

# DOBŘÍVSKÝ

## ČTVRTLETNÍK

2014/1

zdarma – neprodejné

15. března 2014

### VALNÁ HROMADA SDH DOBŘÍV



Dne 11. ledna 2014 proběhla valná hromada Sboru dobrovolných hasičů v Dobřívě. Starostou sboru p. Reindlem byl zhodnocen rok 2013 a 120. výročí založení sboru, které se uskutečnilo

v červnu 2013 za účasti rodáků obce Dobřív. Dále vystoupil starosta obce pan Kozlík, starosta TJ Sokol Dobřív p. Paldrman a starosta Okresního sdružení hasičů p. Frost. D



### OBSAH

1. Hasiči
- 2.–5. Sokolské střípky
6. Vzpomínka na lední hokej v Dobřívě
7. Pozvánka na Máje Hamernický den  
Informace obce
8. Velikonoce
9. Naše zdraví
10. Základní škola Strašice
11. Základní škola Dobřív
12. EKO mateřská škola Dobřív

D



# SOKOLSKÉ STŘÍPKY



## OLYMPIJSKÝ PARK LETNÁ

Dne 8. 2. 2014 se zúčastnilo celkem 5 dětí (Radim Titl, Martin Vágnér, Markéta Švejdová, Eliška Švejdová a Kateřina Valečková) z naší TJ Sokol Dobřív projektu Olympijský park Letná. Tuto akci pořádal Český olympijský výbor, který nabídl všestrannosti České obci sokolské zajištění dopravy z určených sběrných míst zvláštními autobusy do Prahy a zpět, také byl z jejich strany na místě zajištěn odborný lektor, který se po celou dobu od 9.30 hodin do 14.30 hodin staral o celý program v daném parku pro naši skupinu a bezplatné zapůjčení sportovních potřeb. Společně s námi byli ještě děti z Rokycan a Plzně. Celkem bylo v naší skupině 29 dětí a 5 vedoucích. V daném parku si mohly děti vyzkoušet různé sportovní odvětví, kdy jako první byla pro ně připravena disciplína lyžařská a mohly si vybrat, buď lyžování alpské, či snowboarding.

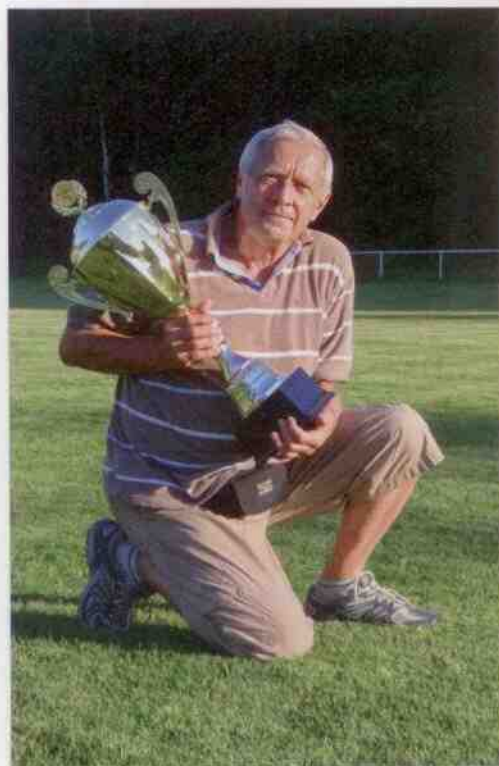
Naši mladí si všichni vybrali snowboard, kdy kromě Radima Titla, neměl ni-



kdo s tímto sportovním prkmem žádné zkušenosti a byly to pro ně první nasmělé krůčky a seznámení. S tímto se však popasovali dobře a i přes několik drobných pádů si danou disciplínu, kdy tato trvala necelou 1 hodinu, perfektně užili. Další sportovní vyžití bylo pro naše mladé sportovce připraveno v Ledovém ráji, kdy na dobře připravené ledové ploše si mohli zabruslit, čehož využili a celou hodinu se zdárně proháněli

po všech možných trasách, které zde byly připraveny. Po tomto příjemném unavení jsme se vypravili na polední oběd se siestou. Došlo k odpočinku těla a pak přišla na řadu poslední připravená disciplína a to biatlon. Děti si vyzkoušely bruslení na běžkách a také střelbu z laserové pistole. Necelé hodinové kroužení na připravené dráze bylo ukončeno VIP osobami, neboť tyto zde měly po nás závod osobností. Setkali jsme se zde s Václavem Chalupou a Miroslavou Knapkovou (oba veslování). Poté se s námi naše lektorka Miša rozloučila a my jsme jí za vše moc poděkovali a nastalo pro nás volno, což jsme vyplnili prohlídkou celého parku a nakonec návštěvou nedalekého Mc Donaldu a následoval odjezd domů. Vše proběhlo v příjemném sportovním duchu, nedošlo k žádnému zranění a děti se celý den vyloženě bavily. D

## STAROSTA TJ OSLAVIL ŽIVOTNÍ JUBILEUM



V nedávné době oslavil významné životní jubileum starosta Tělocvičné jednoty Sokol Dobřív Mgr. Luboš Paldman. Funkci starosty zastává již 23 let a pod jeho taktovkou se výbor i členové naší jednoty starají o její řádný chod, zabezpečení sportovních aktivit jednotlivých oddílů, turnaje a memoriály, účast členů na sletových vystoupeních, a podobně. Za jeho starostování došlo k výstavbě víceúčelového hřiště u sokolovny, vylepšení areálů kopané a národní házené, a modernizaci ubytovny i sokolovny.

Požádali jsme o krátký rozhovor.

**Luboši, jste dobřívským Lrodákem?**

Ne, nejsem. Narodil jsem se 15. ledna 1944 v Rakousku ve Vídni. Základní školu jsem na-

vštěvoval v Mariánských Lázních, kde jsem po absolvování gymnázia a Pedagogické fakulty v Plzni učil na základní škole. V roce 1980 jsme se s manželkou Evou a dcerami přistěhovali do Dobříva.

**Jaký byl a je Váš vztah ke sportu obecně?**

Ve svých žákovských a studentkých letech jsem se závodně věnoval sportovní gymnastice a lehké atletice (100 m – 11,2 sec., skok vysoký – 182 cm strédlem...). Zúčastnil jsem se spartakiád v roce 1960, v roce 1975 a 1980 jsem byl okresním vedoucím skladby starších žáků pro Chebsko. Ač nestraní, byl jsem při ONV Odboru školství v Rokycanech pověřen do funkce okresního metodika tělesné výchovy. Společně s ODPM jsem zajišťoval sportovní soutěže, školení učitelů TV, kurzy lyžování a metodickou pomoc pedagogům.

