



[https:// www.louznickyzpravodaj.cz](https://www.louznickyzpravodaj.cz)

<https://www.facebook.com/groups/325713347009/>

<https://www.louznice.com>

LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ



Číslo: 09/2022

pro týden:

28. 2. 2022 – 6. 3. 2022

pravidelně nepravidelný týdeník z Loužnice a okolí

LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ vychází pouze v elektronické podobě, není a nikdy nebyl nikým

placen, ani sponzorován. V případě, že máte zájem podpořit Loužnický zpravodaj můžete zde: čú 123-585420237/0100.



ODSTÁVKA ELEKTŘINY

Z důvodu plánované odstávky elektřiny ve středu 2. března 2022 od 7.30 do 15.30 bude v obchodě u paní Šmídové a na poště ZAVŘENO.

jedná se o čp.: 58, 60, 61, 65, 67



DISTRIBUCE

UPOZORNĚNÍ
na odstávku elektřiny
č. 110060811830

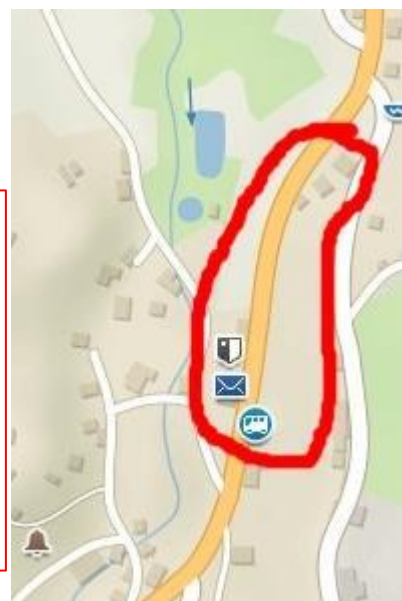
dne **2. 3. 2022** od **7:30** do **15:30** hodin

Plánovaná odstávka zahrnuje tyto lokality:

Loužnice (okres Jablonec nad Nisou)

č. p. 58, 60, 61, 65, 67

kat. území Loužnice (kód 687570): parcelní č. 680/24



ZAVŘENO

ZMĚNA ČASU

Změna času proběhne v noci ze soboty na neděli.

27. března 2022.

Hodinky si posuneme ve 2:00 o hodinu dopředu na 3:00.

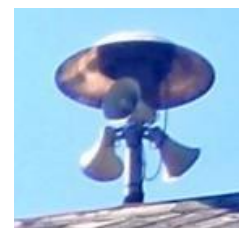


ZKOUŠKA SIRÉN

Ve středu **2. března 2022**, v pravé poledne, proběhne pravidelná zkouška sirén.

Jedná se o pravidelné celostátní prověření funkčnosti sirén.

Zkušební tón je nepřerušovaný a trvá po dobu 140 sekund.





OBEČNÍ ÚŘAD LOUŽNICE INFORMUJE

Usnesení č. 1/2022 ze zasedání zastupitelstva obce Loužnice konané dne 14. 02. 2022 od 18.00 hod v budově Obecního úřadu čp. 58

- 1 ZO schválilo navrhovaný program.
- 2 ZO souhlasí se smlouvou na prodej pozemku p.č.2420, kdy starosta obce byl pověřen zpracováním potřebných dokumentů k prodeji pozemku.
- 3 ZO souhlasí se zněním smlouvy ohledně Snížení energetické náročnosti budovy Loužnice č.p. 58.
- 4 ZO souhlasí s kontrolou plnění z minulého zasedání
- 5 ZO schválilo Rozvojový dokument obce Loužnice 2022-2028.
- 6 ZO bere na vědomí Rozpočtové opatření č. 6/2021
- 7 ZO souhlasí s inventarizací majetku a se zprávou o inventarizaci majetku.
- 8 ZO souhlasí s projektem a podáním dotace na opravu hřbitovní zdi.
- 9 ZO souhlasí s podáváním žádostí o dotace v roce 2022, které budou vyhovovat požadavkům obce.
- 10 ZO pověřilo starostu obce, aby informoval o neutěšeném stavu silnice 28742, protínající Loužnici přes Kostřavec směrem do Huti majitele komunikace, kterým je Liberecký Kraj.
- 11 ZO souhlasí se zachováním současného stavu stavebního úřadu v Železném Brodě.

celý zápis ze zasedání zastupitelstva obce najdete na úřední desce obce Loužnice:

<https://www.louznice.com/urad/uredni-deska-1/zapis-ze-zasedani-zo-1-2022-667.html>



JAKÝ BYL ÚNOR 2022 V LOUŽNICI?

Nejvyšší minimum	7 °C	24 únor
Nejnižší maximum	0,0 °C	20 únor
Nejvyšší vlhkost	10 %	0:00 v 01 únor
Nejvyšší denní srážky	161,7 mm	17 únor
Nejvyšší denní provoz větru	310,2 km	17 únor

zdroj: <http://louznice.euweb.cz/index.htm>



OBECNÍ KNIHOVNA LOUŽNICE

tvořivá dílnička
-pořádá-

"KORÁLKOVÉ ODPOLEDNE"

Blíží se MDŽ
a každou ženu, či dívku určitě potěší
ručně vyráběný šperk.

Proto, přijďte si do naší knihovny vyrobit/navléci
originální náramek z
korálků a potěšte
tak nejenom oko, ale i duši.

Kde? .. Obecní knihovna Loužnice
Kdy? ... SOBOTA 5. 3. 2022
Čas? ... od 14:00h

knihovna@louznice.com

LIBERECKÝ KRAJ INFORMUJE

Nabídky humanitární pomoci a volných ubytovacích kapacit v Libereckém kraji zasílejte na:

 **950 471 673**



ukrajina@hzslk.cz

#StandWithUkraine

Pro občany Ukrajiny. Prosím, sledujte web Ministerstva vnitra ČR. Budou zde zveřejňovat důležité informace související s pobytem v ČR. Postupně i v ukrajinštině.

<https://www.mvcr.cz/.../informace-pro-obcany-ukrajiny.aspx>

Kam posílat nabídky konkrétní pomoci?

ubytovaniukrajina@suz.cz, tak z ní e-mailová adresa zřízená Správou uprchlických zařízení MV za účelem pomoci v souvislosti se situací na Ukrajině.

Děkujeme za spontánní projevy solidarity českých občanů, měst, obcí, institucí i soukromých společností, velmi si toho vážíme. V případě eskalace situace budeme za nabídky, především ubytování hromadného typu, velmi rádi.

Hasičský záchranný sbor Libereckého kraje v souvislosti s vývojem událostí na ukrajinském území zřizuje:

informační telefonní linku č. **950 471 673** (v provozu 7-19 hod) a e-mailovou adresu ukrajina@hzslk.cz kam mohou občané zasílat nabídky humanitární pomoci a volných ubytovacích kapacit v Libereckém kraji.

CELOSTÁTNÍ SBÍRKY PRO UKRAJINU:

Český červený kříž pro Ukrajinu

Sbírkový účet: 333999/2700, variabilní symbol 1502

<https://www.darujspravne.cz/daruj/castku/pomozte-ukrajine>

Člověk v tísni, SOS Ukrajina

Sbírkový účet: 0093209320/0300

<https://www.darujme.cz/projekt/648>

Charita pro Ukrajinu, Charita Česká republika

Sbírkový účet 55660022/0800, variabilní symbol 104

Dárcovské SMS na číslo 87 777: DMS CHARITASVET 30, DMS CHARITASVET 60 nebo DMS CHARITASVET 90

<https://www.darujme.cz/projekt/1205923>

více zde: <https://www.kraj-lbc.cz/aktuality/celostatni-sbirky-a-humanitarni-pomoc-ukrajine-n1107169.htm>

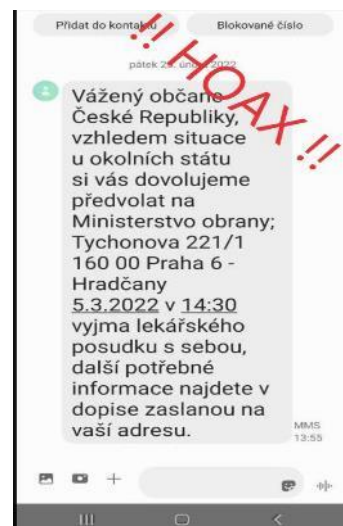


POZOR NA PODVODNÉ ZPRÁVY!

Českem se začaly šířit podvodné SMS zprávy, které se tváří jako povolávací rozkazy od armády. Ministerstvo obrany se však v sobotu od esemesek distancovalo a varovalo, že jde o podvod.

„Vážený občane České republiky, vzhledem situace u okolních států si vás dovoluujeme předvolat na Ministerstvo obrany,“ stojí v podvodné zprávě. SMS je psána s chybami, přesto mohou někteří příjemci znejistit a považovat ji za pravou, protože se v ní uvádí, kdy a kam přesně se mají dostavit, že s sebou mají mít lékařský posudek a že další informace naleznou v dopise zaslaném na jejich adresu.

Cílem této poplašné zprávy je patrně šířit paniku. Z příspěvků na sociálních sítích je patrné, že tyto SMS zprávy chodí nahodile, tedy například i ženám a dětem.



HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR LIBERECKÉHO KRAJE

Ukrajina potřebuje ochranné prostředky, léky a vybavení pro ženy děti na hranicích, které je možné přivést na stanici HZS Libereckého kraje, Šumavská 414/11, 460 01 Liberec.

Po příjezdu k bráně stanice je třeba volat na tel. 950 471 100 pro vpuštění do areálu.

Humanitární pomoc pro teritoriální jednotky sebeobran

- ✓ přílby bojové balistické 3. a 4. třída ochrany
- ✓ neprůstřelné vesty modulární 4. (6.) třída ochrany
- ✓ UAV (bezpilotní letadla) různých typů (na pozorování situace ve městech)
- ✓ analgetika, protizánětlivé léky
- ✓ gázové obvazy, různé velikosti, sterilní / nesterilní;
- ✓ hydrogelové obvazy proti popálenin;
- ✓ obvazy (Individuální balení);
- ✓ zaškrcovadlo/turniket;
- ✓ systémy pro nitrožilní infuze.
- ✓ imobilizační pneumatiky různých typů a rozměrů
- ✓ katetry pro periferní žíly (různé velikosti)
- ✓ infuzní sety
- ✓ elastická fixační bandáž (různé velikosti)
- ✓ fixační dlahy a ortézy

Humanitární pomoc pro ženy a děti na hranicích

- ✓ spacáky a teplé deky, příkrývky, polštáře, termodeky, karimatky;
- ✓ hygienické prostředky pro ženy a děti (pleny, vložky, mycí prostředky, zubní pasty, kartáčky, ručníky atd.)
- ✓ baterky, baterie;
- ✓ pláštěnky;
- ✓ stany.

Všechny výše uvedené komodity je třeba mít nové, nepoužité, případně vyprané, hygienicky připravené k okamžitému použití.

Jiná materiální pomoc v tuto chvíli není potřeba a nebude přijata.

Hasičský záchranný sbor Libereckého kraje v souvislosti s vývojem událostí na ukrajinském území zároveň zřizuje evidenci nabídek ubytování (formulář na

<https://forms.gle/QRhbNndHZd5DTddQA>) a osobní pomoci (formulář na

<https://forms.gle/jhEPx8yGMwYngHge7>). Dále je možné se obracet na zřízenou informační

linku 950 471 673 (7-19 hod) a e-mail ukrajina@hzslk.cz

Díky všem za pomoc!

JAK MLUVIT S DĚTMI O VÁLCE

NELŽETE JIM

Poskytněte dětem pravdivé informace, v rozsahu úměrném jejich věku.

VYTVOŘTE VHODNÉ PODMÍNKY PRO ROZHOVOR

Je důležité, aby se děti cítily v bezpečí a v klidu.

DEJTE DĚTEM PROSTOR, ABY MOHLY MLUVIT O SVÉM STRACHU

Řekněte jim, že jste tu pro ně. Nespěchejte. Nezahlazujte a nezpochybňujte jejich pocity.

Dejte dětem najevo, že chápete, že to, co se děje, je matoucí a komplikované. Řekněte jim, že pocity, které mohou zažívat, jsou normální reakcí na nenormální situaci - válku.

Pomozte dětem vyjádřit své pocity např. hrou, kresbou nebo formou krátké básně, povídky, příběhu...

VYHNĚTE SE STEREOTYPŮM

Vyvarujte se škodlivých stereotypů a generalizací. Ať už jsou naše pocity ohledně Ruska a Putina jakékoli, naše děti by měly vědět, že ne všichni Rusové jsou kvůli tomu špatní lidé.

ZAJÍMEJTE SE, CO SI O TOM VŠEM MYSLÍ

Snažte se naslouchat, zjistěte, co už děti ví, co slyšely a jak se o tom dozvěděly.

Dejte jim najevo, že jste rádi, že s nimi o tom můžete mluvit. Podělte se o své názory a pocity ohledně konfliktu na Ukrajině. Dovolte dětem, aby vyjádřily i ony své vlastní názory a emoce.

Nenechávejte v tom ani starší děti a dospívající. Bavte se s nimi o všem, co v médiích vidí a slyší.

UZNEJTE NÁROČNOST SITUACE A MĚJTE OHLEDY

Buďte zvláště citliví k dětem, které mohou být válkou více zasaženy (např. mají příbuzné na Ukrajině či v Rusku, rodiče v ozbrojených složkách, případně mají za sebou jiné závažné trauma).

CO JEŠTĚ POMÁHÁ?

Ukažte dětem příklady lidí a organizací, které pomáhají.

Mluvte o příbězích lidí, kteří válku zažili a tuto zkušenost dobře zvládli.

Společně zkuste vymyslet způsob, jak se můžete zapojit i vy.

Podporujte soucit a další důležité hodnoty.

Nezapomínejte pečovat i o sebe. Aktivně vyhledávejte spolu s dětmi pozitivní zážitky.

Pamatujte, že společné sdílení, vzájemná podpora, kontakt a příklady dobré praxe jsou nejlepší způsob, jak zvládnout náročné a nečekané události.

LESNÍ KLUB V LOUŽNICI

Začátek nového roku byl ve znamení sněhových radovánek, zkoumání různých konzistencí a vlastností sněhu. Pak začaly olympijské hry, které jsme také nenechali bez povšimnutí. Odpočaté po jarních prázdninách nás čeká téma Masopustu.



ODBOR ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ UPOZORŇUJE

Městský úřad v Železném Brodě, odbor životního prostředí – vodoprávní úřad, upozorňuje fyzické i právnické osoby na nové znění § 38 vodního zákona (účinného od 1. 1. 2022), který řeší zneškodňování odpadních vod (jejich vypouštění do vod povrchových nebo podzemních nebo akumulace s jejich následným odvozem na čistírnu odpadních vod).

Kdo vypouští odpadní vody do vod povrchových nebo podzemních, je povinen zajišťovat jejich zneškodňování v souladu s podmínkami stanovenými v povolení k jejich vypouštění.

Vodoprávní úřad je povinen přihlížet k nejlepším dostupným technologiím v oblasti zneškodňování odpadních vod, kterými se rozumí nejúčinnější a nejpokročilejší stupeň vývoje použité technologie zneškodňování nebo čištění odpadních vod, vyvinuté v měřítku umožňujícím její zavedení za ekonomicky a technicky přijatelných podmínek a zároveň nejúčinnější pro ochranu vod.

