

Vážení občané,

jsou mimořádně horké dny a každý z nás jistě očekává osvěžující kapky deště. Tak nějak je to i s naší fyzickou vitalitou. Právě proto přichází čas dovolených, abychom načerpali novou sílu a elán do dalších dní letošního roku. Přeji všem příjemnou dovolenou ať doma či u moře. Dětem přeji krásné letní prázdniny, aby je užívaly na zasloužený odpočinek, na hry a hlavně na čilý pohyb na zdravém vzduchu. V každých okamžicích mějme na mysli své zdraví a bezpečnost všech, které budeme potkávat v autě, na kole či při pěších procházkách. Přejme si, aby čas dovolených a prázdnin byl časem skutečného odpočinku a ne stresu. Nesmíme také zapomenout na úrodu na našich polích a zahrádkách. Pěkné ovoce, zelenina a jiné výpěstky našich zahrad jsou tou nejlepší odměnou za odvedenou dřinu. To vše Vám přeje

starosta.

Zvonek zvoní, škola končí

Školní výlet do liberecké Zoo

Ve čtvrtek 7.6.2007 naše škola ZŠ Podbřezí a ZŠ Bílý Újezd jela do ZOO do Liberce. V ZOO jsme viděli různá zvířata. Například lva, který byl strašně líný. Když jsme se dívali na zvířata, v tu dobu začalo pršet, tak jsme si na sebe brali pláštěnky. Schovali jsme se ke stánku, kde jsme si nakupovali například pohledy. Měli jsme jet na Ještěd a do botanické zahrady, ale když pršelo, tak jsme jeli domů. Protože pršelo, nejeli jsme na Ještěd ani do botanické zahrady, tak jsme se cestou stavili v Novém Městě nad Metují na zmrzlinu. Když jsme s chutí snědli zmrzlinu, tak jsme se vydali na cestu. Pan řidič autobusu všechny děti rozvozil domů. Všichni dojeli v pořádku!

Autoři: Daniel Mňuk, Lucie Mervartová a Kateřina Provazníková.

Ve čtvrtek 7.6. 2007 jsme jeli na výlet do zoo v Liberci. Jela s námi škola Bílý Újezd. V zoo jsme se navačili. Po svačině jsme se šli kouknout na zvířata. Při procházce v zoo nás přistihla bouřka. Schovali jsme se. Když nepřestalo pršet, šli jsme do autobusu. Cestou domu jsme se stavili v Novém Městě nad Metují na zmrzlinu. Nakonec jsme všichni dobře dojeli domů.

Autoři: Barča Volfová, David Bohunek a Filip Umlauf

***My všichni ze ZŠ Podbřezí Vám přejeme
krásné prázdniny a dovolenou, hodně sluníčka, pohody a odpočinku.***

Ze života obce

Z usnesení Zastupitelstva obce Podbřezí ze dne 20. 6. 2007

Zastupitelstvo obce Podbřezí bere na vědomí

1. Kontrolu plnění dříve přijatých usnesení

Ze schůze ZO dne 29. 8. 2005 starostovi obce Antonínu Novotnému:

- S notářkou Ševců a Šrámovou spolupracovat ohledně dořešení dluhů v majetkových poměrech občanů a dodatečného převodu pozemků jak v Podbřezí, tak i ve Lhotě – úkol trvá.

Ze schůze ZO dne 27. 2. 2006 starostovi obce Antonínu Novotnému

- Dořešit koupi 1/3 cesty a rybníčku na návsi ve Lhotě parc. č. 1214 a 14 v k.ú. Lhota u Dobrušky od Jany Bajerové z Dobrušky – úkol trvá.

- V případě kladného jednání s paní Bajerovou podat žádost o dotaci na rekonstrukci rybníčka ve Lhotě Netřebě – úkol trvá.

- Jednat s městem Dobruška o vypracovaném a schváleném Dodatku č. 1 k Veřejnoprávní smlouvě, aby tento byl podepsán všemi účastníky a stal se závaznou normou – úkol ukončen.

Ze schůze ZO dne 17. 7. 2006 starostovi obce Antonínu Novotnému

- Zajistit projektanta a následně řešit návrh na vybudování víceúčelového sportoviště. Požadovaný prostor zaměřen výškově i prostorově a tyto podklady budou předány projekční kanceláří PINKO v Rychnově nad Kněžnou, která bude zpracovávat projekt – úkol ukončen.

Ze schůze ZO dne 19. 9. 2006 starostovi obce Antonínu Novotnému

- Připravit článek o možné variantě přehrady, která začala být plánována v roce 1926 nad splavem u židovského hřbitova a při volbách do zastupitelstva obce Podbřezí, pokud to bude vůbec aktuální, uspořádat na toto téma referendum – úkol ukončen.