*...pokračování na str. 3 >>>*



Výbor TJ SOKOL Dobřív děkuje Školskému a kulturnímu výboru Obecního úřadu v Dobřívě za možnost pravidelně přispívat do Dobřívského čtvrtletníku



Za mého působení ve funkci starosty naší tělocvičné jednoty se v roce 1990 uskutečnily Okresní tělocvičné slavnosti, na kterých vystoupilo 1100 cvičenců v 8 skladbách.

V roce 1994, 2000, 2006 a 2012 jsem se zúčastnil vsesokolských sletů v Praze, dále župních a městských sletových vystoupení v Komárově, Plzni, Liberci, Klatovech, ve Spáleném Poříčí a v Rokycanech.

**Kdy jste vstoupil do Sokola, působil jste zde jako cvičitel nebo trenér?**

Do Sokola jsem vstoupil v roce 1980, vlastně hned po přistěhování do Dobřiva. Věnoval jsem se 2 × týdně žákům jako cvičitel.

**Vaše koníčky?**

Mým velkým koníčkem je vodácký sport a lyžování. Pro naši mládež jsem od roku 1981 o prázdninách zorganizoval 27 vodáckých čtrnáctidenních táborů po našich, později i rakouských řekách. Vodácko – turistické akce jsem pravidelně organizoval i pro „dobřívské dospěláky“.

**Jak pohlížíte ze sportovního hlediska na dnešní „počítačovou generaci dětí“?**

Přibližně od roku 1985 se situace ze sportovního hlediska začala měnit k horšímu. Začalo to celodenním vysíláním televize a později nástupem počítačů. Mlá-

dež, na rozdíl od dříve narozených, začala trávit většinu volného času u obrazovek a monitorů. Svůj velký podíl má na tom i komerční pojetí zájmových kroužků.

Vše je jenom v lidech, a proto díky za dobrovolnou práci trenérů a cvičitelů v naší jednotě. Naše sportovní a společenské aktivity nám mnohé obce právem závidí.

**Čeho si nejvíce ceníte za dobu starostování v TJ Sokol Dobřív?**

Jen tak pro zajímavost, mé období starostování – 23 let – je vůbec nejdelší v historii naší jednoty. Proto si velmi vážím podpory své rodiny, poté lidí, kteří mi po celá léta stáli v Sokole po boku. Jsem velmi rád, že se v naší obci udržela sportovní činnost mládeže, dospělých, ale i fandovství na velmi dobré úrovni. Cením si také toho, že naše sportoviště jsou taková, jaká jsou a že jsou plně využívána.

**Jaké je Vaše životní krédo?**

Snažím se být optimistou v časech dobrých i zlých pro sebe a hlavně pro moji rodinu a ostatní spoluobčany.

Děkujeme za rozhovor.

Členové výboru TJ Sokol Dobřív přejí svému starostovi do dalších let stále pevně zdraví a úspěchy ve sportovním i osobním životě.

Monika Koudělková

## SOUSTŘEDĚNÍ FOTBALISTŮ



Ve čtvrtek 20. ledna se fotbalisté TJ Sokol Dobřív vydali na každoroční zimní soustředění do Plánice u Klatov. Soustředění se zúčastnilo 10 hráčů s jedním trenérem. Během necelých tří dnů využili hráči ke svým tréninkům halu, místní fotbalové hřiště, ale i okolí vesnice. Stihli celkem 6 tréninkových jednotek. Zakončením sportovní přípravy bylo sehrání přátelského zápasu proti Břasům, ten Dobřív v pohodě zvládnul a vyhrál v tréninkovém tempu 5:2. Na zimním turnaji, který se sehrál v průběhu měsíce února na škvárovém hřišti skončili fotbalisté TJ Sokol Dobřív na 2. místě po jedné prohře a dvou výhrách.

D

## TÝDEN V KRUŠNÝCH HORÁCH

Třetí únorovou neděli 11 sportovců z naší TJ vyrazilo na svojí každoroční „pánskou jízdu“ tentokrát do známého střediska Krušných hor, na Boží Dar.

Protože tato akce je tradičně především „běžkařská“ nastal při letošní vyjimečně teplé zimě problém, co s tím. Přesto si všichni s sebou

běžky nakonec zabalili, ale někteří pro jistotu naložili i kola, jiní vsadili na turistiku nebo na upravené sjezdovky s technickým sněhem.

Hned první den ráno se většina účastníků rozhodla v duchu původního účelu akce vyzkoušet běžkařské trasy. Jako nejlepší možnost se ukázal okruh kolem Fichtelbergu, nejvyšší hory německé části Krušných hor. Spolu s vý-



letem do horské vesničky Tellerhäuser nakonec na běžkách absolvovali necelých 20 kilometrů. Tři lyžaři si užili den na sjezdovkách na Klínovci.

V úterý byl na programu výlet na kolech na jeden z okolních kopců, Plešivec. Za příznivého počasí je z rozhledny na jeho vrcholu krásný výhled po okolní krajině. Tentokrát však kvůli horšímu počasí nebyla viditelnost úplně ideální.

V polovině týdne se všichni rozhodli pro příjemnou relaxaci v bazénu v nedalekých Karlových Varech a procházku po lázeňském městě.

Další den se část účastníků vydala pěšky a část na kole do okolí a jejich společným cílem se stala Horská Salaš Ryžovna, která je kromě vynikající kuchyně známá i výrobou kvalitních přírodních sýrů, které si zde můžete zakoupit.

Poslední den ještě tři nadšenci vyrazili na 15kilometrový okruh na běžkách na nepříliš kvalitním sněhu, ostatní se jen krátce prošli nejbližším okolím Božího Daru a začali se připravovat na návrat domů. Ještě večerní posezení při kytáře a cesta zpět ke každodenním povinnostem. I přes komplikace s počasím a nedostatkem sněhové nadílky se výlet všem líbil a už se těší na příští rok.