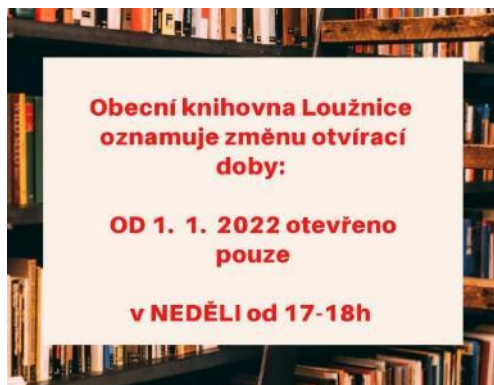
Vzhledem k tomu, že dle pokynu nadřízeného orgánu bude vodoprávní úřad provádět náhodné kontroly jednotlivých nemovitostí v obci, doporučuje vlastníkům nemovitostí provést kontrolu odkanalizování, aby předešli případným sankčním postihům.

https://www.louznice.com/e_download.php?file=data/uredni_deska/obsah659_3.pdf&original=Sd%C4%9Blen%C3%AD-zne%C5%A1kod%C5%88ov%C3%A1n%C3%AD%20odpadn%C3%ADch%20vod.pdf





OBECNÍ KNIHOVNA LOUŽNICE



Obecní knihovna Loužnice informuje



Postupně probíhá inventura
knih.

Provoz tímto nebude dotčen.

<https://knihovna-louznice6.webnode.cz/>



ODPADY 2022

Formulář k přihlášení poplatku za vývoz komunálního odpadu

Každý poplatník je nově povinen se k placení poplatku přihlásit vyplněním formuláře a odevzdáním na obecním úřadě.

Formulář bude k dostání na Obecním úřadě, v obchodě u paní Šmídové nebo si jej můžete vytisknout.

Obecní úřad Loužnice
Loužnice 58
468 23

FORMULÁŘ K OHLÁŠENÍ POPLATKU ZA KOMUNÁLNÍ ODPAD

ÚDAJE O PLÁTCI:

Jméno a příjmení / název _____

Datum narození / IČ _____

Adresa / sídlo _____

Kontaktní údaje _____

ÚDAJE O NEMOVITOSTI:

Číslo popisné / evidenční _____

Počet obyvatel objektu přihlášených v obci _____

POŽADOVANÁ KAPACITA SOUSTŘEĐOVACÍCH PROSTŘEDKŮ:
Viz. druhá strana, zde najdete ceník a příklady

Objem nádob _____

Počet nádob _____

Četnost svozu _____

Datum

Podpis

Vyplněný a podepsaný formulář doručit na Obecní úřad v Loužnici 31.1.2022!

Formulář a další podrobnosti najdete také na webových stránkách obce v sekci odpady <https://www.louznice.com/>

Loužnice 58 Telefon: +420 483 385 577 E-mail: louznice@volny.cz Web: <https://www.louznice.com/>
PSČ 468 23 +420 724 179 359 Bank. spoj.: 12421451/0100
IČO: 00672076 +420 606 688 277

<https://www.louznice.com/obec/aktuality/formular-k-prihlaseni-poplatku-za-vyvoz-komunalniho-odpadu-175cs.html>



Poplatky můžete zaplatit převodem na účet: **12421451/0100** – Komerční banka, a.s. (do poznámky uveďte své jméno a číslo popisné)

PŘÍKLADY K NOVÉ VYHLÁŠCE O ODPADECH OD 1.1.2022

Příklady:

$$1x \text{  \text{ bez trvalého pobytu} = 60\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít nádoby, která má objem 60l a je možný vývoz 1x za měsíc. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 12x pytel o objemu 60l.

$$1x \text{  + 1x \text{ } = 60\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít minimální velikosti nádoby, která má objem 60l s četností vývozu 1x za měsíc. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 12x pytel o objemu 60l.

$$1x \text{  + 2x \text{ } = 120\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít minimální velikosti nádoby, která má objem 60l s četností vývozu 2x za měsíc = 1x za 14 dní. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 24x pytel o objemu 60l.

$$1x \text{  + 3x \text{ } = 180\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít minimální velikosti nádoby, která má objem 60l s četností vývozu 4x za měsíc = 1x za týden. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 36x pytel o objemu 60l.

$$1x \text{  + 4x \text{ } = 240\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít minimální velikosti nádoby, která má objem 60l s četností vývozu 4x za měsíc = 1x za týden. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 48x pytel o objemu 60l.

$$1x \text{  + 5x \text{ } = 300\text{l/měsíc}$$

U této varianty je možné využít minimální velikosti nádoby, která má objem 110l s četností vývozu 4x za měsíc = 1x za týden. Též je možný pytlový vývoz, kdy poplatník dostane 60x pytel o objemu 60l.

Vyhláška obce stanoví 60 l objemu na jednu osobu trvale žijící v obci Loužnice na jeden měsíc za 0,85,- Kč za 1 litr.

Tím je stanoveno, že jedna osoba trvale žijící v obci má minimální poplatek za 60 l x 0,85 Kč/l = 51,- Kč za měsíc. Minimální poplatek za 1 osobu je 51,- Kč x 12 měsíců = 612,-Kč.

Pokud je nemovitost bez trvalého pobytu nebo slouží k rekreaci (je jedno zda má čp. nebo ev.) tento objem 60 l se platí pouze 1x. To znamená, že poplatek je 612,- Kč. U těchto nemovitostí je možné využít i pytlový svoz, kdy poplatník dostane 12x pytel o objemu 60 l na 1 rok.

Poplatek se platí za objem nádoby přistavené u nemovitosti a dle četnosti vývozu. To znamená, že každý si může vybrat velikost nádoby, která odpovídá minimálnímu počtu obyvatel v nemovitosti nebo i větší.

Aby se v tom lépe orientovalo, připravili jsme pro Vás i pro nás přehled výpočtů, jak a kolik platit za odpady v roce 2022.

velikost nádoby	četnost odvozů	cena za rok - nádoba SKS
60 l	1 x týdně	2 450 Kč
60 l	1 x 14 dnů	1 790 Kč
60 l	1 x měsíc	1 130 Kč
110 l, 120 l	1 x týdně	3 720 Kč
110 l, 120 l	1 x 14 dnů	2 650 Kč
110 l, 120 l	1x měsíc	1 430 Kč
110 l, 120 l	kombinovaný	3 190 Kč
240 l	1 x týdně	7 440 Kč
240 l	1 x 14 dnů	5 300 Kč
240 l	1 x měsíc	6 380 Kč
1100 l	1 x týdně	28 100 Kč
1100 l	1 x 14 dnů	21 680 Kč
Pytle minimum - 12 pytlů	1x osoba 60l/měsíc	612 Kč



firma SVOBODA – Lučice

**drůbežárna Mírovka, Vadín, 569489358,
777989857**

NOSNÉ KUŘICE

barva červená a černá

Stáří: 18 týdnů

Cena: 190,- Kč/kus

Sobota 12. března 2022

14.55 h. – Loužnice

u obecního úřadu

Možno objednat: 569 489 358 svoboda.lucice@seznam.cz



NABÍDKA PRÁCE

Vysusto

HLEDÁME PRODAVAČKU NEBO PRODAVAČE

Do nové prodejny masa a masných výrobků hledáme schopného a zodpovědného člověka se smyslem pro humor, zodpovědností a zkušenostmi s prodejem.

Více informací na TEL: 731459539

vysusto@post.cz

www.vysusto.cz

<https://www.vysusto.cz> 



ČERNÁ KRONIKA



ŽELEZNÝ BROD

V sobotu 19. února odpoledne krátce před půl šestou hodinou se stala dopravní nehoda v Železném Brodě. Řidička s vozidlem Škoda Octavia vyjžděla z vedlejší ulice Průmyslová ve směru od Lidlu na silnici I/10 ulice Vaněčkova, kde nedala přednost v jízdě řidiči s vozem Audi A4, který jel ve směru od Malé Skály do Železného Brodu. Při následném střetu obou vozidel utrpěla řidička Škody Octavie zranění, se kterým byla převezena posádkou Zdravotnické záchranné služby Libereckého kraje na ošetření do turnovské nemocnice. Alkohol byl u ní i u řidiče druhého vozidla vyloučen na místě provedenými dechovými zkouškami, které měly negativní výsledky. Předběžná výše způsobené škody činí částku 110.000,- Kč.

Veškeré okolnosti celé události i nadále šetří policisté z Dopravního inspektorátu v Jablonci nad Nisou.



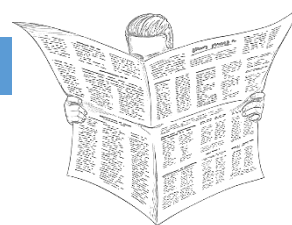
TURNOV

24.2.2022 jednotky likvidovaly v Turnově v ulici Nad Perchtou požár dílny určené k likvidaci autovraků. Uvnitř objektu byl požárem zasažen vrak vozidla a sudy s provozními kapalinami. Hasiči použili jeden útočný proud, vynesli tlakovou láhev a následně objekt zkontrolovali termokamerou.



JOSEFŮV DŮL

26.2.2022 Požár přístavku u rodinného domu v obci Josefův Důl, v části Antonínov, likvidovali dvěma vodními proudy hasiči ze stanice HZS Tanvald a dobrovolní kolegové. Z objektu byly preventivně vyneseny dvě tlakové láhve. Na místě bude do 21 hodin dohlížet dobrovolná jednotka ze Smržovky.



ZPRAVODAJE Z OKOLNÍCH OBCÍ

V OKOLNÍCH OBCÍCH A MĚSTECH VYCHÁZEJÍ ZPRAVODAJE.

Najdete v nich spoustu zajímavých informací a pozvánek.

S novým měsícem (některé jsou na web vkládány s měsíčním zpožděním, nejdříve vycházejí tištěné) vyšlo hned několik zpravodajů, stačí kliknout na obrázek a můžete číst.

Doplnění z únorové nabídky:

Zpravodaj



obce Pěnčín
únor 2022
zdarma



HARRACHOVSKÝ



ZPRAVODAJ

ÚNOR 2022
CENA 10 Kč

FIS Youth cup Harrachov str. 7
Rozhovor: Natálie Housková str. 9
MČR ve skocích na lyžích str. 14



Desenské noviny

www.mesto-desna.cz
XXX. ročník
cena 10 Kč

Zpravodaj města Desná
únor 2022

Smržovský



zpravodaj

únor
2022





Zpravodaj od pramene Nisy

Vydává Obec Nová Ves nad Nisou
ročník 2022 číslo 2



ZE SVĚTA

BZÍ

Tradiční Masopustní veselí se konalo v sobotu 26.2.2022 v sousední obci Bzí. Nechyběly tradice, maškary a občerstvení.



ŽELEZNÝ BROD

V neděli 27.2.2022 probíhala masopustní veselice v Železném Brodě.



TURNOV

Město Turnov má vlastní limitovanou edici výročních poštovních známek. Vyšla u příležitosti 750 let od první písemné zmínky o městě. Známkou v hodnotě A z dílny předního českého výtvarníka Karla Zemana je doplněná přitiskem s turnovskou radnicí, kterou namaloval tamní výtvarník Jiří Lode.

„Turnov jako město žádnou vlastní známku nemá, nikdy nebyla vydaná, ani v České republice, ani za Československa. A proto je to zajímavé, že přitisk vůbec vznikl k tomu výročí. Je tam ještě jedna zvláštnost, takzvaná R nálepka. To je nálepka, která se používá na zaslání doporučeného dopisu čili reko dopisu. Je jich jenom 480 a až dojdou, tak už nebudou,“ vysvětlil jednatel Klubu filatelistů Český ráj Jaroslav Mojsl.

A proč je na známce zrovna turnovská radnice? „Nechali jsme to zcela na rozhodnutí pana grafika, protože on má Turnov rád a maluje i nejrůznější jiná zákoutí Turnova. On přišel s návrhem na turnovskou radnici a my jsme neměli důvod nesouhlasit, protože je to skutečně krásný obrázek,“ vysvětlila místostarostka města Petra Houšková z Nezávislého bloku.

Autorem vizuálu známky je turnovský výtvarník Jiří Lode, který maluje hlavně akvarelem. A jak se dělá návrh na známku?

„Nejdřív vybereme předlohu, pak udělám skicu, kterou většinou pošlu k posouzení, anebo už přímo pracuji na finálním obrázku. Nejdříve načrtnu tužkou. Zrovna tuhle radnici, aby byla co nejpřesnější, tak jsem jí přenášel přes mřížku. A pak už maluju akvarelem,“ přiblížil tvorbu Jiří Lode.

Podle něj bylo také důležité zvolit správný pohled a nasvícení budovy. Malbu barevně ladil do odstínu sépiové. „Má trochu historizující charakter, k těm oslavám se to hodí. V podstatě je to něco mezi fotografií, která je barevná, nebo černobílá, ale odkazuje to i na starší techniky. Myslím si, že to má přesah ještě do dob, kdy fotografie ještě nebyla a všechno se muselo zaznamenat takhle ručně. Nakreslit, namalovat,“ doplnil turnovský výtvarník.

Jiří Lode má za sebou několik společných výstav s dalšími umělci. Vystavuje většinou v oblasti Českého ráje a začátkem května 2022 by měl zahájit výstavu nazvanou Turnovská zákoutí.

**JABLONEC NAD NISOU**

Počty pacientů s těžším průběhem onemocnění covid-19 klesají i v Nemocnici Jablonec. Protože začaly klesat i počty personálu v pracovní neschopnosti, vrací se nemocnice pomalu do normálu. Redukuje lůžkovou kovidovou kapacitu, otevírá lůžkovou urologii a ORL, ORL ambulance se vrátila do nepřetržitého režimu. Obnovuje se i plánovaná operativa.

Nadále ale v jablonecké nemocnici platí zákaz návštěv a dodržování protiepidemických opatření včetně používání osobních ochranných pomůcek. Testem na covid-19 prochází i veškeré příjmy, tedy neakutní i akutní.

**PĚNČÍN – HUTĚ**

Novodobá tradice masopustního průvodu funguje v Huti u Pěnčína na Jablonecku od roku 2016. Masopust se tady prý konával jen do poloviny 20. století. Maškary prošly obcí a po průvodu si všichni pochutnali na zabíjačkových hodech v hasičské zbrojnici. Veselé a spokojené tváře byly tím nejlepším poděkováním jak pro spolek Huť pro život, tak i pro místní hasiče.

Masopust je tradiční svátek, který značí začátek postní doby. Bezprostředně tak předchází Popeleční středě. V Česku je spojený především s průvody masek. Je tradičně spojený s dobrým jídlem, tancem a všeobecným veselím.

V Huti proběhl masopust v sobotu

19. února 2022.