Ze schůze ZO dne 6. 12. 2006 starostovi obce Antonínu Novotnému:

- Sledovat vyhlášení jednotlivých dotačních titulů a dle potřeby spolufinancování připravených akcí podávat žádosti na získání finančních prostředků – **úkol trvá.**
- Zjistit stav poškození komunikace III. třídy ve směru na Dobré vlivem podvrtnu u Šimkových a dle potřeby zajistit opravu - **úkol trvá.**

Ze schůze ZO dne 28. 3. 2007 starostovi obce Antonínu Novotnému:

- Zabezpečit povrchové úpravy po výkopech vodovodních kanálů, hlavně na loukách a sadech – úkol trvá.
- Požádat Pozemkový úřad v Rychnově nad Kněžnou o možné změně katastrálního území. Informace získána - úkol ukončen.

2. Informace starosty

- Do konce měsíce června bude podána žádost o vydání stavebního povolení na výstavbu bytu v hostinci Skalka, dotace přislíbena z Fondu rozvoje bydlení Praha.
- Je dokončena projektová dokumentace na víceúčelové sportoviště, kterou vypracovala projekční kancelář PINKO Rychnov nad Kněžnou, po vydání závazného stanoviska Městského úřadu odboru školství, kultury, mládeže a tělovýchovy bude požádáno o vydání stavebního povolení.
- Ve dnech 13. – 20. 6. 2007 se starosta zúčastnil jako předseda hodnotící komise jednání s obcemi, které se přihlásily do soutěže Vesnice roku Královéhradeckého kraje v roce 2007.
- Osazeny nové nerezové rozvaděče VO ve Lhotě a Škutíně, namontovány nové elektronické hodiny v rozvaděči VO Podbřezí, namontováno 15 nových úsporných svítidel, osazen sloup VO za hostincem a provedeno nové očíslování sloupů veřejného osvětlení nerezovými štítky.
Nyní jsou na štítku dva číselné údaje. Horní údaj udává číslo rozvaděče, dolní údaj je pořadové číslo jednotlivých sloupů VO. Proto je nutné v případě ohlášení poruchy na VO hlásit vždy obě čísla. Pro Vaši informaci má rozvaděč VO v Podbřezí č. 1, ve Lhotě 2, na Škutíně u Petříkových 3, Chábory 4 a rozvaděč VO u Aldorfova mlýna má 5.
- Je osazen nový stojan na mapu cyklotras pod zámek Skalka.
- V květnu bylo provedeno odvodnění u sochy sv. Antonína nad hostincem.
- Také byly provedeny terénní úpravy v prostoru „Posezení na mlatě“ a stánku pro grilování.
- Jsou připraveny k osazení dvě lavičky (u řeky směrem k židovskému hřbitovu a naproti zámku směrem ke Studánce).
- Po kontrole pracovníků Hygieny z Rychnova n.K. budou nutné další drobné stavební úpravy hostince.
- Oprava obecního úřadu se začne realizovat letos po hlavních školních prázdninách.
- Byly zakoupeny dva kontejnery na papír, občany žádáme o třídění odpadů - též i na Studánce.
- V současné době probíhá kontrola z Finančního úřadu v Rychnově nad Kněžnou na výstavbu tří bytových domů v Podbřezí.
- V nejbližší době začne oprava místní komunikace ke Studánce včetně instalace nového zábradlí nad strouhou přímo v osadě Studánka.

Zastupitelstvo obce Podbřezí schvaluje:

1. Prodej obecního pozemku parc. č. 860 o výměře 460 m² ostatní plocha, ostatní komunikace v k.ú. Podbřezí za cenu dohodou ve výši 1380,- Kč a to manželům Ehlovým, bytem Podbřezí Chábory č.p.

57. Vklad bude hradit kupující, daň z převodu nemovitosti prodávající.
2. Odkoupení dílu „a“ z pozemku parc. č. 558 k.ú. Lhota u Dobrušky o výměře 39 m² od pana Brožka, bytem Podbřezí 99, za cenu dohodou ve výši 1 950,- Kč. Náklady na zaměření, vklad a další drobné výdaje budou děleny ideální polovinou pro každého účastníka.
 3. Příspěvek SDH Chábory na brožuru ke 130. výročí založení sboru ve výši 4 000,- Kč.
 4. Příspěvek SDH Podbřezí na úhradu nákladů spojených s pobytem na hasičských slavnostech v Litoměřicích ve výši 6 000,- Kč.
 5. Rozpočtové opatření č. 2/2007

Zastupitelstvo obce Podbřezí doporučuje:

1. Pozastavit jednání o prodeji části obecního pozemku ing. Pavlu Felcmanovi až do konečného jednání se všemi zúčastněnými stranami.