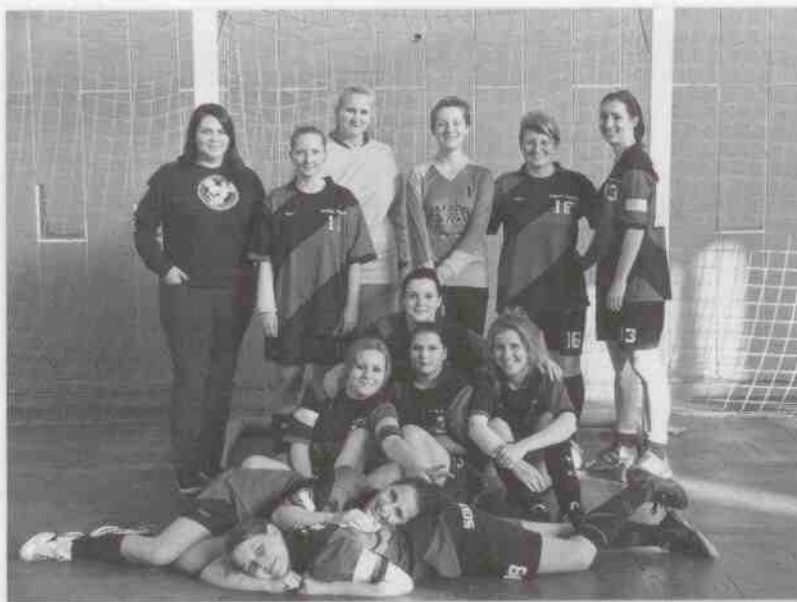
D

## ZIMNÍ PŘÍPRAVA ODDÍLU NÁRODNÍ HÁZENÉ

V přechodné zimní části sezóny nečekal házenkářky TJ Sokola Dobřív pouze odpočinek. V rámci přípravy na jarní část sezóny odehrály naše házenkářky celkem čtyři turnaje. Začneme od těch nejmladších. Mladší žačky se prezentovaly 7. místem na turnaji v Ejpovicích. Vzhledem k tomu, že tým je tvořen převážně z dívek věku 8 až 10 let a proti nim hrály hráčky převážně o 2 roky starší, byly výsledky zápasů vyrovnané a mladší děvčata mohou být na sebe pyšná.

Turnaj starších začek se odehrál také v Ejpovicích a naše naděje obsadily poslední 6. místo, kdy se jim herně moc nedařilo, a všechny zápasy prohrály.

Ženy absolvovaly celkem dva turnaje. První odehrály v Plzni, kde doplatily na úzký kádr a obsadily zde



předposlední 6. místo, kdy kromě dvou zápasů, ve kterých dokázaly porazit celek Litohlav 10:7 a prohrály s družstvem Blovic o jeden gól 6:7, byly ostatní výsledky neuspokojivé. Druhý turnaj, který se konal v Dobříši, byl mnohem lepším představením našich žen. Mezi ligovými týmy se prezen-

tovaly sympatickým výkonem a turnaj zakončily na celkovém 4. místě z 6 týmů. Se všemi týmy hrály vyrovnané zápasy a právem mohou být za výsledek a i předváděnou hru na sebe hrdé. Holčákům na tomto turnaji pomohla velmi dobrým výkonem navrátilka do jejich řad a to Magda Vlasáková. Společně s ostatními útočnicemi si dokázaly vypracovat spousty nadějných situací, které často končily gólem našeho týmu. Plusem je, že

se do týmu žen začínají zapracovávat mladé, nadějné hráčky věkem patřící ještě k dorostenkám.

Všem týmům národní házené můžeme jen popřát co nejlepších výsledků v jarní části soutěží, které začnou 6. 4. 2014.

□

## PLESOVÁ SEZÓNA JE V PLNÉM PROUDU

### HÁZENKÁŘSKÝ BÁL

Oddíl národní házené TJ Sokol Dobřív uspořádal v lednu již 14. Házenkářský ples. Pořadatelé připravili bohatou tombolu a také hlavní ceny, které se losovaly ze vstupenek a obálek. Losované ceny vyhráli v letošním roce dobřívští občané. K tanci a někomu pouze k poslechu hrála hudební skupina Drops z Rožmitálu. Hudební produkce se všem přítomným velmi líbila, a proto ji pořadatelé zajistili i na příští, již 15. ples. Přes veškerou snahu pořadatelů a přes zdařilou propagaci plesu byla však přesto účast nižší, kolem 110 osob. Přesto akci hodnotíme jako velmi zdařilou. Výbor národní házené chce tímto poděkovat všem, kteří se na přípravě plesu podíleli a také všem, kteří přispěli nějakým darem do tomboly.

### ŽIVNOSTENSKÝ BÁL

V sobotu 22. února 2014 se uskutečnil Živnostenský bál v naší sokolovně.



Skupina nadšenců z řad drobných podnikatelů, živnostníků a některých příznivců pravidelně připravuje akci, která se svoji úrovní řadí mezi největší kulturní akce v regionu. Letos to byl již 22. ročník. Pro všechny přítomné byl připraven zajímavý program, vstupenky byly slosovatelné a výherce si odnesl jako výhru „divočáka“.

Tombola byla jako vždy velmi bohatá a doplněná prémiovou cenou od firmy Auto Štádl s.r.o. – zapůjčení osobního vozu Škoda dle vlastního výběru s plnou nádrží zdarma na celý víkend. Hlavním lákadlem pak byla samozřejmě hlavní cena, zájezd dle vlastního výběru. V úvodu bálu se představila taneční skupina DIOR z Rokycan s předtan-

čením ve stylu Disco. Účastníci měli možnost shlédnout i půlnoční překvapení, které zajistilo taneční studio ZAFIRAH z Rokycan. Předvedlo klasický egyptský orientální tanec se závojem a bubínkové sólo.

Celý večer hrála oblíbená kapela MERKUR a všichni přítomní se dobře bavili. Jen škoda, že zájem spoluobčanů ochabuje a zůstalo několik desítek volných míst. Jak je již tradicí, zisk z tohoto bálu pořadatelé věnují na zajištění oslavy dne dětí v Dobřívě.

□

### PLESOVÁ SEZÓNA POKRAČUJE

*Zveme Vás srdečně na:*

**Sokolské šibřinky 8. 3. 2014**

**Country bál 29. 3. 2014**

## VÁNOČNÍ TURNAJ VE STOLNÍM TENISE



Ve čtvrtek 26. 12. 2013 proběhl vánoční turnaj ve stolním tenise. Jelikož zájem neregistrovaných byl malý, zvolili jsme letos formu otevřeného turnaje pro všechny zájemce z řad neregistrovaných i registrovaných hráčů a rozdíl ve výkonnosti kompenzovali přidělením hendikepu dle soutěže, ve kterých jednotliví hráči nastupují. To v praxi znamená, že hráč hrající vyšší soutěž na začátku každého setu automaticky prohrává např. o 4 body.