VYŠLO DALŠÍ ČÍSLO TROSEČNÍKU

Kulturně-společenský emailový magazín o Českém ráji a okolí

Pokud máte zájem dostávat každý týden nová vydání, zašlete žádost panu vydavateli a redaktorovi M. Fefík

Podobský - fefik.sorry@seznam.cz

Nové číslo naleznete na webu: <https://www.louznice.com/obec/kalendar-akci/trosecnik-60-8-aneb-co-se-deje-kolem-trosek-v-ceskem-raji-a-okoli-199-84cs.html>



Trosečník 60/8

trosečník

60 / 8

ročník I.

pátek 25. února 2022



Po bouřce v Loužnici (17. února)

foto Jana Matěásková

Milý čtenáři!

Je to děs. Sotva se zbavíme jednoho vira, už je tu další.

Po omikronu Putin.

Bude tenhle svět ještě někdy normální?



KULTURA a POZVÁNKY

<https://www.louznice.com/obec/kalendar-akci/>



AKCE V LOUŽNICI 2022

KOLEDA NA ZELENÝ ČTVRTEK

Ve čtvrtek 14. dubna 2022,
proběhne tradiční koleda, místních dětí, na Zelený čtvrtek

VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ

V pondělí 18. dubna 2022,
proběhne tradiční velikonoční pomlázka všech chlapců, mladíků a mužů.

PÁLENÍ ČARODĚJNIC

V sobotu 30. dubna 2022,
proběhne klasické pálení čarodějnic v režii SDH Loužnice.

ZAHÁJENÍ SEZÓNY-KUMPÁNI

V sobotu 7. května 2022,
Zahájí motocyklisté z Loužnice a okolí moto sezonu 2022

DĚTSKÝ DEN

PUTOVÁNÍ ZA LOUŽNICKÝMI STRAŠIDÝLKY

V sobotu 25. června 2022,
na koupališti v Loužnici, proběhne další dětský den.

SOUSEDSKÉ POSEZENÍ NA KOUPALIŠTI

V případě pěkného počasí proběhne na koupališti setkání s hudbou, občerstvením, kolaudace nového podia, opravy koupaliště. Termín bude upřesněn

SVATÝ VÁCLAV

Ve středu 28. září 2022 proběhne tradiční mše u zvoničky v Loužnici

SLAVNOSTNÍ ROZVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU

V sobotu 26. listopadu 2022,
proběhne slavnostní rozsvícení Vánočního stromu v Loužnici.
Připraveno bude občerstvení a malý kulturní program.

BARBORKY

V sobotu 3. prosince 2022,
budou obcházet domy v Loužnici Barborky.

MIKULÁŠ

V pondělí 5. prosince 2022,
se můžete těšit na obchůzku svatého Mikuláše se svojí družinou.

ŠTĚDRODENNÍ SETKÁNÍ + BETLÉMSKÉ SVĚTLO

V sobotu na štědrý den 24. prosince 2022 od 14 hodin
proběhne „Štědrodenní setkání“ u Betlému, kde si navzájem popřejeme krásné svátky a předáme si betlémské světlo.

MANŽELSKÝ ČTYŘÚHELNÍK na horách

napsal a režíroval
Jakub ZINDULKA

Ivana
JIREŠOVÁ
Dana
HOMOLOVÁ
Vladimír
KRATINA
Martin
SITTA

Kino Jas Járy Cimrmana Tanvald

22.3. 2022 od 19 hodin

Vstupné : 250 Kč

Předprodej vstupenek

v pokladně kina,

nebo na odkazu www.tanvald.eu

nebo www.disdata.cz.

FANNY
GENTURA
DIVADLO AŽ "POD NOS"

foto
KELLYANA.cz
grafika
WebHned.eu

TANEČNÍ LEKCE V DRŽKOVĚ OD 16.2.2022

Potřebujete vnést do svého života i těla více radosti, ženskosti a uvolnění?

Pak právě pro vás je tu

KAŽDOU STŘEDU A PÁTEK 18:30-19:45

SALSA A LATINO PRO ŽENY

(+ JÓGA PRO VŠECHNY 17:15-18:30)

KDE TANČÍME: TĚLOCVIČNA v TJ SOKOL, DRŽKOV 216

UČÍ: Mgr. TEREZ KAUCKÁ, LEKTORKA S 20 LETOU TANEČNÍ PRAXÍ

a mnoha pobyty nejen na Kubě (fb: HappyPlaceHappySalsa)

REZERVACE A INFORMACE (i pro individuální lekce): 608931527

CENA: 150kč/75min, 780kč/6 lekcí, 1440kč/6+6 (jóga+tanec), 70kč nad 70let

Přijďte si vyzkoušet 1.lekci 16.2.nebo 18.2. ZDARMA

Těším se na vás ☺





Masopustní průvod
1. března 2022
20. ročník

Sraz masek před tanvaldskou radnicí
– odchod průvodu v 15,00 hod.

Nachystejte si písně, ozvučte se nástroji, trumpetkami, bubínky,
pokličkami, kastrůlky, řehtačkami a jinými rámusidly

Průvod masek Tanvaldem

Připravte se v Krkonošské a postranních ulicích !!! Přijďme pobejt, ochutnávat a košťovat...
Masopust vrcholí a tento den má člověk jíst a pít co nejvíce, aby byl celý rok při síle

Těšíme se na setkání s Vámi !

Srdečně Vás zve KČT Tanvald



TŘI SESTRY
VINYL TOUR 2022

18/3 JABLONEC n. NISOU



Babí HOP SDH Sklenařice
Vás uctivě zve na

5. 3. 2022 od 20 hod.
v sále sokolovny ve Sklenařicích.
K tanci a poslechu hraje skupina Kompres.
Vstupné 100 Kč.

V neděli 6. 3. 2022
od 14 hod. se koná
DĚTSKÝ KARNEVAL



TJ SOKOL BZÍ Vás zve na BZOVSÝ BÁL
se skupinou **GEMINI**
v sobotu **12. 3.**
od 20:00 hodin
Zabijačková kuchyně
vstupné 100 Kč
www.obec-bzi.cz

MĚSTSKÁ GALERIE VLASTIMILA RADY V ŽELEZNÉM BRODĚ
VÁS SRDEČNĚ ZVE 17. 3. V 17 HODIN NA ZAHÁJENÍ VÝSTAVY

PĚT HVĚZD NA POUŠTI

18. 3. – 16. 4. 2022





STŘEDNÍ UMĚLECKOPRŮMYSLOVÁ ŠKOLA SKLÁŘSKÁ ŽELEZNÝ BROD

VÝTVARNÉ ZPRACOVÁNÍ SKLA

Zaměření:

Broušení a tavená plastika | Hutní tvarování skla | Malba a dekor
| Ryté a reliéfní sklo | Design šperku, bižuterie a módních doplňků |
Design technickodekorativního skla a skleněných figurek

PRODUKTOVÝ DESIGN

Přípravné kurzy na talentovou zkoušku pro oba výtvarné
obory probíhají od poloviny září 2021.
Přihlášky ke studiu je možné podat do 30. listopadu 2021.
Přijímací zkoušky s talentovou zkouškou proběhnou v lednu 2022.

APLIKOVANÁ CHEMIE

Zaměření:

Analytická chemie | Farmaceutické substance | Ochrana životního
prostředí | Nanotechnologie a polymery
Přihlášky ke studiu je možné podat do 1. března 2022.

TECHNOLOGIE SKLA

Obor je zařazen do stipendijního programu pro žáky středních
škol v Libereckém kraji: motivační příspěvek 500 Kč měsíčně
+ prospěchový stipendijní příspěvek vyplácený pololetně
1. ročník: 1 000 Kč | 2. ročník: 2 000 Kč | 3. ročník 3 000 Kč |
4. ročník 4 000 Kč

Přihlášky ke studiu je možné podat do 1. března 2022.

SKLENĚNÉ MĚSTEČKO: So 18. 9. 2021 a Ne 19. 9. 2021
Den otevřených dveří: 14. 10. 2021 a 9. 2. 2022

www.supss.cz | sekretariat@supss.cz | 483 346 162 | 602 185 806



100
LET



31.3.2022 16.00–18.00 SUPŠS ŽELEZNÝ BROD

SMETANOVO ZÁTIŠÍ 470

SKLÁŘSKÝ WORKSHOP

NEJEN PRO ROMSKÉ DĚTI

Tématem workshopu bude malba na sklo. Počet míst je omezen. Hlaste se na adrese reznikova@zelbrod.cz nebo na tel. 483 389 081 do 23. 3. 2022.

Vstup zdarma.

Workshop je pořádán v rámci projektu
„Spojeno sklem!“ financovaného z Fondů EHP.

Iceland 
Liechtenstein
Norway grants

The poster features a dark, textured background with a network of white lines and red splatters. The band name 'ARAKAIN' is at the top in large, blue, outlined letters. Below it, '2022' is written in white with red splatters, and '40 TOUR 1' is in blue with a red outline. A list of tour dates and venues follows in white and red text. To the right, guest acts are listed. At the bottom, logos for sponsors and the main event date and venue are shown.

ARAKAIN

2022 40 TOUR 1

HOSTÉ NA VYBRANÝCH KONCERTECH:
DOKTOR
TRICERATOPS
BOOTERS

2.4. MRÁKOV **KD**
8.4. TŘEBÍČ **KLUB ROXY**
9.4. VYSOKÉ MÝTO **M KLUB**
10.4. PRAHA **LUCERNA MUSIC BAR**
22.4. BRNO **SEMILLASO**
23.4. LITVÍNOV **KLUB ATTIC**
29.4. PARDUBICE **ŽLUTÝ PES**
6.5. KRNOV **KOFOLA MUSIC CLUB**
7.5. OLOMOUC **S KLUB**
14.5. JABLONEC N.N. **KLUB WOKO**

REBEL
ROCK TV

ROCK
RADIO
ROCK JE ŽIVÁ MUSIKA

REPORT.CZ
MUSIC & STYLE MAGAZINE

DOU
KO

PŘEDPRODEJ V SÍTI TICKETSTREAM.CZ
Více termínů na ARAKAIN.EU, FACEBOOK.COM/ARAKAIN
A INSTAGRAM.COM/ARAKAIN.OFFICIAL

28.1.2023 PRAHA 02 UNIVERSUM

PŘEDPRODEJ V SÍTI TICKETMASTER A BESTSPORT



TJ Sokol Hamrská



pořádá v pátek 11. 3. 2022

Řízkománii

k tanci a poslechu hraje Orpheus rock



vepřový řízek, nebo steak za 70,-Kč

kuřecí stripsy za 70,-Kč



začátek v 19:00 hodin

sál sokolovny

JARNÍ BAZÁREK

burza DĚTSKÉHO OBLEČENÍ, sportovních potřeb, obuvi a jiného zboží
proběhne v Kulturním domě Velké Hamry

Příjem věcí Středa 9.3.2022 od 8.00 - 11.30 a 12.30 - 17.00 hodin

Čtvrtek 10.03.2022 od 8.00 - 11.30 a 12.30 - 15.00 hodin

Prodej Pondělí 14.03.2022 od 8.00-11.30 a 12.30-17.00 hodin

Úterý 15.03.2022 od 8.00-11.30 a 12.30-15.00 hodin

Výdej věcí Čtvrtek 17.03.2022 od 8.00 do 15.00 hodin – v KD

Pátek 18.03.2022 od 8.00 do 14.00 hodin – v KD

Kontaktní osoby: p. Večerníková 774 543 463

SOUPISKY JSOU KE STAŽENÍ NA STRÁNKÁCH MĚSTA www.velke-hamry.cz, popřípadě k vyzvednutí přímo na MěÚ v kanceláři č. 11

VYKUPUJEME POUZE VĚCI JARO – LÉTO, věci čisté, vyprané a nepoškozené.

TURNOVSKÝ DRAHOKAM XXXII.

regionální loutkářská přehlídka pro Liberecký kraj a Český ráj
se koná u příležitosti oslav 750 let města Turnova

**Městské divadlo Turnov
18. - 20. března 2022**

Pátek 18. března

8.30 **BŘICHBULÍN** aneb Cesta do země skřítků
Divadlo Matýsek Rynoltice 45 min./ od 3 let

Sobota 19. března

9.00 Slavnostní zahájení
KRABICOVÉ A MALÉ POHÁDKY Šíro Lázně Bělohrad
30 min./ od 3 let

11.00 **VÁVRA MILUJE HASIČE** Čmukaři Turnov 40 min./od 3 let

13.30 **O TŘECH ČUNÍCÍCH** Před Branou Rakovník 50 min./od 3 let

15.00 **ALE TO SE NESMÍ ...** To domluvíme zítra Chlumec n. C.
25 min./ od 4 let

16.30 **ČTYŘI DOBŘÍ** Vozichet Jablonec n. N. 25 min./ od 6 let

Neděle 20. března

9.30 **ANDRÉE** Bažantova loutkářská družina Ponklá
25 min./od 12 let

11.00 **S ČERTY TANČÍ !** Čmukaři Turnov 30 min./ od 3 let

13.00 **BAREVNÉ TRÁPENÍ CHAMELEONA LEONA**
Kordula Liberec 35 min./ od 2 let

14.30 **JAK ŠEL SLÁVEK DO SVĚTA**
lidový loutkář Jiří Polehňa Hradec Králové 35 min./ od 4 let

Slavnostní zakončení:

Předání cen dětské soutěže O pilného diváka.

Vyhlášení držitele putovní ceny Turnovský drahokam.

Vyhlášení výsledků, hodnocení odborné poroty.

Změna programu vyhrazena.

**Přehlídku pořádá loutkářský soubor Na Židli
za finanční podpory Ministerstva kultury ČR,
Libereckého kraje a Města Turnov.**



MINISTERSTVO
KULTURY

**Liberecký
kraj**

TURNOV 750 LET



ČESKÉ DĚDICTVÍ
UNESCO



SVČ Mozaika vyhlašuje

SOUTĚŽ O NEJLEPŠÍ DOMÁCÍ **KOBLIHU**

Vyhlášení nejlepší koblíhy proběhne na masopustní zabíjačce
5.3.2022 odpoledne.

Soutěžící se mohou registrovat na telefonu 778 494 827 nebo
v kanceláři SVČ Mozaika do 2.3.2022

Vaše koblížky budeme přijímat v sobotu 5.3. do 12:00 hod.
v kuchyni SVČ Mozaika.



TJ Sokol Koberovy pořádá 44.ročník
turistického pochodu
KOBEROVSKÉ ŠLÁPOTY
2022

sobota 23.dubna

SVC MOZAIKA pořádá



5.3.2022 od 9.00 hodin

MASOPUSTNÍ ZABÍJAČKU

*Těšit se můžete na ukázkou řeznického
řemesla. V průběhu dne můžete ochutnat
tradiční zabijačkové pochoutky jako ovar,
jitrnice, jelítka*

*Nebudou chybět pamlsky ke kávě a
halušky*

- Zahraje skupina 3D.*
- Bude vyhlášena soutěž
o nejlepší domácí koblihu.*
- součástí bude i malý jarmareček.*

Těšíme se na Vás

vstupné dobrovolné

74. Přijezd Krakonoše

Program:

10:00 registrace masek u hotelu Karolína

11:00 odchod průvodu s Krakonošem a jeho družinou

12:00-16:30

program na prostranství za pensionem Tesla v dolní části běžeckého stadionu:

- zdravice Krakonoše, zástupců Města Harrachov, hostů
- koncert Japato, kapely z Podkrkonoší, která zahraje české i zahraniční hity
- Honza Popleta s programem pro děti
- vyhlášení soutěže o nejlepší masky
- vystoupení mažoretek z Poniklé a Rokytnice nad Jizerou
- ARTrosa originální soubor mužoretů

Za účasti hraběte Harracha,
Muhu - ducha Jizerských hor,
víly Izeríny a dalších.

