájení s překvapením

sportovní hry
tvoření triček
a jiné aktivity

**Občerstvení pro
děti zdarma**