Do turnaje se přihlásilo cca 35 hráčů. Rozdělení byli do 8 skupin, z každé postupovali dva nejlepší. Pokračovalo se

vyřazovacím způsobem ke čtyřem posledním, ti se nakonec utkali o nejlepší umístění:

1. místo... Janeček Jaroslav
2. místo... Mudra Jan
3. místo... Lopata Vladimír
4. místo... Trunec Luboš

Závěrem mohu říci, že turnaj byl povedený, potěšila nás dobrá účast i nasazení hráčů. Zvolená forma turnaje se většinou všem líbila a všichni zúčastnění se shodli, že to bylo příjemné zpestření vánočních svátků.

Petr Dvořák

## DĚTI SI ZACVIČILY NA AIR TRACKU

V rámci župní cvičitelské hodiny si mohly děti z naší tělocvičné jednoty vyzkoušet cvičení

na gymnastické nafukovací dráze AIR TRACKU. AIR TRACK slouží k nácviku náročnějších akrobatických gymnastických prvků (salta, přemety, akrobatické řady), ale je vhodná i pro základní akrobatickou přípravu.



Z naší jednoty se zúčastnily děti, které nás pravidelně reprezentují na župních přeborech v Rokycanech.

Jak je vidět na fotografiích, rozhodně je cvičení velice atraktivní.

## TURNAJ V KOPANÉ

Oddíl kopané TJ Sokol Dobřív uspořádal dne 1. března 2014 v rámci přípravy na druhou polovinu sezóny turnaj, kterého se zúčastnilo 5 týmů z blízkého okolí. Klání se uskutečnilo pod taktovkou Jiřího Ondřejíčka na víceúčelovém hřišti v Areálu Josefa Lajbala. První březnový den nabídl slunečné, ale zároveň chladné počasí. To ale neodradilo týmy z Mirošova, Strašic, Břas a dvou domácích celků, sestavené napříč prv-

ním a záložním týmem, aby se turnaje zúčastnily. Herní systém byl stanoven

na pět hráčů v poli a jeden brankář. Každé mužstvo poměřilo své síly se všemi účastníky turnaje v zápasech dlouhých 18 (2 x 9) minut. Nejlépe se vedlo strašickým hráčům, kteří tento turnaj vyhráli, druhý se umístil celek Dobříva (1) před Břasami, Mirošovem a Dobřívem (2). O roli rozhodčího se postaral pan Václav Havránek. Celé sportovní odpoledne probíhalo v duchu fairplay.



## VZPOMÍNKA NA HOKEJ A VÝZNAMNÉHO HOKEJISTU JANA NEUVIRTA (z kroniky Sokola Dobřív)



Rok 2014 nám připomíná 80 roků založení oddílu ledního hokeje a také 50. výročí smutného rozloučení s výborným kamarádem. V posledním čísle jsem vzpomněli na otce Fr. Neuvirta, dnes věnujeme tyto řádky jeho synovi Jendovi.

Založení oddílu bylo dílem Antoina Reindla. Nebyli pod Sokol přijati a založili si zvláštní klub HC Dobřív. Bylo to dobře, protože s německou okupací byl roku 1941 Sokol zastaven a všichni sportovci do HC i s náčelníky přešli. Jako kluci jsme obdivovali první dresy – tmavě modré, vpředu bílé HCD.

Rok 1946 po osvobození nebyl pro nás moc úspěšný, protože chlápci, kteří se z Německa vrátili, odcházeli

do pohraničí. Veliký vzestup úrovně přišel až v roce 1950. Hřiště na „staré“ bylo třeba prodloužit o 10 m, vybudovat potrubí s čerpadlem z potoka na kluziště a led nastříkat, což bylo velmi pracné a zdoluhavé. Osvětlení bylo na dřevěných kůlech. Velikou pomocí bylo otevření zimního stadionu v Plzni, který umožnil hrát skupinu krajského přeboru na ZS v Plzni. Pravidelnost soutěží způsobila vzestup úrovně. Náš první útok: Liška, Neuvirt, Švamberk posílen roku 1954 o Benýra, Zemana a Voříška vyhrál mistrovskou soutěž západočeského kraje.

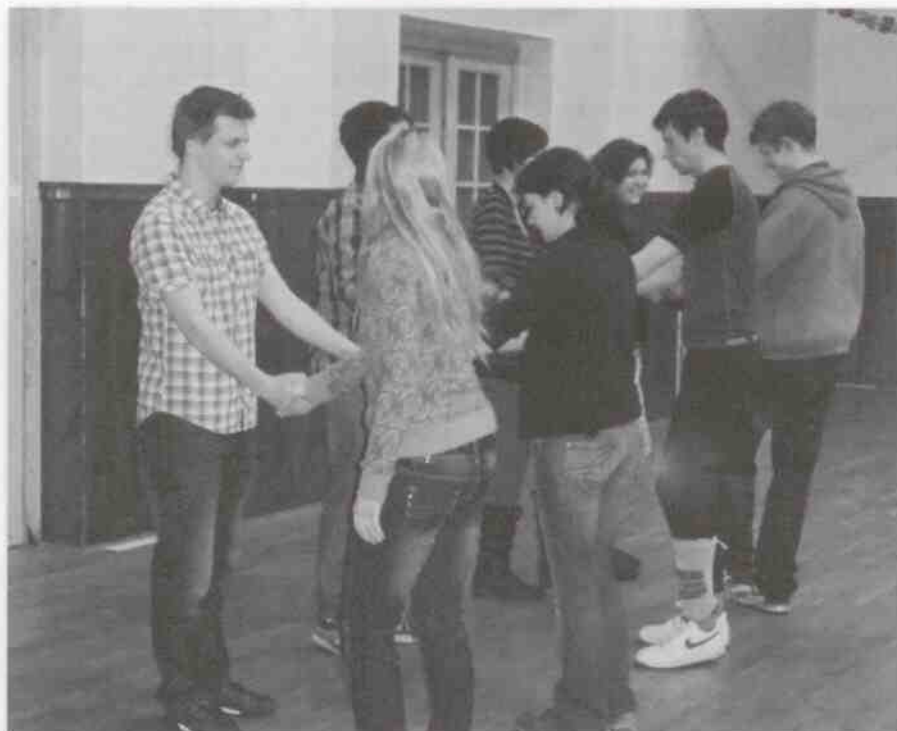
Druhý rok však mladí nastoupili na vojnu a přišly časy špatné a horší. To byl Jenda už asistentem na lékařské fakultě v Plzni.