Po celou dobu akce stánkový prodej,
občerstvení, Krakonošova losovačka,
dílňičky, historický kolotoč a střelnice.

Změna programu vyhrazena.

Účast na vlastní nebezpečí!

HARRACHOV ACTIVE

HARRACHOV CARD

Liberecký
kraj

26. BŘEZNA
od 10 hod

VSTUP ZDARMA



HARRACHOV

Dopravní uzavírka od hotelu Karolína směr centrum města až k autobusovému nádraží 10:00 - 12:00 hodin!



MUZEUM A GALERIE *Detesk* OTEVŘENO KAŽDÝ DEN 9.00-17.00 / NÁMĚSTÍ 3. KVĚTNA 20, ŽELEZNÝ BROD / GALERIE.DETESK.CZ

K.D. VELKÉ HAMRY
KONCERT KAPEL:

KRÁSNÁ PRÁCE

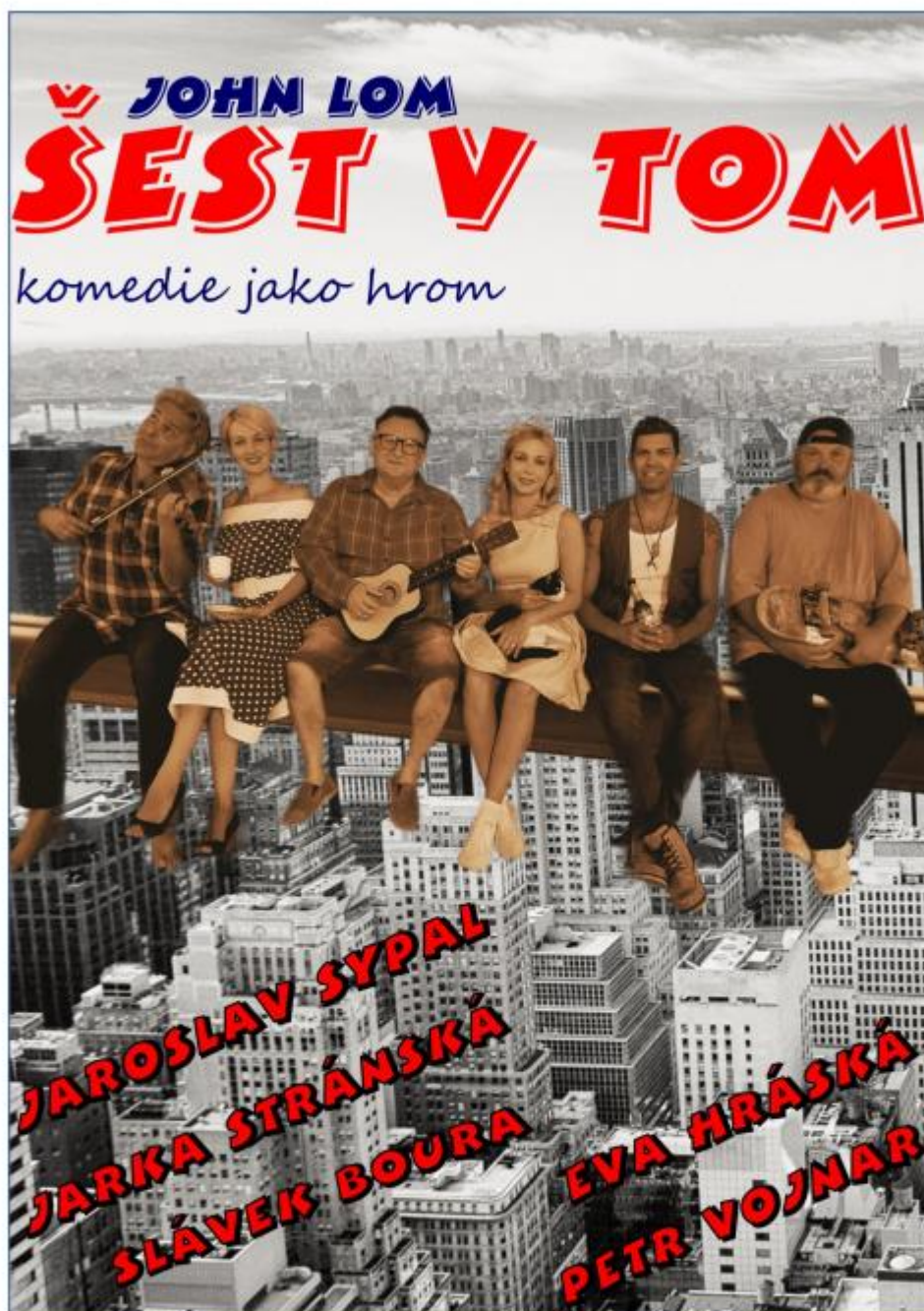
SOBOTA
16.4.2022
18⁰⁰ - 24⁰⁰

DEPECHE MODE
REVIVAL



VSTUPNÉ
250 Kč

www.krasnaprace.com
www.dmrevival.com



**Kulturní dům ve Velkých Hamrech,
dne 2.dubna 2022 od 19:00 hodin
Předprodej vstupenek v knihovně
Cena 250 Kč**



<https://www.klubnarampe.cz/cs/>

ÚTERÝ 1. 3. 2022 18:30 hod.	KVÍZ NA RAMPĚ > Poskládejte 2-8členný tým a otestujte své znalosti!
STŘEDA 2. 3. 2022 19:00 hod.	OMÁN - NA SOUŠÍ I POD VODOU > Architekturu, trhy, hory, pouště, potápění, život pod vodou přiblíží podvodní fotograf Michal Černý.
ČTVRTEK 3. 3. 2022 18:00 hod.	WORKSHOP AFRICKÉHO BUBNOVÁNÍ > Dvouhodinové bubnování na djembe pro začátečníky i pokročilejší s Tomášem Kerle.
PÁTEK 4. 3. 2022 20:00 hod.	ANETA & THE SOUL UNCLES > Energií nabitá směs popu, soulu a funku, které vévodí fenomenální zpěvačka Aneta Hollandrová.
SOBOTA 5. 3. 2022 19:00 hod.	ČIRÝ BYTÍ & DPOS TRIOU & DRTIKOL > Trojkoncert spřátelených kapel s vlastní tvorbou mnoha proudů.
ČTVRTEK 10. 3. 2022 19:00 hod.	KARAOKE PÁRTY > Přijďte si zazpívat! A vyhrát drinky.
PÁTEK 11. 3. 2022 20:00 hod.	POCTA ZUZANĚ NAVAROVÉ > „Bože, podej mi ještě ten kalich, to víno, co s nocí se měnívá na líh...“Nezapomenutelné písně Zuzany Navarové v podání šansoniérky Markěty Burešové a Mária Biháriho v doprovodu Petry Bílkové . Koncert přeložený z 5. února,
SOBOTA 12. 3. 2022 20:00 hod.	STO ZVÍŘAT > S novou deskou „30 let testováno na lidech“ i největšími zvířecími peckami.
ÚTERÝ 15. 3. 2022 18:30 hod.	KVÍZ NA RAMPĚ > Poskládejte 2-8členný tým a otestujte své znalosti! Zájemci hlase se na FB: Hospodský kvíz-Jablonec-Klub na Rampě.

KINO JAS

JÁRY CIMRMANA TANVALD

THE BATMAN

4. a 5. 3. PÁ-SO 18 HOD

Americký akční komiksový film. Další dobrodružství Batmana, který bude zase bojovat proti zločinu v Gotham City. V hlavních rolích Robert Pattinson, Zoë Kravitz a Colin Farrell. České znění.

Vstupné : 130 Kč

Přístupné od 12 let. (ČV - 176)



BETLÉMSKÉ SVĚTLO

18. a 19. 3. PÁ-SO 19 HOD

Nová česká komedie Jana a Zdeňka Svěráka. Scénář filmu vznikl na motivy oblíbených povídek Zdeňka Svěráka. Hlavní postavy ztvární kromě Zdeňka Svěráka Daniela Kolářová, Vojta Kotek, Ondřej Vetchý a Tereza Ramba.

Vstupné : 140 Kč

Mládeži přístupný. (99)

JIZERSKÉ HORY

9. 3. ST 19 HOD

Celovečerní dokument Viktora Kuny o kráse Jizerských hor. Jizerské hory skrývají i mnohá tajemství, za kterými se tvůrci vydali. Příběh jedinečné krajiny Jizerských hor.

Vstupné : 120 Kč

Mládeži přístupný. (91)

PROMĚNA

11. a 12. 3. PÁ-SO 17 HOD

Americký animovaný rodinný film studia Disney Pixar. Dospívání je pěkná bestie. Příběh filmu pojednává o třináctileté dívce, která se občas samovolně proměňuje v obří červenou pandu. České znění.

Vstupné : 110, 130 Kč

Mládeži přístupný. (ČV - 100)

BETLÉMSKÉ SVĚTLO

11. a 12. 3. PÁ-SO 19 HOD

Nová česká komedie Jana a Zdeňka Svěráka. Scénář filmu vznikl na motivy oblíbených povídek Zdeňka Svěráka. Hlavní postavy ztvární kromě Zdeňka Svěráka Daniela Kolářová, Vojta Kotek, Ondřej Vetchý a Tereza Ramba.

Vstupné : 140 Kč

Mládeži přístupný. (99)

PROMĚNA

18. a 19. 3. PÁ-SO 17 HOD

Americký animovaný rodinný film studia Disney Pixar. Dospívání je pěkná bestie. Příběh filmu pojednává o třináctileté dívce, která se občas samovolně proměňuje v obří červenou pandu. České znění.

Vstupné : 110, 130 Kč

Mládeži přístupný. (ČV - 100)

KINO JAS

Járy Cimrmana Tanvald

3D – Cinema Program

BŘEZEN 2022

Předprodej v pokladně
kina nebo možnost
rezervace na odkazu
www.tanvald.eu
nebo www.disdata.cz.



PŘÍŠERÁKOVI 2

25. a 26. 3. PÁ-SO 17 HOD

Německo-britský animovaný rodinný film. Další dobrodružství rodiny Wishbonů. Na tomto akčním rodinném výletu kolem světa si každý přijde na své. České znění.

Vstupné : 120 Kč

Mládeži přístupný. (ČV - 103)

POSLEDNÍ ZÁVOD

25. a 26. 3. PÁ-SO 19 HOD

Nový český výpravný historický film. Legendární příběh Hanče a Vrbaty každý zná, málokdo ale ví, jak se opravdu odehrál. V hlavních rolích se představí Kryštof Hádek, Marek Adamczyk, Judit Bardos a Oldřich Kaiser.

Vstupné : 120 Kč

Přístupné od 12 let. (100)

JEŽEK SONIC 2

1. a 2. 4. PÁ-SO 17 HOD

Americký rodinný film. Modrý superychý ježek Sonic patří k největším videoherním legendám a vrací se znovu na plátna kin. České znění.

Vstupné : 120, 140 Kč

Mládeži přístupný. (ČV - 105)

ZTRACENÉ MĚSTO

1. a 2. 4. PÁ-SO 19 HOD

Americká dobrodružná komedie. Slavná spisovatelka dobrodružných románů pro ženy se ocitne ve spáru únosů a uprostřed divoké džungle. V hlavních rolích Sandra Bullock, Channing Tatum, Brad Pitt a Daniel Radcliffe.

Vstupné : 140 Kč

Přístupné od 12 let. (r - 105)

KINO ŽELEZNÝ BROD

BŘEZEN 2022

www.kinobrod.cz



PROGRAM 03/2022 ŽELEZNÝ BROD

úterý 1.3. – 19:30 hodin

DOBŘÉ KINO

TOVE (FIN, SWE 2020)

Válka skončila a pro Tove Janssonovou začíná nový život. Když potká divadelního režiséra Vivica Andénsona, začíná se. Zároveň se její kreativita začíná sbírat nečekanými cestami a začíná psát příběh Mumukšy.

hraje: Alma Högström, Krista Kosonen, Stuart Bonney
režie: Zaida Bergroth | Nepřehledný do 12 let | 103 min.
V původním znění s českými titulky

pátek 4.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

PES (USA 2022)

Road movie, komedie a film plný dojetí pro všechny milovníky psů v jednom. Channing Tatum se ve filmu Pes vydá na cestu po celém pobřeží Tichého oceánu s jediným společníkem, se psem. Kterého vzteče na pobřeží jeho bývalého pána. On i čtyřnohý pesažer jsou ale vytrženi a tvrdohlaví a rozhodne to není lástka na první pohled.

hraje: Channing Tatum, Greta Gerwig, Jane Adams, pes
režie: Channing Tatum, Brett Cooper
Nepřehledný do 12 let | 101 min.
V původním znění s českými titulky

sobota 5.3. – 15:00 hodin

DĚTSKÉ KINO

HAFTAŇAN A TŘI MUŠTERIÉRI
(ESP 2022)

Haftaňan je mladý flechtík, který sice nemá moc peněz, ale má o to více ideálů. Jeho životním cílem je stát se jedním z královských mušterierů.

režie: Toni Garcia | 86 min.

sobota 5.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

UNCHARTED (USA 2022)

Potomek slavného loďáka pokládá staro Franchise Drakea, Nathan Drake, který se nalet stopu k prokleté zlaté sošce ze Zlatého města v El Doradu. Když se však vydá na cestu, zažije se s ním řadu objektivně zakrátko konkurentů.

hraje: Tom Holland, Mark Wahlberg, Antonio Banderas
režie: Rob Marshall | 115 min. | Český dabing

úterý 8.3. – 19:30 hodin

DOBŘÉ KINO

UTĚČ

(DEN, FRA, SWE, NOR, USA 2021)

UTĚČ vypráví mimořádný skutečný příběh muže, Amína, kterého blízce se manželství plánuje poprvé odhalit svou skrytou minulost.

hraje: Rashid Adenigboye, Daniel Kalmykow, Fardin Mofidzadeh
režie: Jonas Poler Kaasgaard | Nepřehledný do 15 let | 97 min.
V původním znění s českými titulky

pátek 11.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

BATMAN (USA 2022)

Dva roky střídání po ulicích jako Batman, který nahání strach zločincům, zanedává Bruce Wayne hluboko do stínů Gotham

City. Mezi zkorumpovanou sílí městských úředníků a vysoce postavených osobností má osamitý muž jen několik důvěryhodných spojenců. Zároveň celá sériová vrahovi známá jako Háčkaná.

hraje: Robert Pattinson, Zoë Kravitz, Colin Farrell, Andy Serkis
režie: Matt Reeves | Nepřehledný do 12 let | 176 min. | Český dabing

sobota 12.3. – 15:00 hodin

DĚTSKÉ KINO

PROMĚNA (USA 2022)

Příběh filmu pojednává o třináctileté dívce Mei Leeové, která se samostatně přeměňuje v obří červenou pandu, ale jen když je příliš rozrušená, což je bohužel prakticky neustále. Dívka Mei navíc silně znevrocuje její až příliš starostlivou maminku Ming. Která se od své dcery téměř nikdy neodtrhne.

režie: Domee Shi | 100 min.

sobota 12.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

BETLÉMSKÉ SVĚTLO (ČR 2022)

Staročinná spisovatelka Karla Šejnohovi už psaní nejde jako dřív. Nedokonečné povídky se mu hromadí v blánu, jejich postavy vyřítají na okraji světa a dožadují se, aby autor pokračoval v díle. Vládní něco chtějí. Fotograf Matěj chce získat nedobytnou Vendulu z Mikulova, pan Bohumil prosí, aby udělal zápis, autonechání Bakal by chtěl být lékařem. Do toho vstupuje z realního světa šejnohova manželka, která si myslí, že už by měl psaní nechat a konečně se věnovat il.

hraje: Zdeněk Svěrák, Danae Rolfova, Vojtěch Křezel a další
režie: Jan Svěrák | Nepřehledný do 12 let | 99 min.

pondělí 14.3. – 18:00 hodin

CESTOVATELSKÁ PŘEDNÁŠKA

DAVID HAINALL – Nejhezčí hory Skotska

Za Hadrianovým valem, od Edinburghu Anglii od drsného severu, leží Skotsko, země hlubokých jezer, nejlepších whisky, nekonečných výhledů, mělkých koryt náhorních plošin a především úchvatných hor. Najdeme zde i středověké hrady, originální architekturu a upravené vesničky. To vše korunované množstvím mrtvých královen Edinburghem. Fascinující země, ze které odpovídá a dodává zlatou Scotland the Brave v hávu.