Zastupitelstvo obce Podbřezí ukládá:

Starostovi obce Antonínu Novotnému:

1. Zaslát doporučený dopis ing. Karlu Šolínovi ohledně volného pohybu psa z domu č.p. 2 v Podbřezí.

Jak se dařilo

30. dubna 2007 se již tradičně konalo na místním hřišti v Podbřezí pálení čarodějnic.

Na hřišti ve Lhotě místní nadšenci tradičně uspořádali pro děti také oslavu tohoto dne formou soutěží a her i s občerstvením.

Čáry – máry – fuk, holka nebo kluk, v pondělí se neučíme stanou se z nás čarodějnice!

... a taky se staly. V pondělí 30. dubna se všichni žáci i paní učitelky ZŠ Podbřezí změnil v krásné čarodějnice a vyrazili na „Čarodějnický rej“ po obci. Nejdříve jsme zalétli na obec navštívit pana starostu. Měl sice důležitou schůzi s paní senátorkou Domšovou a s ostatními starosty, ale náš přilet s čarovnou básničkou se jim velmi líbil. Sluníčko se na nás vesele smálo, a tak jsme čarovali celé dopoledne. Před obědem jsme si ještě zasoutěžili. Dopravní prostředek – koště jsme využili v netradičních čarodějnických disciplínách – hod koštětem co nejdál, slalom, předávání koštěte, fotbálek. Poslední dubnový den se nám opravdu vydařil.

Za ZŠ Podbřezí Mgr. Dana Krejčíková

Z činnosti klubu skaleckých turistů

Kromě pravidelného květnového špacíru jsme uskutečnili vydařený pochod **1. května 2007** za poznáním krásné rozkvetlé přírody v okolí naší vesnice. Tento pochod byl připraven pro turisty z Rychnova n. Kn. a Jahodova. Hosté si prohlédli židovský hřbitov, dále se šlo nad Zlatým potokem pěkně upravenou lesní pěšinou kolem Lhoty na Škutinu. Za silného větru a doušku dobrého moku na svěží dech jsme společně s Machovými pokračovali k Plištilům. Po krátkém odpočinku s pohoštěním jsme vyrazili směr Cikánka přes Žákovec k písničku. Zde se nám otevřel výhled na Orlické hory a Krkonoše. Dál po louce směr přes Pařezovou, Miškov ke Studánce. Po občerstvení následovala prohlídka kaple a okolí. Šlo se 12 km při počtu 28 turistů. Spokojení hosté odjízďeli autobusem a ostatní pěšky do svých domovů.

6. 5. 2007 následoval tradiční špacír za jarními krásami našeho kraje. Ráno za pošmorného počasí vyjíždíme z návsi auty směr Sendraž v základní sestavě 8 lidí, kde nás čekal další člen výpravy coby průvodce. Trasa začíná na Sendraži už pěšky přes kopec – krpálem na Holubí palouk, směr Trojmezí, panství Bartoňovo, Frimburk a Česká Čermná. Cesta vede dál kolem skalnatého masívu Kozích hřbetů do Pekla u Nového Města n. Met. Během cesty se počasí umoudřilo a bylo nám dopřáno překrásných výhledů po okolí. Po krátkém občerstvení se vracíme na Sendraž k autům. Škoda, že se tak vydařeného špacíru nezúčastnilo více turistů.

KST Podbřezí

Na **20. května 2007** pozval starosta obce u příležitosti Dne matek spolek nadšenců SPONA ze Suchého Dolu u Police nad Metují, aby předvedl „módní přehlídku napříč staletími“.

Kolekce oděvů to byla zajímavá a oživila vzpomínky na doby minulé ještě ne zcela zapomenuté. Fotografie z celé akce jsou umístěny na našich webových stránkách ve fotogalerii. Je možné se na ně podívat i v místní knihovně, kde je internet pro veřejnost zdarma. Děvčata i méně zdatným s internetem pomohou. Knihovna je otevřena každé pondělí od 18 – 19 hodin.

Módní přehlídka i v pánském provedení



I přes dusné počasí s hrozící bouřkou uspořádaly ženy v **neděli 10. června 2007** na hřišti za základní školou formou sportovní olympiády dětský den. Tentokrát se zúčastnilo hodně dětí předškolních, takže se pomalu zábavnou formou připravují na školu. Nesměli chybět i naši nejmladší hasiči, jenž předvedli, jak zvládnou pravý hasičský útok, který pravidelně trénují na návsi. Završením celého odpoledne byla odměna v podobě opékání buřtů nad ohněm.