Pak byl otevřen zimní stadion v Rokycanech. Čekali jsme velikou pomoc, ale přišlo zklamání. Okresní sekce soutěž neřídila, ale jen trpěla a tak postupně zanikly oddíly ledního hokeje na celém okrese celkem 12. Je nám to líto. Náš excelentní útok představil se naposledy při výročí v roce 1984, už Jenda skrýval pod přilbou křtící bílých vlasů. Věnoval se vědecké práci, obor hematologie. Titulu univerzitního profesora dosáhl až po roce 1989. Řada jeho žáků působí na významných universitách v Evropě. Byl ředitelem ústavu Hematologie.

Vzpomínka na něj bude mít obraz radostného oběti s kamarády, při každé vstřelené brance.

*Napsal Eduard Mašek* 

## STAROČESKÉ MÁJE V DOBŘÍVĚ



Vážení přátelé,

Dne 3. května 2014 se bude konat druhý ročník Staročeských Májů v Dobřívě. Již 1. března jsme opět začali s nácviky, ale už od začátku roku probíhají organizační přípravy. Stejně jako v loňském roce nás celý den bude doprovázet

Pohodovka a večer k tanci a poslechu zahrají Jája a Pája.

Srdečně Vás tímto zveme na besedu před Hamrovkou (pravděpodobně v 17.00) a na večerní Májovou zábavu která bude od 20.00.

*Za všechny mladé Diana Šimková* ☒

## 22. HAMERNICKÝ DEN

1. dubna se tradičně otevírají brány Národních památek. Kulturní památka v naší obci, Vodní hamr, uvítá první návštěvníky 2. dubna. Otevírací doba po celou sezónu do 31. října bude ve dnech: středa, čtvrtek, pátek, sobota, neděle. Prohlídky s výkladem: 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00 hod. Pro opoz-



dilce je čas v 16.30 hod. Ti, kteří přijdou dříve, musí počítat s tím, že jim bude doporučeno navštívit Hamr v jiný prohlídkový den. Kolektivní návštěvy jsou upřednostňovány.

HAMERNICKÝ DEN se tradičně připravuje na **třetí sobotu v květnu – 17. 5. 2014.**

*Napsal František Cipra* ☒

### Informace obce

## NÁJEM HROBY

do 31. 12. 2014 má být zaplacená splátka nájmu za pronájem hrobového místa na hřbitově v Dobřívě na dalších 5 let tj. od 1. 1. 2014 do 31. 12. 2018

Je možno zaplatit v hotovosti v pokladně obecního úřadu, nebo převodem na účet obce č. 2626381/0100. Při převodu je nutné vždy uvést variabilní symbol, který je uveden na rozpisu plateb, který jste obdrželi s nájemní smlouvou, nebo na vyžádání na Obecním úřadě, tel.: 371 783 396.

## OZNÁMENÍ

místní poplatek za systém za provoz systému shromažďování, sběru, přepravy, třídění, využívání a odstraňování komunálních odpadů

**činí v roce 2014**

**600 Kč**

za osobu nebo stavbu určenou k individuální rekreaci, byt nebo rodinný dům, ve kterých není hlášena k pobytu žádná fyzická osoba

**místní poplatek za psa**

**činí v roce 2014**

**1 pes 50 Kč**

**2 a každý další 75 Kč**

oba poplatky jsou splatné  
**30. 6. 2014**

# KŘEŠŤANSKÉ POJETÍ VELIKONOC

Velikonoce jsou nejvýznamnější křesťanský svátek, který je oslavou zmrtných-vstání Ježíše Krista. V západní křesťanské tradici neděle Zmrtvýchvstání připadá na první neděli po prvním jarním úplňku, tedy na měsíc březen či duben. Letos velikonoce připadají na 20. a 21. 4. Lidové zvyklosti spojené s Velikonocemi se pochopitelně místně liší. Vzhledem k časové blízkosti křesťanských Velikonoc a jarní rovnodennosti mají tyto tradice pravděpodobně původ v pohanských oslavách příchodu jara.



## Velikonoční symboly:

**Beránek.** V křesťanství je beránek jedním ze symbolů Ježíše Krista, neboť obrazně podle křesťanské víry on je beránek, obětovaný za spásu světa.

**Kříž** je nejdůležitějším z křesťanských symbolů, protože Kristus byl odsouzen k smrti ukřižováním. Tento trest patřil k trestům nejvíce krutým a ponižujícím.

**Vajíčko** – symbol nového života, neboť samo zárodek života obsahuje. V mnoha kulturách je vejce symbolem plodnosti, života a vzkříšení. V souvislosti s lidovou tradicí vznikl zvyk tato vejce malovat.

**Zajíček** má zřejmě původ v pohanských rituálech oslavujících příchod jara, avšak např. v byzantské ikonografii představoval zajíc Krista.

## Pašijový týden – též řečený Svatý nebo Velký

- **Pondělí** (modré, někde označované jako žluté) – uklízel se dům a jeho okolí.
- **Úterý** (šedivé) – vymetaly se pavučiny
- **Středa** (sazometná, škaredá) – vymetání sazí; Jidáš se škaredil – Na Škaredou středu podle Písma udal Jidáš za

třicet stříbrných Krista. Lidé se na sebe neměli škaredit, mít dobrou náladu. Kdo se celý den usmíval, ten si pojistil domácí pohodu na celý příští rok.

### • Čtvrtek

(zelený) – poslední večere Páně – Na Zelený čtvrtek se připomíná Poslední večere Páně při níž se Ježíš loučil s apoštoly a označil Jidáše za zrádce. Až do Bílé soboty chlapci chodili s klapačkami (řehtačkami). Hluk podle magie odpuzuje zlé síly, proto je potřeba rámusit a obcházet vesnice. V tento den se pekly jidáše, pečivo, které mělo podobu krouceného provazu, na kterém se Jidáš oběsil. Kdo pojedl jidáše, byl celý rok chráněn před hadím uškutím, včelím bodnutím a lidskou zradou.

### • Pátek

(velký) – smrt Ježíše Krista – dny smutku a rozjímání; před východem slunce se lidé omývali v potoce; nesmělo se prát. Velký pátek je dnem Kristova ukřižování. V našich zemích se držel velký a přísný půst a podle bible se děly mimořádné věci. Rozpoutaly se živly, otvírala se země a hroby. Země vydávala všechny své poklady.

### • Bílá sobota

Na Bílou sobotu se uklízelo, bílilo a připravovalo na slavné Vzkříšení – na Hod boží velikonoční.