úterý 15.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

BOD VARU (UK 2021)

Šéfkučar Andymu ještě ani nestihla sníst a už nechtěl. Jeho restaurace je přebobrokována, kuchyni nejedí nespokojení kontrola a do toho vše na večer dorazí i kuchyňská škola a uzamčená food-kritikou. Jednotvárná jídla hečknou večerem začíná...

hraje: Stephen Graham, Hannah Walters, Jason Flemyng a další
režie: Philip Barantini | Nepřehledný do 12 let | 92 min.
V původním znění s českými titulky

pátek 18.3. – 19:30 hodin

REPRÍZA

MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST (ČR 2022)

Mimořádnou událost způsobí střežící policie, který nečekaně zastaví mezi poli a vystoupí z stáku, aby vyřešil drobný technický problém. Bohužel zastavil v místním protisvětu a vlak mu ujede.

hraje: Jana Procházková, Igor Chmelík, Jevgenij Štorkov, Janek Páral a další | režie: Jiří Mareš | Nepřehledný do 12 let | 102 min.

sobota 19.3. – 15:00 hodin

DĚTSKÉ KINO

TAJEMSTVÍ STARÉ BAMBITKY 2 (ČR 2021)

V království vládnou král Jakub, královna Aniška a rodina se rozpadla o zrádceho princezna Johanka. Ta nejdříve trvá čas u svého dědečka Kaseby, který se rozhodl věnovat už jenom hrdinickému tanečnicku. Zhorší radové ločené a Ferenc byli vyhnáni z království, potlučkají se po svém a vymplňují, jak se pomstít.

hraje: Ondřej Velený, Veronika Elvira Kubatová, Tomáš Křeš
režie: Jan Macháček | 100 min.

sobota 19.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

NEJHORŠÍ ČLOVĚK NA SVĚTĚ (NOR 2021)

Bývalý trestáček Julie stále hledá své místo ve světě a experimentuje, zatímco její starší přítel Aksel by se rád usadil a začal novou životní etapu. Věci se zkomplikují, když zviděl Julie protíná na večer, na kterém potká mladého a okouzleného Eirinda...

hraje: Simen Sandvick, Anders Danielsen Lie, Maria Grolla Di Mena a další | režie: Jonathán Tjelle | Nepřehledný do 12 let | 121 min.
V původním znění s českými titulky

úterý 22.3. – 10:30 hodin

SENIORSKÉ KINO

SRDCE NA DLANI (ČR 2022)

Láska se na věk nebo na místo neobtěžuje. Nikdy nevíme, kdy a kde nás potká. Můžeme se zamilovat ve škole, v dícho, na ulici, v parku. Kdyžto v každé době. Nová komedie od tvůrce hitu Ženy v bílé.

hraje: Vladimír Pech, Eliška Bažantová, Bohdan Polák a další
režie: Martin Novák | 91 min.

úterý 22.3. – 19:30 hodin

DOBŘÉ KINO

KAFE A CIGÁRA (USA 2003)

V každém z jedenácti černobílých rozprávění, které Jim Jarmusch točil postupně již od roku 1986, diskutují jejich protagonisté nad látkami kavy a za vydatného pokračování cigaret o těch nejrozmanitějších tématech. Například o Paříži dvacátých let, postávání nikotinu jako prostředku na hubnutí hmyzu či kožních onemocnění. Zábranné epizody též z le-nové kavieřenské atmosféry a bežantně napávaných dialogů se zálibou v bžantnosti.

hraje: Roberto Benigni, Cafe Blanchett, Steve Buscemi, Iggy Pop, Bill Murray, Tom Waits, Jack White a další
režie: Jim Jarmusch | Nepřehledný do 12 let | 96 min.
V původním znění s českými titulky

pátek 25.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

ZTRACENÉ MĚSTO (USA 2022)

Slavná spisovatelka dobrodružných románů pro ženy se ocitne v situaci, která jako by vyprávěla z ruky její knihy. Ve spáru dvořáků a uprostřed divoké džungle. Chybí jen pravý hrdina, který by ji zachránil. Nebo že by ne?

hraje: Sandra Bullock, Channing Tatum, Brad Pitt, Daniel Craig a další | režie: Adam W. Green | 125 min.
V původním znění s českými titulky

sobota 26.3. – 15:00 hodin

DĚTSKÉ KINO

PRÍŠERÁKOVI 2 (UK, DE 2021)

Pozvání na svatbu čarodějnice Baby Jags a komedie Ben-nedla je pro rodinu Wishboových výjimečný rozprávění. Jenže než si snoubenci stihnou říci „ano“, stane se den v mžiku zničit nezvaný host. Malá miliardářka dcera Milla Starr, která je supercool agentka a hlavně obdivatelka lovkyně příše, oba snoubence unese!

režie: Holger Tappe | 101 min.

sobota 26.3. – 19:30 hodin

PREMIÉROVÉ KINO

POSLEDNÍ ZÁVOD (ČR 2022)

Legendární příběh Hanče a Věrbu každý zná, mládí ale ví, jak se opravdu odehrál. Vyprávějí filmové drama přiblíží tehdejší události z mezinárodních hřebů Krikenod tak, jak se opravdu staly. Vyzníváte dědictví a zapomenutou postavu Emerichá Ratha.

hraje: Kryštof Hádek, Jadrá Bára, Marek Adamczyk, Oldřich Kalen a další | režie: Tomáš Hodek | 100 min.

pondělí 28.3. – 18:00

CESTOVATELSKÁ PŘEDNÁŠKA

LÉKAŘI BEZ HRANIC

Představení krátkých filmů společnosti Lékaři bez hranic, které nám představí jejich práci.

SMER: VÁLČNÁ ZONA (Access to the Danger Zone, 2012)

Film otevřeně vypráví o válkách, které brání poskytnutí humanitární pomoci válečným obětem.

režie: Peter Gábor a Róbert Gregor
70 minut

NOT A TARGET (2016)

Not a Target je krátký film Lékaři bez hranic upravený na to, že zdravotníci zažijí, pacienti ani zdravotníci nemají být terčem útoků. Válka má své pravidla. Bohužel, příslušníci nejsou respektována.

Lékaři bez hranic | 10 minut

OTEVŘÍ OČI (Open My Eyes, 2009)

Krátký dokumentární film Otevřít oči sleduje výjimečnou cestu Gusage Haseina za novým životem.

Lékaři bez hranic | 16 minut

úterý 29.3. – 19:30 hodin

DOBŘÉ KINO

MRTVÝ MUŽ

(USA, DE, JAP 1995)

Existenciální psychologický western Jim Jarmusch. Mrtvý muž sleduje komerční putování slavného muže napříč americkým západem devatenáctého století. Autorem legendárního soundtracku je Neil Young.

hraje: Johnny Depp, Gary Farmer, Larri V. Heston a další
režie: Jim Jarmusch | Nepřehledný do 12 let | 120 min.
V původním znění s českými titulky

Podrobné informace o programu, fotografie a zajímavé odkazy najdete na www.kinobrod.cz.

<https://www.kinobrod.cz/index.php?c=p>





POČASÍ

Kde právě prší, najdete zde: <http://radar.bourky.cz/>
A jak je na horách? To najdete zde: <https://www.hydronet.cz/>



PRANOSTIKY

Studený marec, mokrá máj - bude humno jako ráj.
Jestli březen kožich stáhl, duben rád by po něm sáhl.
Sníh v březnu škodí osení i vinné révě.
Adventní sníh dočká-li marcového, nebudeš jíst, sedláčku, chleba rezného.
Březnový sníh zaorati jest, jako když pohnoují.
Březnového prachu za dukát lot.
V březnu prach co zlato a stříbro, ale sníh bývá pro osení jed.
V březnu prach a v dubnu bláto - sedláčkovi roste zlato.
V březnu prach - jistý hrách.
Březen bez vody - duben bez trávy.
Suchý březen, studený duben, mokrá máj - bude v stodole ráj.
Březen suchý, duben mokrá a květen větrný pytle obilím a sudy vínem naplní.

28.2.

Je-li na svatého Romana jasno, bude hojná úroda.

1. 3.

Závěj svatě Albíny zaplavuje doliny.

Svatá Eudoxie psa až po uši zavěje.

Eudoxie příznivá, ale blátivá.

3.3.

Mrzne-li o Kunhutě, mrzne ještě čtyřicet dní

Skřivan si v březnu musí vrznout, i kdyby mněl zmrznout.

6.3.

Na svatého Bedřicha slunko teplem zadýchá.

Svatá Felicita sníh z polí odmítá.

FÁZE MĚSÍCE

02.03.

10.03.

18.03.



Nov



První čtvrt



Úplněk

Slunce Měsíc 2.3. 2022

Vychází: 6:30

Vychází: 6:53

Zapadá: 17:28

Zapadá: 17:07



PRVNÍ JARNÍ DEN

První jarní den roku 2022 nastane v
neděli 20. března v 16:33 hodin.



ÚKAZY NA OBLOZE

JAKÝ BUDE BŘEZEN 2022?



Březnovou večerní oblohu
planety zcela opustily.

Dne 5. 3. v 15 hodin nastává
konjunkce Jupiteru se
Sluncem a planeta je tedy
zcela nepozorovatelná.

Na ranní obloze bude Venuše
a Mars, k nimž se koncem
měsíce přidá Saturn. Venuše
se ocitá v maximální západní
elongaci (47° od Slunce) 20.

3. v 10 hodin a nastávají tak
podmínky pro její nejlepší
pozorování na ranní obloze.
Mars bude v březnu níže nad
jihovýchodem spolu s Venuší
a koncem měsíce i Saturnem.

Ke konjunkci Venuše s
Marsem dojde 6. 3. v 8 hodin
(Venuše bude tentokrát 4,51°
severně) a se Saturnem 28. 3.
ve 20 hodin (Venuše 2,11°
severně).

Měsíc se dostane do
konjunkce s výše zmíněnými
planetami dne 28. 3., a to v 6
hodin s Marsem (Mars 4,87°

severně), v 16 hodin s Venuší (Venuše 6,74° severně), v 17 hodin se Saturnem
(Saturn 4,60° severně) Proto ráno níže nad jihovýchodním obzorem spatříme
Venuši, Saturn, Mars a Měsíc.

V neděli 27. 3. začíná platnost středoevropského letního času (SELČ). V tento den
si ve 2 hodiny SEČ posuneme hodinky o hodinu dopředu na 3 hodiny SELČ. Jarní
rovnodennost nastává 20. 3. v 16 hodin 33 minut.



SPOLEČENSKÁ KRONIKA KALENDÁRIUM GRATULUJEME

Pevné zdraví přejeme našim spoluobčanům a přátelům, kteří tento týden slaví narozeniny.

Pokud si někdo nepřeje být uveden v Loužnickém Zpravodaji, nebo naopak, není z naší obce, ale má naši obec rád a chce zde být uveden, stačí zavolat redakci.

TENTO TÝDEN OSLAVÍ NAROZENINY:

5. 3. 2022 Dagmar Lancová
6. 3. 2022 Tim Rogers
6. 3. 2022 Jan Pešata

VÝROČÍ

28.2. 1931 – Gustav Ginzel, cestovatel, horolezec a podivín
1.3. 1456 – Vladislav Jagellonský, český a uherský král z dynastie Jagellonců († 13. března 1516)
2.3. 1824 - Bedřich Smetana, hudební skladatel († 12. května 1884)
3.3. 1799 – František Veverka, vynálezce v oboru zemědělské techniky († 12. února 1849)
4.3. 938? – Byly přeneseny ostatky svatého Václava z Boleslavi do pražské rotundy sv. Víta.
5.3.1777 – Friedrich Egermann, sklářský odborník a podnikatel
6.3. 1475 – Michelangelo Buonarroti, italský renesanční sochař a malíř

VÝZNAMNÉ DNY

28.2. – Den zoubkových víl, Den květinového designu
1.3. – Den ochrany koní, Den prasat, Den ovocných stromů, Den plánování svateb
2.3. – Mezinárodní den zásnub, Den starých věcí
3.3. – Světový den divoké přírody, Den národních hymen
4.3. – Den gramatiky, Den plastových vojáčků
5.3. – Den unikátních jmen, Den absintu
6.3. - Den jódu, Den zubařů, Den mražených potravin

ZAJÍMAVÉ DNY OBCE LOUŽNICE z kroniky:

Počásí 1961

V noci na 20. února za dosti silného větru a +4 °C, sněhu notně ubylo a



objevila se místa v dříve souvislé sněhové pokrývce. 24. února opět slunný den a na slunci teploměr ukazoval +16°C.

Krajina už téměř bez sněhu. Do konce února pak následovaly podmračené dny.

1. března pak opět napadl nový sníh, ale během dne roztál. Od 4 do 12. března opět teplé a slunné dny. 19. března ochlazení a sněhové přeháňky. 20. března

ráno bylo -7 °C a krajina pokryta slabým sněhovým popraškem. První jarní den se přihlásil dosti silnou vrstvou sněhové přikrývky, takže nastaly po ráno obtíže v dopravě. V noci 31. března pršelo a sníh zmizel.

VÝZNAM JMEN V TOMTO TÝDNU:

**VŠEM K JEJICH JMENINÁM
GRATULUJEME!!!**

28. 2. 2022 – 6. 3. 2022

28.2. - LUMÍR je mužské křestní jméno. Původ je slovanský a význam je mírumilovný (Lubomír)

1.3. - BEDŘICH jméno pochází ze staroněmeckého jména Fridurichi- Friedrich. Ženskou obdobu jména představuje Bedřiška.

2.3. - ANEŽKA je jméno vzniklé z řeckého hagné (Neposkvrněná, Čistá).