### • Boží hod velikonoční

(Velikonoční neděle) – Podle židovského kalendáře je neděle prvním dnem v týdnu. A právě tohoto dne za svítání vstal Ježíš Kristus z mrtvých, světily se velikonoční pokrmy (beránek, mazanec, vejce, chleba a víno). Každá návštěva z něj pak dostala kousek

### • Velikonoční pondělí

(červené) – Je to nejvýznamnější den velikonočního cyklu. Toho dne chlapci chodí s pomlázkami za děvčaty a ženami, šlehají je a dostávají za to od nich malovaná vajíčka, stuhy, dárečky

## MAZANÝ RECEPT NA MAZANEC (bez kynutí)

Jak udělat mazanec mazaně? Zkuste ho bez kynutí.



- 100 g poctivého čerstvého másla
- 500 g polohrubé prosáté mouky
- 2 lžice strouhaných mandlí
- 1 prášek do pečiva
- špetka soli
- 250 ml plnotučného mléka
- 2 velká čerstvá vejce
- 50 g krupicového cukru
- hrst zlatých rozinek (nejlépe předem namočených v rumu)
- trochu strouhané citrónové kůry
- 1 lžice mandlových plátků na posypání
- pečicí papír
- když není, stačí vymazat plech sádlem nebo jiným tukem

### Postup přípravy:

Změklé máslo třeme v míse s cukrem tak dlouho, až se napění. V ten moment postupně přidáme vejce a přistrouhneme omytou citrónovou kůru z půlky menšího citrónu. Přidáme rozinky předem namočené v rumu, strouhané mandličky a mléko. Mouku přesejeme a rozdělíme na dvě poloviny (provzdušnění mouce opravdu prospěje a mazanec bude kypřejší a nadýchanější). Do první poloviny mouky (250 g) přidáme špetku soli a vsypeme ji do mísy k ostatním surovinám. Druhou polovinu mouky promícháme s kypřícím práškem do pečiva a zapracujeme do těsta v míse. Z těsta vypracujeme na pracovní desce bochánek, položíme ho na pečicí plech vyložený papírem na pečení nebo si plech pod bochánek vymažeme tukem. V troubě pečeme zvolna cca 70 minut.

Veselé Velikonoce VŠEM!



ZDRAVÍ



## NAŠE ZDRAVÍ

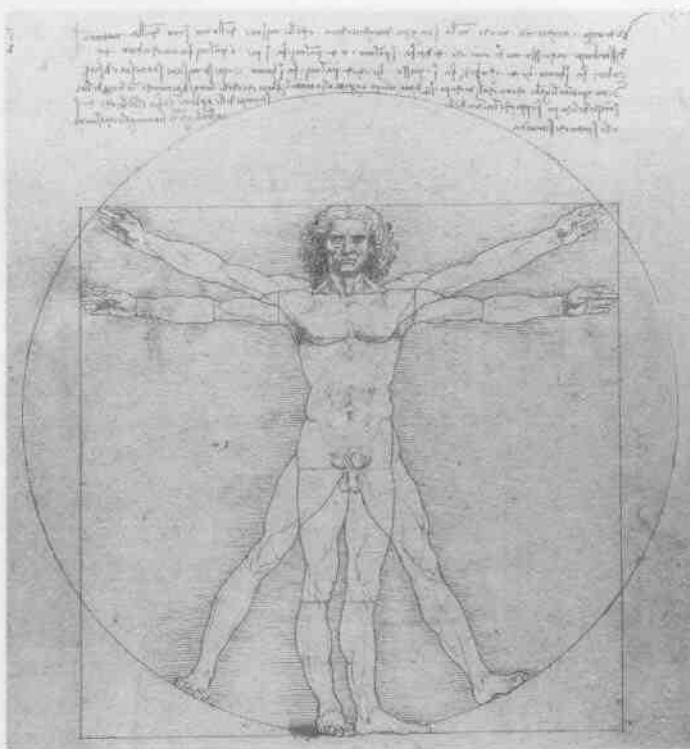
Zdravotní stav každého z nás není dán, tvoříme si ho ve většině případů sami, pokud vyloučíme genetické nemoci, vše ostatní záleží na nás. Současná společnost si vytvořila zajímavý model. Svůj organismus vystavujeme značné zátěži a věříme, že se nic nestane a vydržíme to. Přejde problém, navštívíme lékaře, ten předepíše chemický lék a jsme zachráněni, můžeme pokračovat v tom, co nám škodí. Tak to rozhodně nefunguje. Je řada věcí, které jsou daleko důležitější než alopatické léky, byliny a různé zázračné přípravky.

Daleko podstatnější vliv má stres, způsob stravování, schopnost správně dýchat a prostředí, v kterém žijeme.

Nejdříve o stresu – v poslední době proběhl zajímavý výzkum. Hledalo se pojitko mezi 30 tisíci stoletými lidmi z různých koutů světa. Našlo se jedině, století lidé si nedělají starosti. Jejich úroveň stresu je velice nízká. Z detoxikační medicíny víme, že čím více stresu, tím větší hromadění toxických látek v těle (těžkých kovů, metabolitů, radioaktivity, virů a bakterií atd.) Někteří lidé si svůj stres ani neuvědomují a považují ho za běžný styl života. Navštíví lékaře a diví se, že léky nepůsobí na psychosomatické nemoci (dráždivý tračník, žaludeční vředy, atd.) a ty se pravidelně vrací. Zbývá jedině, zničit to sice neslušně, ale tito lidé si musí vyčistit mozek, jinak se svých problémů dlouhodobě nezbaví. Člověk po těchto procedurách získává jiný pohled na život, mění charakterové vlastnosti a žije se mu lépe. Jeho úroveň stresu je daleko nižší a jiná.

Svůj zdravotní stav snadno ovlivníme stravovacími zvyklostmi. Každý z nás metabolizuje látky z potravy jiným způsobem. Je třeba nezaměňovat trávení s metabolismem, to je úplně jiný proces. Velkou část chronických zdravotních problémů způsobují poru-

chy metabolismu. Každý člověk si může nechat zjistit, co metabolizuje chybně. Metabolismus v průběhu života slábne, protože se snižuje naše enzymatická výbava. To co snese tělo ve 20 letech je



obdivuhodné, ve 40 letech to však již přináší problémy.

Mluvíme o poruchách metabolismu živočišných tuků, ty ohrožují nejvíce játra a srdce, kyčle, vysoký tlak a cholesterol. Porucha metabolismu rostlinných tuků není tak nebezpečná. Lidé trpí často chladnými končetinami a snadno se jim tvoří modřiny. Při poruše metabolismu cukrů, dochází k závislosti na cukru, výskytu plísní v organismu, migrénám, poruchám spánku, malátnosti, třesu a postupným vývojem stařecké cukrovky (ta se dá odstranit, nebo alespoň minimalizovat).

U poruchy metabolismu živočišných bílkovin dochází v organismu k nebezpečným jevům, které mohou vést, pokud funguje špatně protinádorová imunita mozku a jater i k výskytu nádoru. Proto vegetariáni mají daleko menší výskyt nádorových onemocnění. Naproti tomu dna, která je způsobena také špatným metabolismem bílkovin, je záležitost snadno odstranitelná.

Není třeba si z toho všeho dělat starosti, jen je dobré vědět, co každý z nás jak metabolizuje a podle zjištění si přizpůsobit jídelníček. To však dokážou ve středoevropské oblasti asi jen 2% lidí.

Ostatní podlehnou zažitým zvyklostem a neodolatel- ným chutím v průmyslově zpracovaných potravinách. Zpracovatelský průmysl to dobře ví a ochucovala hojně přidává. Je to přece byznys.

Uděláte dobře, pokud maximálně využijete stravu připravenou doma, bez použití polotovarů, stravu co se rychle kazí a má krátkou trvanlivost. Metabolismus také pomáhá obnovovat správné dýchání. To znamená dýchat do břicha, klidně a uvolněně, masírujete tím orgány dutiny břišní. Pozitivní efekt při denním praktikování se dostaví do půl roku.

Ještě bych se rád zmínil o stravě našich nejmenších. Není v přírodě nic dokona-

lejšího, než mateřské mléko. Pokud maminka dokáže kojit až do dvou let, výrazně zvyšuje inteligenci dítěte. Mateřské mléko je svým složením uzpůsobeno pro rychlý rozvoj mozkových struktur, naproti tomu kravské mléko přispívá k rychlému růstu kostí a svalů, proto je pro děti v počátku života méně vhodnější a může způsobit vznik ekzémů, alergií, respirační nemoci a záněty středního ucha. Velkým problémem u dětí je nadměrná spotřeba sladkostí a sladkých nápojů. Je prokázáno, že dochází k blokování paměťových struktur, děti se hůře učí, mají problémy se soustředěním a nás trápí jejich hyperaktivita. Pokud sestavíme pro dítě vhodný jídelníček, vyřeší se řada problémů s chováním a často dochází k lepším školním výsledkům.

Přeji vám všem, ať je vaše strava lékem a ať prožijete přicházející jaro v optimální kondici.

Ing. Jiří Monhart

## CELOSTÁTNÍ PROJEKT Czech Republic Speaks English

Žákyně naší školy **Simona Dvořáková z 9. A** se zapojila do celostátního projektu Czech Republic Speaks English monitorujícího úroveň znalostí anglického jazyka v České republice.



*Simona Dvořáková vpravo*

Testování na úrovni mezinárodní jazykové zkoušky probíhalo bezplatně v rokycanské jazykové škole VAPC – Vzdělávací a překladatelské centrum. Žákyně dosáhla velmi pěkného výsledku, za odměnu získala certifikát o dosažené úrovni jazykových znalostí a zároveň i slevu 20 % na oficiální jazykovou zkoušku ETS.

## ÚSPĚCH STRAŠICKÉ ŽÁKYNĚ V CELOREPUBLIKOVÉ VÝTVARNÉ SOUTĚŽI

V listopadu byly vyhlášeny výsledky výtvarné festivalové soutěže Juniorfest na téma „Lupiči, lapkové a loupežníci“. Naši školu reprezentovali svými obrázky žáci z druhého stupně. V každé kategorii byly vybrány jen dva nejlepší obrázky. Ze stovek výkresů bylo vybráno jen patnáct nejlepších, mezi nimi také Kamila Vágnerová z 9. třídy ZŠ Karla Vokáče. Ta se zúčastnila v neděli dne 10. listopadu slavnostního předávání cen v plzeňském multikině Olympie. Je to pro nejen ni, ale také pro ostatní účastníky naší školy, veliký



*Kamila Vágnerová z Dobřiva, žákyně ZŠ K. Vokáče Strašice, přebírá cenu*

úspěch. Obrázky soutěžících vyzdobily prostory filmového festivalu v Horšovském Týně.

*Mgr. Jitka Brejchová* 

## DĚTI OPĚT SBÍRAJÍ VÍČKA tentokrát pro nemocnou Sofinku z Kuřimi

Také tento školní rok se žáci ZŠ Karla Vokáče Strašice zapojí do celorepublikové akce sběru víček od PET lahví a dalších nápojů, tentokrát na pomoc tříleté zdravotně postižené holčičce **Sofince Hovorkové z Kuřimi**. Sbirku opět jako v loňském roce zaštitila Česká pošta. Nasbíraná plastová víčka budou žáci průběžně odnášet na poštu ve Strašicích, odkud poputují v balících

do Kuřimi. Za vykoupená víčka (cca 6 Kč za kilogram) budou moci rodiče Sofince pořídit rehabilitační a zdravotní pomůcky.

Sbirka je časově neomezená, neboť je potřeba nashromáždit velké množství víček. Předem děkujeme všem žákům strašické školy, kteří se letos do sběru víček zapojí.

*Mgr. Věra Peterková* 

## EXKURZE ŽÁKŮ 9. TŘÍDY K VOLBĚ POVOLÁNÍ

V rámci výuky k volbě povolání jsme se zúčastnili Dne otevřených dveří na Střední odborné škole a odborném učilišti v Jeřabinově ulici v Rokycanech. Rozdělení do několika malých skupinek jsme procházeli jednotlivá stanoviště, kde jsme se seznámili se všemi studijními obory. Nejprve jsme navštívili svářečský obor, kde nám jeden ze studentů předvedl praktickou ukázkou. Poté jsme se přesunuli do kovárny, kde si celá naše dívčí parta na pár okamžiků vyzkoušela být kovářem. Výrobky jsme si mohly nechat na památku a podle hodnocení mistra si myslím, že jsme byly celkem úspěšné.

Naše další kroky vedly mezi automechaniky. S tamním mistrem jsme pro-

brali všechny naše představy o středních školách v okolí. Poté nám jeden z žáků ukázal, jak se přezouvá pneumatika a druhý, jak se kolo vyvažuje. Aby nám automechanici udělali radost, ukázali nám velkou autodráhu s autíčkem, které jsme si vyzkoušeli řídit. Od mechaniků jsme přešli k obráběčům kovů. Zde jsme viděli, jak se obrábí na klasickém stroji a na moderním CNC stroji. Na památku jsme od obráběčů dostali pamětní mince s logem školy.