3.3. - KAMIL je jméno přejaté z latiny (pocházející z orientu). Latinské camillus - „heřmánek“.

4.3. - STELA je křestní jméno latinského původu, pocházející ze slova stella – „hvězda“.

5.3. - KAZIMÍR je slovanské jméno, skládající se z členů Kazi- („ničit, kazit“) a -mír („mír, klid, pokoj“), tedy ten kdo káže mír (mírotvůrce).

6.3. - MIROSLAV je křestní jméno. Moderně je vykládáno pouze jako „mírumilovný, proslavený mírem“.



RADY BABKY KOŘENÁŘKY

DROŽDÍ

Za droždí údajně můžeme být vděční Egypťanům, kteří ho objevili náhodou v 5. století př. n. l., když zapomněli dát již připravené těsto péct. Po několika hodinách zjistili, že těsto několikrát zvětšilo svůj objem. Samotný objev kynutí byl vysvětlen o mnoho století později díky Louisovi Pasteurovi. Ten v roce 1857 dokázal, že kynutí je způsobeno živými organismy.

Droždí se řadí k nejbohatším zdrojům přirozených organických vitamínů, je účinným prostředkem proti toxické žluči, zácpě či nadýmání. Musíme ho konzumovat čerstvé.

Co obsahuje:

Droždí je především bohatým zdrojem vitamínů skupiny B. Thiamin (vitamín B1) je nepostradatelný především pro srdeční a nervovou činnost. Riboflavin (vitamín B2) a niacin (vitamín B3) jsou doslova elixírem pro naši pokožku, nervy a správné trávení.

Droždí (neboli potravinářské kvasinky) je bohatým zdrojem bílkovin, volných aminokyselin, vitamínů skupiny B, stopových prvků (jako je železo a jód), enzymů, minerálních (vápník, fosfor, hořčík, draslík, chrom a sodík) a dalších látek, které jsou důležité pro správné fungování našeho organismu, a zároveň látek, které většina z nás nepřijímá v dostatečném množství. Z tohoto důvodu má konzumace droždí velký přínos pro naše zdraví. A jelikož droždí neobsahuje lepek, mohou ho konzumovat také ti, kteří trpí celiakií. Konzumaci droždí bychom se naopak měli vyvarovat v případě, že trpíme kvasinkovou infekcí.



Pomáhá nejen při žaludečních problémech, ale využívá se v kosmetice jako maska na tvář.

Pomáhá při trávicích potížích, nervozitě, nespavosti, zlepšují kvalitu nehtů a vlasů, podporují funkci vnitřností, mají proti zánětlivý účinek, pomáhají při kožních problémech.

Droždí zlepšuje zdravotní stav při infekčních onemocněních, podporuje růst a vývoj organismu, je prevencí zácpy, potlačuje únavu, depresi i podrážděnost, zvyšuje celkovou výkonnost organismu, tlumí nechutenství, působí proti chudokrevnosti a stabilizuje hladinu cukru v krvi.

Detoxikační účinek droždí se využívá i při problémech se znečištěnou pokožkou. Droždí totiž pomáhá v játrech dokonale oxidovat tuky nacházející se v potravě, které pokud jsou nedokonale oxidované, mohou významně přispívat ke vzniku vyrážek a ucívání mazových žláz.

Můžeme užívat také v tabletové formě, práškové formě a čerstvé.

Droždí je laciný přírodní zdroj zdraví a krásy a je základní surovinou pro výrobu nadýchaného pečiva.

Čerstvé pekařské droždí můžeme definovat jako jedno buňkový mikroorganismus, který patří do druhu hub.

Nejčastějším druhem kvasinek, který najdeme v droždí, je *Saccharomyces cerevisiae*. Z latiny se dá název přeložit takto: *Saccharata* znamená cukr, *myces* huba a *cerevisce* pивní. Kvasinky jsou schopné měnit cukr na oxid uhličitý a alkohol, který se během pečení odpaří. Oxid uhličitý se v cestě rozptýlí a vytvoří malé bublinky vzduchu.



Všechny druhy vitamínu B se kromě jiného podílejí na uvolňování energie ze sacharidů a tím příznivě ovlivňují lidský organismus. Když vás trápí nespavost či únava, droždí vám pomůže, protože niacin a vitamín B12 společně produkují serotonin, který má vliv na spokojený spánek.

Také pomáhá při rozvoji chuti a vůně pečiva a dokonce má vliv i na vytvoření křupavé kůrky. Nepoužívá se jen v pekařství, v závislosti od kmene vybraného droždí a způsobu množení, nachází uplatnění při výrobě vína a piva, v kosmetice a dokonce v biopalivech.

JARNÍ ÚNAVA

Jarní únava se projevuje zvýšenou náchylností k nemocem, chřipkám, virózám, bolestem kloubů, páteře, alergiím, ekzémům, průjmům, nebo naopak zácpám. Jde v podstatě o volání o pomoc organismu, který se brání nekoncentrací, špatným spánkem, výkyvy nálad, přírůstkem váhy a dalšími nepříjemnými projevy. Jestli jste se v uvedených příznacích našli, nenechávejte stav vašeho těla dojít až k onemocnění, které bude muset řešit specialista, a nastavte svůj organismus opět do rovnováhy.

Snážete se o:



Zvýšení příjmu vitamínů, nejlépe v přirozené podobě, častěji jedení ovoce i zeleniny, pití bylinkových čajů, racionálnější výživa, upřednostňování lehčích potravin (těstoviny, brambory, bílé maso), vyloučení mastných, smažených jídel a krémových moučnicků

Pohyb – rodinné výlety na kole, plavání, minimálně dvacetiminutové cvičení při hudbě nebo půlhodinová procházka denně.

Sauna, střídání teplé a studené vody při sprchování a masáž těla během koupele, které pomáhají **organismu zbavovat se škodlivých látek** a tím posilují jeho imunitu

Dostatečné větrání místností

Sluneční paprsky, které pomáhají při tvorbě serotoninu odpovědného za optimistickou náladu

Pobyt v přírodě

omezení pití kávy, vyloučení alkoholu a kouření

Dostatek spánku, může se přidat i zdřímnutí po obědě

Pravidelný příjem tekutin, zejména ovocných šťáv, minerálních vod a zelených čajů

Vyhýbání se stresu

Džus, který potlačuje únavu a vrací energii

200 gramů červené řepy

200 gramů mrkve

1 citron

1 pomeranč

1 jablko

med (volitelné)

Nejprve očistěte mrkev, jablko a červenou řepu a následně je odšťavněte v odšťavňovači.

Pak vymačkejte šťávu z citronu a pomeranče.

Nyní smíchejte vše dohromady.

Pokud chcete, přidejte do toho i 2 až 3 čajové lžičky medu na doslazení a pro vylepšení chuti.

Znovu zamíchejte, aby se med v džusu zcela rozpustil.

Nejllepší je si džus připravit vždy čerstvý – takto se v něm zachová maximum vitamínů a enzymů.

Chápeme však, že neustále mytí odšťavňovače je dost práce. Proto si můžete připravit i větší množství džusu najednou.

Nespotřebovanou část však udržujte ve skleněné láhvi a v chladničce, ne však déle než 12 hodin.

Nejllepšího efektu dosáhnete, pokud budete tento džus pít před jídlem na prázdný žaludek. Nejlépe ráno, případně před obědem nebo před večerí. Při akutní únavě užívejte podle potřeby do jejího ústupu. V případě chronické únavy nebo jiných zdravotních potíží užívejte 2 až 3 sklenice denně po dobu 1 týdne, pak si dejte týden pauzu a následně kúru znovu opakujte.





LOUŽNICKÉ DOBRŮTKY

KRŮTÍ GULÁŠ S KYSANÝM ZELÍM



500 g krůtího masa, 400 g kysaného zelí, 2 lžíce sádla, 1 lžíce vína, 2 ks stroužky česneku, 1 ks středně velké brambory, 1 ks červené masité papriky, 1 ks zelené masité papriky, 1 ks cibule, vývar nebo voda + gelový bujon 100 ml, mletá sladká paprika, pepř, sůl.

Na rozpáleném sádle osmažíme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme osolené, opepřené a na kostky nakrájené maso, to zarestujeme. Podlijeme vínem, vývarem nebo vodou, přidáme gelový bujon a dusíme do téměř měkka. Poté

přidáme překrájené, eventuálně propláchnuté zelí a po cca 10 minutách na větší kostky nakrájené papriky. Dusíme pospolu dalších cca 10 minut. Nakonec přidáme na jemno nastrouhanou bramboru, která nám to celé zahustí. Podle chuti dosolíme a můžeme servírovat.



UZENÁ POLÉVKA S RÝŽÍ A HRÁŠKEM

1 l uzeného vývaru, 100 g vařené rýže, 50 g sterilovaného hrášku, 2 ks stroužky česneku, 1 ks mrkve, petrželka, pepř, sůl

Teplý vývar přecedíme přes jemné síto, vlijeme do hrnce a přidáme nakrájenou mrkev, povaříme. Až je mrkev měkká, přidáme uvařenou rýži, sterilovaný hrášek a utřený česnek. Podle potřeby přisolíme, ochutíme pepřem, (můžeme přidat i kostičky uzeného masa) prohřejeme a podáváme teplé.



HORKÝ BOCHÁNEK

3 hrnky mouky, 1 hrnek mléka, 1/2 hrnku cukru, 1/2 hrnku másla nebo tuku na pečení, 1/4 hrnku vlažné vody, 1/4 hrnku rozinek, 2 lžíce nastrouhané citronové kůry, 1 lžíce drcené směsi hřebíčku, skořice a nového koření, 1 ks kostky čerstvého droždí, 1 ks vejce, špetka soli
Vlažnou vodu nalijeme do menší nádoby, přidáme rozdrobené čerstvé kvasnice a necháme vzejít kvásek. V hrnci rozehřejeme mléko s cukrem a máslem (tukem), když se vše spojí, necháme směs zchladnout. Do směsi pak zašleháme vejce, vzešlý kvásek, směs koření, rozinky spařené horkou vodou a prosátou mouku se solí. Vypracujeme těsto a přikryté necháme na

teplém místě vykynout přikryté vlhkou utěrkou, až se nám objem zdvojnásobí, což trvá zhruba 1 hodinu. Z vykynutého těsta vypracujeme, na pomoučeném vále, jednotlivé bochánky o velikosti naší koblíhy, vyskládáme je na vymazaný plech (případně vyložený pečicím papírem), nožem (můžeme použít i jiný nástroj) vytvoříme na vršku každého bochánku křížek a necháme kynout ještě asi půl hodiny. Nakonec povrch bochánků potřeme mlékem a pečeme při 190 °C cca 15-20 minut dozlatova. Upečené a mírně vychladlé bochánky zdobíme moučkovým cukrem, který sypeme do vykynutých zářezů (na zdobení křížů můžeme použít i cukrovou polevu) a pak moučník ihned, ještě teplý, servírujeme.



JABLEČNÝ PUDINK

4 velká jablka, šťáva z 1/2 citronu, 1 vanilkový cukr, 1 svítek skořice, 1/2 sáčku vanilkového pudinku, (Čokoládová poleva) 80 g hořké čokolády, 80 ml smetany (30%), mandlové aroma, 100 ml smetany ke šlehání, 2 lžíce pražených mandlových lupínků, 1 malé jablko.

Jablka oloupeme, odstraníme jádřince a nakrájíme na kostičky. Dáme do kastrůlku, přidáme citrónovou šťávu, cukr, skořici a 150 ml vody. Jablka krátce povaříme, pak přilijeme 100 ml vody, v níž jsme rozmíchali pudinkový prášek a ještě asi 2 minuty povaříme. Vyndáme skořici a pudink rozdělíme do sklenic a necháme vychladnout. Čokoládu se smetanou rozpustíme v horké lázni, přidáme pár kapek mandlového aroma, necháme vychladnout a nalijeme na povrch jablečného pudinku. Dezert dáme opět vychladit. Před podáváním zdobíme dotuha vyšlehanou smetanou, mandlovými lupínky a plátky jablka.

DŮM a ZAHRADA

VELIKONOCE

Svátky jara a znovuzrození přicházejí. Přivítejte je u sebe doma, již nyní, prodlužte si ten nádherný čas.





LOUŽNICKÉ TRADICE

VELIKONOCE 2022

Velikonoční čas se blíží, užijte si jej tak jako naši předci a připomeňme si jejich rozložení a kdy se co připravuje a dělá. Čeká nás 40 dnů do vyvrcholení Velikonoc, Velikonoce nejsou jenom pomlázka.



STŘEDA - 2.3.2022 - POPELEČNÍ STŘEDA - Obyčejů a zvyků v poslední masopustní dny bylo mnoho, každá vesnice, každý kraj byl něčím odlišný, měl svá specifika. Téměř všude končila masopustní zábava přesně o půlnoci. **Masopustní úterý bude 1.3.2022.** Tehdy zatroubil ponocný na roh a rychtář či někdo z radních všechny vyzval, aby se v klidu rozešli domů, protože nastala středa a s ní předvelikonoční půst. Někde zakončili o půlnoci muziku „pochováním basy“ (symbol toho, že v postu si hudebníci nezahrají), jinde o půlnoci pochovávali Bakcha. Pochování basy bylo jakousi parodií na pohřeb zemřelého marnotratníka. Do necek, na desku nebo na prostřený stůl či na máry se položila figurína nebo samotná basa pokrytá plachtou. Následoval vlastní pohřební obřad s upozorněním na domnělé prohřešky basy v čase masopustních zábav a za tklivého nářku byla slavnostně vynesena ven ze sálu a „pohřbena“. Lidé věřili, že pokud budou o masopustu tancovat přes půlnoc, objeví se mezi nimi ďábel, často jako cizinec v zeleném kabátě. Po pochování basy

čas nevázaného veselí definitivně skončil, nastal čas půstu. Sousedé si po půlnoci na rozloučenou zazpívali postní píseň a rozešli se domů. Život se opět vrátil do klidných kolejí.

1. NEDĚLE - 6.3.2022 - ČERNÁ, PRÁZDNÁ, PUČÁLKA NEDĚLE – Černou nedělí je nazývána podle černého oděvu žen, který nosily kvůli smutku ze smrti Ježíše. Kromě názvu Černá se užívají i pojmenování Liščí nebo Pučálka. Liščí neděle je odvozena od zvyku, kdy hospodyňky pekly preclíky a zavěšovaly je na stromky. Dětem se pak vyprávělo, že je nadělila liška. Název Pučálka se pojí s typickým pokrmem z praženého hrachu. Pučálka se však nazývala i maskara vystrojená do oděvu z hrachoviny, která vcházela do stavení a pro zajištění bohaté úrody rozhazovala po světnici zrna hrachu. Pučálka se nepřipravovala jen doma, ale i v hospodách, prodávali ji také pouliční prodáváci ve městech. V horním Pojizeří se tuto nedělí pekly preclíky, známé jako Ponikelské. Maminky je v noci navlékaly na pruty v zahradě a děti je ráno musely hledat.

PUČÁLKA: Hrách, voda, máslo, sůl, pepř nebo skořice.

Celý suchý hrách zalejeme vlažnou vodou, aby nabobtnal. Vodu další den slejeme tak, aby hrách zůstal napůl ponořený, a necháme jej ještě další den. To už na něm rostou malé klíčky. Na velké pánvi roztavíme lžici másla, přisypeme hrách a mírně opečeme. Jemně osolíme a opepříme. Někde se pučálka podávala sladká, posypaná skořicí.



2. NEDĚLE – 13.3.2022 - PRAŽNÁ NEDĚLE – Druhá postní neděle, se nazývá podle pokrmu z pražených, naklíčených zrn. Někdy se tato neděle označuje jako sazometná. Už svým názvem evokuje smýcení, čištění a pulírování, kterému se více či méně dobrovolně hospodyňky věnovaly.

3. NEDĚLE – 20. 3.2022 - KÝCHAVNÁ KOPŘIVOVÁ NEDĚLE – Pokud si letos na tuto nedělí kýchnete 3krát za sebou, dle pověry byste si po celý rok měli užívat pevného zdraví. V historii se však na tuto nedělí též vzpomínalo na oběti moru. V Pojizeří byla tato neděle nazývána Kopřivná. Název souvisel s vejci, vařenými v nálevu z kopřiv. Musely je jíst hlavně děti, aby byly zdravé.

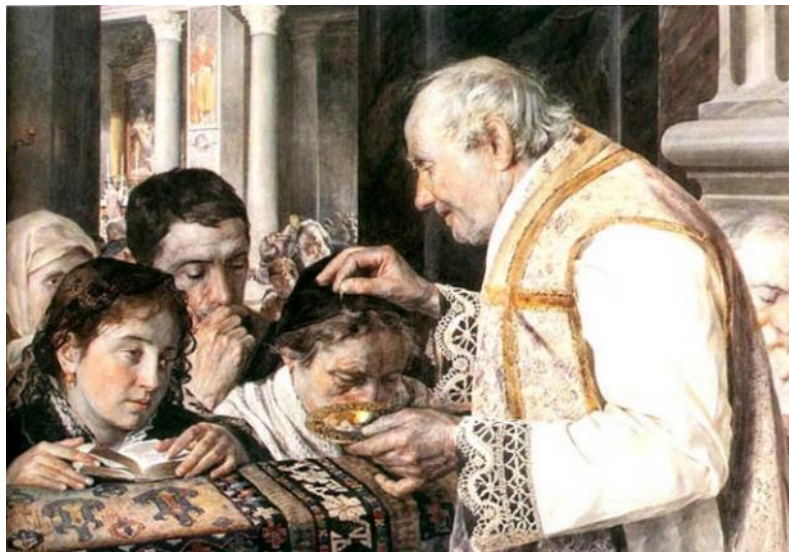
4. NEDĚLE - 27.3.2022 - DRUŽEBNÁ NEDĚLE – Na 30. března letos připadla postní neděle, při které se scházeli přátelé ke společnému posezení. Při těchto setkáních se konzumovaly typické koláče zvané "družbance". V tento den se také chodívalo na námluvy. V Pojizeří se v tuto nedělí roznášely drobečky na pole pro dobrou úrodu. Dívky si do vlasů vpletly věneček z planých hrušek, nabraly hrst drobečků a sypaly je do polí.

5. NEDĚLE – 3.4.2022 SMRTNÁ NEDĚLE – AČ smutný název, jistě na mnoha vesnicích je plný radosti a veselí. Konává se totiž rituál vynášení smrti a donášení nového léta. Bohyně smrti Morana bývá zhotovována ze slámy, ustrojena do ženských šatů a upevněna na velkou dřevěnou tyč. V některých oblastech se pálí, jinde se vhadzuje do vody. Poté se nazdobí léto, jinde též líto, které tvoří smrček zdobený vejci a mašlemi, a chodí se s ním koledovat.

6. NEDĚLE – 10.4.2022 KVĚTNÁ NEDĚLE – Květná neděle, latinsky Palmare či Dominica in Palmis, je poslední neděle v rámci čtyřicetidenního půstu. Tento den zahajuje nejdůležitější období Velikonoc – Svatý týden.

POPELEČNÍ STŘEDA – 1.3.2022

(také se jí říkalo středa bláznivá, černá a škaredá) ukončuje masopustní veselí a nastává čas střídmosti a rozjímání. Pro křesťanský svět začíná doba půstu, trvající 40 dní, na jejímž konci je oslava zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Podle církve se lidé postí, aby si připomněli Ježíšův čtyřicetidenní pobyt na poušti, kde se stravoval prostým způsobem a odolával pokušení ďábla. Po celý půst nebyly žádné tancovačky, hlučné svatby a nebylo vhodné smlouvat si noční milostná dostaveníčka.



V katolických kostelech dostávají lidé na Popeleční středu na čelo znamení kříže, které jim uděluje kněz popelem (neboli popelec), který pochází ze spálených ratolestí (kočiček) posvěcených na Květnou neděli předchozího roku. Říká při tom větu „Pamatuj, že prach jsi a v prach se navrátíš“, nebo „Obraťte se a věřte evangelium“. Tímto se věřícím připomíná pomíjivost života a nutnost pokání.

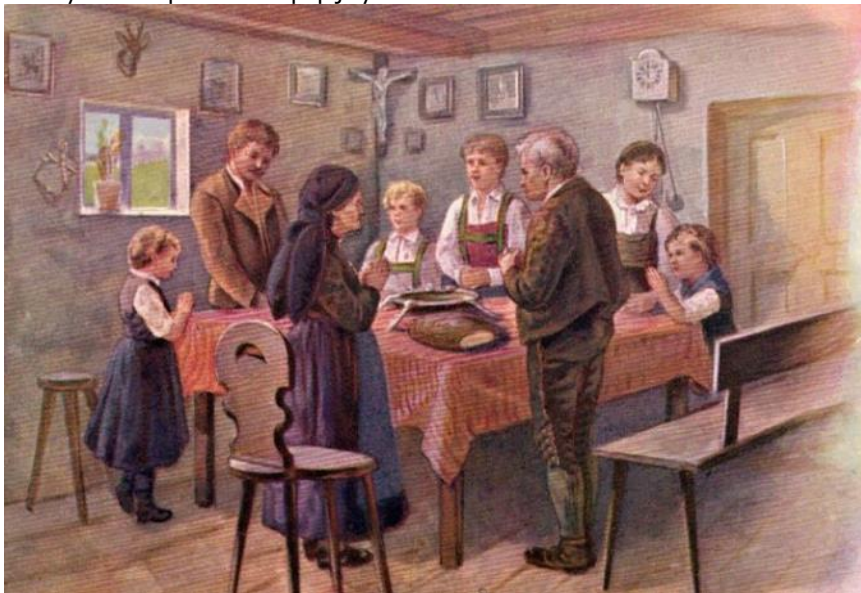
Mnozí se velmi neradi loučili s masopustem, a tak si ho prodlužovali i o tuto středu „bláznivou“, kterou vítali

tak neradi, protože jim přinášela půst a nazývali ji proto „škaredou“ – Škaredá středa je ve velikonočním týdnu, kdy Jídáš zradil Ježíše. Mnoho lidí tedy započali půst až druhý den, a tak byl čtvrtek jejich prvním dnem půstu.

Pojmenování Škaredá středa mohl vzniknout i proto, že díky sypání popele na hlavu si lid v tento den nebral k pokání svůj sváteční šat, ale vyměnil ho za škaredší oblečení. Jisté je, že se někde oblékali kající hned o popeleční středě a odtud i pojmenování je shodné s první nedělí postní: černá středa, černá neděle.

Těžké loučení s masopustem dokládá i pořekadlo: „Na škaredou středu, nerada předu. Ráda spím a co jest dobrého, všecko sním“. Tímto pořekadlem častovali muži a mládenci své ženy a dívky, které odvedly po obdržení popele z kostela přímo do hostince.

Na vesnicích chodily ráno ženy s hrncem, ve kterém měly rozpuštěné mýdlo a natíraly tváře mužům, kteří se stále neprobrali z masopustu. Kdo se tomu chtěl ubránit, musel se vykoupat. Za vydělané peníze si pak ženy kupovaly sladký likér a společně ho popíjely.



Na Hané děvčata pekla pučálku na škaredou středu a pučálka se pak jedla v hospodě. Tu, která s nimi ještě nikdy pučálku nepřipravovala, poslaly do vsi vypůjčit smyšlený pučálník, aby se pak téhle nešťastnici celá dědina vysmála.

Kdo by se o Popeleční středě napil svěcené vody, byl by po celý nadcházející rok ochráněn před komáry. Ze stejného důvodu však pili muži v tento den i kořalku, a to jen proto, aby si protáhli masopustní úterý.

Na Popeleční středu nemělo práť prádlo. V tento den by praní nic nepomohlo a prádlo by zůstalo po celý rok špinavé.

Popele se dříve užívalo i jako čistícího prostředku. Toto

znamení nás tedy vybízí, abychom vstoupili do postní doby vědomě a prožívali ji jako čas vnitřního očišťování.

PŮST

Popeleční středou začíná čtyřicetidenní postní období před Velikonocemi.

Zejména tento den, je dnem přísného půstu.

V dnešní době by měli lidé v jídelníčku vynechat maso, nebo se alternativně mohou vzdát dočasně věcí, na které jsou zvyklí a které jim ulehčují život. Namísto jízdy autem mohou jít pěšky, odepřít si mohou třeba i počítač či sociální sítě. Smyslem půstu, který zná nejen křesťanství, ale i judaismus a islám, je duchovní očista.



Popeleční středa je připomínkou pomíjivosti pozemského života, příležitostí věnovat pozornost trvalým, duchovním hodnotám. Na Popeleční středu žehná kněz při bohoslužbě popel připravený z jívových ratolestí požehnaných v předchozím roce při obřadech Květné neděle. Poté uděluje věřícím popelec: každého označí popelem na čele a řekne přitom: "Pamatuj, že jsi prach a v prach se navrátíš".

Příchodu postní doby předcházela masopust, který je naopak spojen se zábavami, průvody maškar, koledníků a konzumací jitrnic, jelítek, klobás, koláčků či alkoholu. Popeleční středa zahájí zklidnění a přípravy na Velikonoce, které jsou nejdůležitějším svátkem křesťanů. Postní střídmost a odříkání v různých oblastech života křesťany provází 40 dní – výjimku tvoří jen neděle, které na památku Ježíšova zmrtvýchvstání zůstávají vždy slavnostním dnem.

Půst skončí Květnou nedělí, kdy začíná svatý týden před Velikonocemi. Květná neděle připomíná Kristův slavný vjezd do Jeruzaléma. Datum Velikonoc se odvozuje od Velikonoční neděle, která je první nedělí po prvním jarním úplňku. Termín kolísá mezi 22. březnem a 25. dubnem.



Postní rady pro dnešní dobu:

Tradice velí nejíst v tomto období maso a nepít žádný alkohol. Jde o to, abychom dobře vyčistili játra.

Těm nejlépe ulevíme tím, že nebudeme přijímat maso, alkohol, kofein, černý čaj, mléko a budeme dbát na to, abychom pili hodně vody, ideálně i teplé, s citronem a kapkou medu (citrony navzdory své chuti jsou zásadotvorné a velmi napomáhají odkyselení).

Maso a masné výrobky nahrazují ryby. Ryba je potravinu lehce stravitelná, zdraví prospěšná, ale také je to tradiční pokrm, který symbolizuje pokoru o půstu

tolik důležitou. Navíc představuje zdroj jódu (bez kterého nemůže správně fungovat štítná žláza) a nenasyčených mastných kyselin.

Do jídelníčku se mohou přidat sýry, a to zejména čerstvé a málo tučné (lučina, žervé, tvaroh), především z ovčího a kozího mléka, které je pro nás mnohem stravitelnější. Tavené sýry jsou zakázané! Obsahují tavicí soli s fosforem a fosfáty.

Vhodné je také jíst hodně luštěnin, vlákniny a vynechat bílou mouku.

Nemělo by se konzumovat sladké, a pokud máte na něco chuť, pomůže ovoce, rozinky, ořechy, sušené české ovoce.

Dobré a zároveň velice zdraví prospěšné je tradiční nakládané kysané zelí. Je plné vitamínů, kupříkladu K a C, a minerálů, které naše tělo potřebuje. Ideální je doma naložené zelí.

Celkový detox podpoří Ostropestřec – bylinka čistící játra.

Pamatujte, že půst není hlad! Největším omylem je představa, že půst rovná se hladovění. Zvláště opatrní by měli být lidé, kteří se léčí s nějakou nemocí, jež vyžaduje specifickou úpravu stravy. Například diabetici, pacienti užívající léky na podporu ředění krve atd. Půst se nedoporučuje dětem do 15 let.



HOUBAŘSKÉ OKÉNKO s Petrem Hamplem

Pravidelně nepravidelně v houbařské sezoně

Ohnivec šarlatový

Krásná a nepřehlédnutelná houba, u nás méně známá.

Roste koncem zimy a časně na jaře v hájích a parcích z ležících větví listnáčů a zetlelých kořenů v zemi ukrytých. Plodničky jsou 2 až 5 cm široké, číšovitě až miskovité, masité, křehké a posléze roztrhané. Uvnitř jsou nádherně šarlatově červené, vně bílé pýřité. Třeň je kratičký, obvykle ponořený v zemi. Nejlépe se vyjímá, je-li zem poprášena sněhem. Jemu podobný druh je ohnivec rakouský, nebo jurský.

V české houbařské literatuře se obvykle uvádí, že žádný z druhů ohnivců není jedlý, ve Francii je kuchaři používají ke zdobení pokrmů.



Na Ralsku fotil Jirka Vondrouš



Foto: Internet



Dvě barevné modifikace ohnivce šarlatového



a ohnivec rakouský.

Obě foto J. Malý

Zpracoval P.H.



LOUŽNICKÁ HISTORIE

Přepis kroniky obecné školy v Loužnici 1905–1930

Školní rok 1924–25

Školní knihovna

Do žákovské knihovny zakoupeno z darů na školní pomůcky: 32 knih vázaných od firmy Hejl Tišnov, 2 knihy Seton Thompsonovy a darem od okresního výboru zvětšena třemi spisy.

Dary

Na školní pomůcky darovali: „Sbor hasičský“ z výtěžku plesu 400,- Kč (na šicí stroj) a 50,- Kč ze sjezdu na Moravu, Vojtěch Linka 200,- Kč a 400,- Kč (na uhlí do školy), František Prokop 65,- Kč, Petr Blažek 50,- Kč, Marie Hnyková při pohřbu své matky 50,- Kč a František Šourek 250,- Kč při intervenci propachtovného za výměnu pozemku, z výstavy ručních prací 130,- Kč.



Sociální péče

Na ošacení chudé školní mládeže věnoval Vojtěch Linka 500,-. Sbor učitelů umístil do „Prázdninové péče“ 2 chlapce a 2 dívky z Litoměřic ve 4 rodinách. Na oslavu 75. narozenin našeho Osvoboditele uspořádal učitelův sbor mezi občanstvem sbírku, již vybráno 693,- Kč, z nichž 263,- zaslány „Československému červenému kříži“ a 430,- Kč pro „Masarykovu Ligu“, Zemské komisi z výnosu ručních prací 100,- Kč.

Spořivost žactva

K spořivosti žactva značně přispělo zřízení školní spořitelny. Žactvo uložilo v tomto školním roce 813,- Kč, jež vloženo na vkladní knížky do místní Kampeličky.