Dále jsme pokračovali do učebny informatiky, kde nám milý a mladý pan učitel ukázal několik programů CNC strojů. Další odbor, který jsme navštívili, byl kuchař-číšník. Zde nám paní učitelka ukázala, jak se prostírají

slavnostní tabule a jak se flambují palačinky. Jedna z nás si flambování zkusila a podle hodnocení paní učitelky byla výborná. Flambováním skončila naše výprava po škole. Poté jsme se seřadili, vyplnili dotazníky a jako malou pozornost každý obdržel propisku s logem školy.

Poté jsme se přesunuli do zemědělského učiliště, kde jsme strávili velmi krátký čas. Nejzajímavějším zážitkem pro nás byl závod traktorů. Pak jsme již odjeli do Strašic. Z návštěvy obou škol jsme si odnesli plno zážitků a nových zajímavých informací. Teď už jen zbývá rozhodnout, na jakou školu podat přihlášky, a otevřít si tak nové cesty do našich životů.

*Kamila Vágnerová, 9. A* 

## NOVINKY Z DOBŘÍVSKÉ ŠKOLY

Zima nám letos příliš nepřála, ale naše děti se vyrádky na ledové ploše zimního stadionu v Rokycanech. Od poloviny ledna jsme jednou týdně vyrazili na výcvik bruslení. Děti dělaly velké pokroky a na bruslení se moc těšily.



Konec ledna sebou nese poleptání bilancování, vysvědčení a zápis budoucích prvňáčků. Letos bylo zapsáno celkem 17 dětí, přijato bylo 16 žáků a u jednoho budoucího prvňáčka rodiče zažádali o odklad školní docházky o jeden rok.



Něco z dění ve třídách:

Díky úzké spolupráci s rokycanskou knihovnou proběhlo v naší škole pro mladší žáky zábavné dopoledne s názvem „Čtvrťkoviny“, věnované knihám Václava Čtvrťka. Děti si četly, luštily, zpívaly a povídaly o knihách známého spisovatele pro děti.



Co se dělo zajímavého ve třetím ročníku? „V prvouce jsme si povídali o tom, jak se co dělá. A to by nebylo, abychom

si to také hned nevyzkoušeli. Zrní jsme měnili na mouku, šlehačku na máslo a syrovátku a také jsme se pustili do výroby jogurtu. Byla to pěkná dřina. Nejlepší bylo, že jsme to mohli všechno sníst. S vánočkou od paní Velkové to byla ta nejlepší odměna“.



A co je nového u nejstarších žáků? Žáci pátého ročníku se na podzim zúčastnili internetového kurzu „Hravě žij zdravě“, intenzivně pracovali na zpracování projektu. Odměnou jim bylo první místo v rámci kraje a osmé místo v rámci celé republiky. Hodnotné ceny dětem přijel osobně přidat ing. Miroslav Koberna, ředitel Potravinářské komory.



A co naše ekologické aktivity? Kolegyně Věrka Benešová informuje: „V lednu jsme se zapojili do ekologické výzvy IKEA „Spolu s vámi“, kde jsme se pochlubili vybudovaným pocitovým chodníčkem na školní zahradě. Chodníček slouží k vnímání a poznávání různorodých přírodních materiálů. O projektech se hlasovalo přes internet. Naše Ekoškola se umístila na 9. místě a získali jsme finanční příspěvek 7000 Kč na ekologický výukový program.“

Naše Ekoškola se zapojila do akce sdružení TEREZA „ZELENÉ ŠKOLY“. 25. dubna ke Dni Země pozveme žáky i rodiče na brigádu v rámci projektu **POJĎTE S NÁMI NA ZAHRADU**.

Na naší školní zahradě bylo v loňském roce zrušeno staré dětské hřiště. Chceme zahradu využít pro sport, hry, poznávání přírody i vzdělávání.

Ekotým uspořádal anketu mezi žáky, co by chtěli mít na zahradě. Nápadů je hodně: venkovní učebna, jezírko, houpačky a sítě, venkovní šachy a kuželky, basketbalový koš, doskočiště s pískovištěm, jedlá zahrada, popínavé rostliny, prolézačky a opičí dráha... S vypracováním projektu nám pomůže zahradní architektka (Ing. Markéta Tonárová-Stupková). Na odbornou práci se dřevem a dlaždicemi poprosíme tatinčky řemeslníky. Oslovíme firmy i rodiče a požádáme je o spolupráci. O své akci budeme informovat celou obec. Víme, že nás čeká hodně práce, ale postupně to dokážeme. Od 22. 2. do 9. 3. probíhalo hlasování na internetu. Pokud získáme hodně hlasů pro naši akci a umístíme se do 15. místa, dostaneme na ni finanční příspěvek 10 000 Kč.

Protože se naše Ekoškola zabývá i tématem VODA zapojíme se do mezinárodního projektu „Voda spojuje“. Děti si budou prohlubovat znalosti o vodních ekosystémech, chápat jejich funkci, sledovat kvalitu vody a výskyt rostlin a živočichů, budou se seznamovat s konceptem vodní ekostopy.

Už se těšíme na jaro, na velikonoční přípravy, práci na zahradě a přípravu na její celkovou rekonstrukci.



O příspěvek se podělily –  
Mgr. Renata Balejová (ředitelka školy)  
a Věra Benešová

## CO NOVÉHO VE ŠKOLCE

Od začátku ledna jsme začali jezdit do plavecké školičky rokycanského bazénu.

Děti jsou nadšené a zjistily, že vody se bát nemusí. Seznamují se se základy nácvičku plaveckých stylů. Nechybí ani nejrůznější hry ve vodě.



I když sněhu nebylo letos mnoho, podařilo se nám i z toho mála vytvořit sněhuláka.



Od ledna běží projekt „Cestujeme po světě“, kdy děti mají možnost navštívit všechny světadily naší Zeměkoule. Již jsme procestovali Arktidu a Antarktidu, Ameriku, Afriku, Asii, Austrálii a naše cestování zakončíme u nás v Evropě, kde je nejlépe a brzy nám začne jaro.

Na fotografiích vidíte naši návštěvu u Indiánů a v Asii.



A teď nejdůležitější, co nás čeká od jara až do léta.

Naše zahrada se začne postupně proměňovat a to díky firmě SENEA spol. s r.o. ze Spáleného Poříčí, která vyhrála výběrové řízení z pěti přihlášených firem. Firma byla založena v lednu 1993 a od prvopočátku bylo jejím cílem pracovat v oblasti tvorby

informovat.

Jen pro připomenutí naše mateřská škola získala na rekonstrukci naší zahrady dotaci ze Státního fondu životního prostředí a to ve výši necelých 2 milionů.

Napsala Jitka Frýaufová 