Výstava ručních prací

Koncem roku 21. června 1925 uspořádána s velmi zdařilým výsledkem výstava ručních prací, jež navštívilo nejméně 300 lidí. Dobrovolných příspěvků se vybralo 230,- Kč, jež odevzdány výše naznačených účelům.

Výlety žactva

Výlety žactva konány: I. třídy 26.6.1925 na Krajinskou výstavu do Turnova a malou Skálu. II. třída 22.-24. června do Prahy. Oba výlety se velmi zamlouvaly.

Vzdělání učitelů

Třídní učitel Karel Tůma navštěvoval po celý rok vždy v sobotu a v neděli „Vysokou školu pedagogickou“ v Praze.

Inspekce

Inspekci na zdejší škole vykonal pan školní inspektor Josef Skopeček ve čtvrtek dne 25. června 1925.

Foto: Pohled na hospodu U Linků - kolorováno

Pokračování příště....

Souhrn Loužnické historie najdete také zde: <https://www.louznice.com/obec/kronika-historie-obce/>





STŘÍPKY Z HISTORIE „KNIHA ŠŤASTNÉ ŽENY“ z roku 1933

Mateřské mléko je nenahraditelné

Matky se někdy příliš lehkomyšlně domnívají, že nemohou kojiti. Ale vždycky skoro, se stopou dobré vůle, se podaří uvést prsy do činnosti. Leč pouze úplným vyprazdňováním stoupá vyměšování mléka. Proto bývá tu a tam příkazem nutnosti, po kojení dítěte, které se brzy unaví, vymačkat prs rukou. I tu však je nejlépe vyčkatí lékařovy rady. Překoná-li matka počáteční obtíže prvních dnů, postará se později dítě samo svým silnějším ssáním o zvýšení vydatnosti prsů.

Nechť si matky uvědomí, že jejich první povinností jest, aby samy kojily své děti. Ani největší láska a pečlivá starostlivost nemohou nahraditi přirozenou mateřskou výživu. Zkušenost praví, že z uměle vyživovaných dětí jich umírá pětkrát více, než dětí kojených matkami. A i kdyby matka mohla kojiti pouze několik měsíců, i kdyby její mléko nedostačovalo, i kdyby se dítě musilo přikrmovati uměle, to je směsí kravského mléka — i tehdy je zisk, který z toho má dítě nekonečně velký v porovnání s naprostým odříkáním mateřskému mléku.

Umělé vyživování

K tak zvanému umělému vyživování dětí se hodí stále ještě nejlépe prosté, v domácnosti matky připravované směsi mléka. Velké množství již v továrnách nebo drogeriích připravovaných a někdy podle zvláštních předpisů smísených poživatin pro kojence mohou zdravé děti dobře postrádati. Nemocným dětem tyto přípravky jsou namnoze nebezpečné a jejich používání se dovoluje pouze z návodu lékaře a způsobem jím stanoveným.

Žádná uměle připravená potrava se ve svém složení a obsahu nevyrovná mateřskému mléku; žádná taková směs není tak dobrou ochranou před střevními chorobami a nic nepodporuje uzdravení nemocného dítěte tak znamenitě, jako mateřské mléko.



Umělá výživa je vždy pomocí z nouze

Žádná náhražka není rovnocenná mateřskému mléku. Umělá výživa v jakékoliv podobě bude vždy výpomocí z nouze. Nejde tedy o nic jiného, než zvoliti stravu, která se podle všeobecné zkušenosti, učiněné s umělou výživou, u většiny dětí osvědčila. Prosté zředování kravského mléka ovesnou kaší, nebo moučnou polévkou jsou stále ještě nejlepšími způsoby výživy a může se jich použiti ve všech případech.



HISTORICKÉ OKÉNKO

Rubrika, kde je porovnána fotografie z minulosti se současnými pohledy.

Pohled přes hasičárnu k hospodě U Linků a ke kartonážce.





PRO ZASMÁNÍ



Baví se dva chlapi:

Jak to, že Tě stará pustila do hospody?

Dal jsem ji do vany pěnu, aby mě nezdřovala. A to byla nějaká omlazující pěna? Ne, montážní...

Proč vždy doporučuje novou zubní pastu jen devět dentistů z deseti? Co je zač ten jeden debil, co se mu furt něco nelíbí?

Jde dítě s ADHD spát a počítá ovečky:

„Jedna ovečka, druhá ovečka, třetí ovečka, třetí slepice, koza, kráva, kůň.... Strýček Donald farmu měl,... héééj makaréeéna!!“

Dnes se mládež neumí zabavit. Samé PC, PlayStation, mobily! To já když byl mladý jsem vzal luk a kámoš jablko. Dnes by mu bylo 40.



MOUDRÁ VĚTA

Nikdo tě nemůže udělat šťastným, dokud nebudeš spokojený sám se sebou.



TIRÁŽ

Loužnický Zpravodaj © Loužnice 2020

TomMat, <http://www.tommat.cz/kontakt.htm>

REKLAMA: Pokud máte zájem uveřejnit svou reklamu na našich stránkách Zpravodaje, není to žádný problém. Samozřejmě, že Loužničtí zde mají reklamu zdarma a mají přednost. Ohlaste se na e-mail: info@TomMat.cz

LOUŽNICKÝ ZPRAVODAJ

vychází pouze v elektronické podobě, není a nikdy nebyl nikým placen, ani sponzorován.

Vše je pouze v režii a v nákladech TomMat.

Ve smyslu zákona č. 46/2000 Sb., (tiskový zákon), není elektronická podoba novin, časopisů apod. považována za periodický tisk a Ministerstvo kultury takto šířená periodika neeviduje.

OBCHOD LOUŽNICE

Pondělí	8.00 – 16.00 hod
Úterý	8.00 – 16.00 hod
Středa	8.00 – 12.00 hod
Čtvrtek	8.00 – 16.00 hod
Pátek	8.00 – 16.00 hod
Sobota	Zavřeno
Neděle	Zavřeno



POŠTA LOUŽNICE - OTEVÍRACÍ DOBA

Pondělí	08:00 - 11:00
Úterý	14:45 - 17:45
Středa	08:00 - 11:00
Čtvrtek	14:45 - 17:45
Pátek	08:00 - 11:00



Nové telefonní číslo pošta Loužnice: 954 246 823.

HOSPŮDKA NA ZÁDUŠÍ

OTEVÍRACÍ DOBA:

Čtvrtek	18:00 - 22:00 hod
Pátek	18:00 - 24:00 hod
Sobota	18:00 - 24:00 hod
Neděle	18:00 - 22:00 hod

Na čepu Rohozec 10, Svijany 450, Nealko Pomelo - Rohozec (Točené i plechu)





TIPY NA VÝLET

KAM V LOUŽNICI NA ŠPACÍR?



Nevíte kam se jít v Loužnici projít?

Zde Vám poradíme několik tipů nejenom v rámci katastru obce, ale také do okolí. Vždy mějte na paměti, že se chováme ohleduplně k přírodě, svému okolí, odpadky vyhazujeme do koše a neničíme nic v přírodě ani v obci.

Děkujeme, že budete správnými turisty v naší obci. OÚ Loužnice

https://www.louznice.com/e_download.php?file=data/editor/142cs_3.pdf&original=TIPY%20NA%20V%C3%9DLITY%20V%20LOU%C5%BDNICI%20II.pdf 



Dalším tipem na výlet jsou "Loužnické lavičky"

Lavičky v okolí Loužnice usadili, ve čtyřicátých letech, pan Mnislav Bernt a pan Jaroslav Bernt, ještě nyní jsou po nich leckde vidět betonové sloupky.

Pan Jaroslav Bernt tak nyní ctí odkaz svých předků a tyto lavičky opět probouzí k životu, aby posloužili k odpočinku, k výletům a krásným rozhledům do krajiny. Je to krásný počin a věříme, že budou dlouho sloužit a přinášet chvíle odpočinku všem pocestným. Postůj poutníče!

Na chvíli usedni, po kraji se rozhlédni, ať síly načerpáš na další pouť.

https://www.louznice.com/e_download.php?file=data/editor/142cs_2.pdf&original=LOU%C5%BDNICK%C3%89%20LAVI%C4%8CKY%202021.pdf 

https://janeklouzniceii.rajce.idnes.cz/LOUZNICKE_LAVICKY/ 


TomMat
 ing. Tomáš Matěáško

602 442 720
 info@tommat.cz

TOM
MAT




Úvod O mně Služby pro PC Služby pro WEB Otevírací doba Kontakt



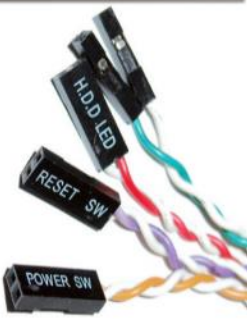
... TomMat vyřeší všechny Vaše problémy s výpočetní technikou ...



Vítejte u TomMat

Komplexní řešení všech problémů okolo PC

- Máte problémy s Vaší výpočetní technikou?
- Přestává Vám fungovat Váš osobní počítač, notebook, netbook, ultrabook, tablet?
- Potřebujete nainstalovat nové programy nutné pro Vaši práci, ale nevíte si rady?
- Potřebujete zrychlit PC a nebaví Vás stále čekat?
- Chcete propojit více Vašich PC do sítě, ale nevíte jak?
- Chcete prezentovat Vaši práci (služby) na internetu, ale nevíte jak vytvořit WEBovou prezentaci?
- Zdají se Vám služby všech firem zabývajících se problémy s PC moc drahé?
- Používáte počítač pro práci nebo jenom pro zábavu, ale jinak jste laik a bojíte se na něco zeptat?





Tak to jste zde dobře - TomMat Vás těchto problémů zbaví!

Nabízím následující služby:

- Oprava nefunkčního PC (zavolejte a já přijedu, nebo PC rovnou přivezte).
- Zrychlení Vašeho PC (výměna pomalých komponentů, SW i HW vyčištění).
- Instalace nových programů a základní proškolení (vše vysvětlím na místě i pro úplné laiky).
- Instalace jednoduché sítě u Vás doma i ve firmě (propojení kabelem, přes WIFI, pomocí Powerline LAN přes zásuvku).
- Vytvoření jednoduché WEBové prezentace, zajištění domény i prostoru.
- Jednoduché základní proškolení obsluhy PC (WINDOWS i jednotlivé programy).
- Nejsem velká firma - proto mám lidové ceny a osobní přístup. Nebojte se zeptat na cokoliv - poradím ihned nebo zjistím co nejdříve.

Nevěšte hlavu do dlani - společně problém určitě vyřešíme!



Copyright © 2014 - TomMat

info@tommat.cz

Designed by TomMat

<http://www.tommat.cz/>

UBYTOVÁNÍ V SRDCI JIZERSKÝCH HOR

Chata BAJAMA

BEDŘICHOV



<https://www.bajama.cz/cs/>

Co nabízíme?

- parkování u chaty
- ubytování ve 12 pokojích ve dvou patrech
- domácí česká kuchyně, jídelna s barem pouze pro ubytované
- nekuřácké prostředí
- možnost uspořádání svateb, firemních školení, abiturientských večírků, lyžařské školy, školy v přírodě
- letní terasa s grilem, ohniště
- prolézačky a pískoviště pro děti
- uzamykatelná kolárna a lyžárna
- servis na kola i lyže
- obchůdek se sportovním zbožím, pro ubytované 10% sleva na zboží
- možnost průvodce na kole
- po dohodě možnost zajištění instruktora lyžování s licencí
- wi-fi připojení zdarma
- společenská místnost



WEB: www.tfnet.cz E-mail: obchod@tfnet.cz

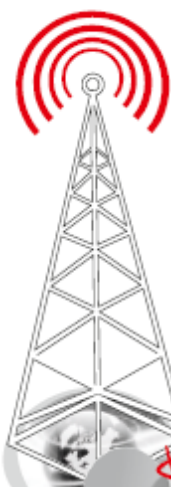
PŘIPOJTE SE K NÁM

INTERNET PRO KAŽDÉHO

Bezdrátové připojení:

Tarif	DOWNLOAD	UPLOAD	Cena s DPH	
S08	4 Mbit/s	0,5 Mbit/s	201,00 Kč	
S09	6 Mbit/s	0,5 Mbit/s	254,00 Kč	
S12	15 Mbit/s	1 Mbit/s	363,00 Kč	TIP !
N16	25 Mbit/s	4 Mbit/s	401,00 Kč	Pouze MIMO, ac
N24	35 Mbit/s	4 Mbit/s	501,00 Kč	Pouze MIMO, ac

- Připojení bez datového omezení FUP, omezená je pouze rychlost dle zvoleného tarifu.
- Zapůjčení zařízení pro připojení rodinného domu je zdarma při podepsání smlouvy na 24 měsíců a využíváním tarifu v minimálním měsíčním paušálu 363,- Kč.
- V případě poruchy vašeho zařízení, provádíme servis nejpozději do 48 hodin.
- Proměření dostupnosti pokrytí, provádíme zdarma.



Pro více informací nám napište, nebo zavolejte:

Tel.: 484 350 000

E-mail: obchod@tfnet.cz

www.tfnet.cz

TFnet s. r. o., Masarykova 203, 468 22 Železný Brod

STARÁME SE O TEPLO VAŠEHO DOMOVA

iQ vytápění

Kompletní úsporné systémy vytápění

Občanská 1328, 468 51 Smržovka

e-mail: info@iqvytapieni.cz, tel.: +420 483 311 158

www.iqvytapieni.cz



<https://www.facebook.com/lucia.pedikura>



PEDIKÚRA

Lucie Zajícová

Péče o vaše nohy v pohodlí domova

Hodina odpočinku při níž si užijete:

- Relaxační koupel
- Celkovou pedikúru nohou
- Závěrečnou masáž nohou

Kontakt:

- +420 608 034 648
- zajicova.lucka25@gmail.com
- facebook.com/Lucia Pedikúra



ZBOŽÍ NEJEN PRO ŠKOLÁKY

PAPÍRÁČEK

- papírnictví v Železném Brodě

papír
Ráček





KADEŘNICTVÍ EXTRAVAGANT

dámské
dětské
pánské

Jana Moravcová Josisová
Držkov 145
Tel.: 774 666 757

KOSMETIKA·MASÁŽE

CÍTÍTE SE UNAVENI A CHCETE SI ODPOČINOUT?
PŘIJDTE SE PODÍVAT
A VYZKOUŠET ÚČINKY PŘÍRODNÍCH
ÉTERICKÝCH OLEJŮ.

NABÍZÍM VÁM:

- celkové kosmetické ošetření
- čištění pleti
- masáž obličeje, krku, dekoltu
- barvení řas a obočí
- epilace teplým voskem
- aromaterapeutickou masáž zad, šíje, končetin
- baňkování



OBJEDNÁVAT SE MŮŽETE NA TELEFONU: 603 398154
(nejlépe ve večerních hodinách od 17-20 hod.)
Otevřeno v pondělí a středu, ev. pátek.

Těším se na Vás v provozovně v Držkově na náměstí, v přízemí, kde se nachází
pošta a kadeřnictví.

Michaela Kordíková, Držkov 189, 468 23