Útok nejmladších hasičů



Diplom nejmladším účastníkům

Skalečtí sportovci pořádali na místním hřišti v **pátek 15. 6. 2007** rockovou zábavu, na které hrála skupina BLADDEX. Na počasí jsme měli opět štěstí, takže účast byla hojná a zábava se vydařila.

V sobotu 16. 6. 2007 hrál na DISKOTÉCE DJ Martin SILVER a hosté. O půlnoci jsme po roční pauze uspořádali několik netradičních soutěží o zajímavé ceny.

Touto cestou děkuji všem pořadatelům za přípravu a hladký průběh obou akcí.

Za SK Skalka Novotný Miloš

Dne 8. dubna 2007 jsme po delší době uspořádali pomlázkovou taneční zábavu, k poslechu a především k tanci hrál pan Nágel a spol.. Poděkování za uskutečnění velice vydařené akce patří mladším hasičům, kteří zajistili zdárný průběh a ke každé vstupence upletli pomlázku.

Dne 12. května 2007 se náš sbor jako již tradičně zúčastnil okrskového cvičení, tentokrát v Pohoří. V zastoupení jsme měli jedno družstvo žen a jedno mužů. Obě družstva se umístila dobře.

Dne 14. 6. – 17. 6. 2007 se zástupci našeho sboru zúčastnili Hasičských slavností v Litoměřicích. Přípravy na tyto slavnosti začaly již po slavnostech v roce 2001, kde jsme byli pouze jako návštěvníci. Zde se vlastně zrodila myšlenka znovu zrenovovat naši motorovou stříkačku z roku 1934. Renovace začala již na sklonku roku 2004 a dokončena byla v roce 2005. Poprvé se představila při příležitosti 120. výročí založení našeho sboru. Měli jsme konečně techniku, se kterou se můžeme pochlubit široké veřejnosti. V roce 2006 bratr Josef Stodůlka přivezl do hasičské zbrojnice další unikátní kousek, který bylo třeba zrenovovat. Jedná se o ruční stříkačku z roku 1868. Společně s několika členy sboru se podařilo stříkačku zrenovovat a svoji premiéru si odbyla právě na hasičských slavnostech. Naše obě stříkačky se v Litoměřicích neztratily. Těšily se velkému zájmu z řad návštěvníků, organizátorů a hostů. Osobně si je prohlédl ministr vnitra Ivan Langer, generál poručík Miroslav Štěpán a starosta Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska pan Richter. Vyvrcholením byla ukázka funkčnosti naší historické techniky. Vše se zdařilo k plné spokojenosti jak nás samotných účastníků, tak i diváků, kteří se této ukázkou zúčastnili. O tom, že byl o naši techniku, ale i obec Podbřezí zájem, svědčí spousta propagačního materiálu, který jsme návštěvníkům a vystavovatelům předali. Snad největší zájem byl o kalendářik s družstvem žen, hasičskou stříkačkou a hasiči v dobových uniformách. Naši zástupci sboru se zúčastnili křtu třetího dílu knihy o historických stříkačkách, kde je naše technika prezentována. Při slavnostním ukončení v neděli dopoledne náš sbor obdržel z rukou předsedy slavností pana Hejduka a místopředsedkyně slavností paní Borlové pamětní list a medaili. Za všechny zúčastněné mohu říci, že slavnosti nás velice překvapily svým programem a vynikající organizací. Víme, že v roce 2010 na pátých slavnostech nebudeme chybět. Jen s povzdechem v sobotním průvodu městem jsme pozorovali množství čtyřkolových stříkaček tažených koňmi. Takováto technika byla kdysi majetkem i našeho sboru. Prezentovali jsme se alespoň jako účastníci průvodu s praporem, který sbor zakoupil v roce 2005. Fotografie našich stříkaček putují do sborů v České republice, Polsku, Maďarsku a Slovensku. Dále pak do sbírek vystavovatelů a zájem-

ců o historickou techniku. Za svoji osobu děkuji všem, kteří se těchto slavností účastnili a obětovali spoustu volného času, dovolené a financí na propagaci SDH.

Za SDH Podbřezí –Skalka Pavel Mertvart, starosta sboru

Setkání s ministrem Langerem



Lucka s Bárrou

Úspěchy našich nejmladších zákyň

Nejen celá vesnice, ale i jednotlivci jsou v kraji vidět. Lucka Mervartová a Bára Volfová začaly v tomto školním roce navštěvovat ID team aerobik v Dobrušce pod vedením Ivety Daňkové. Teprve od listopadu 2006 jezdí na soutěže a už slaví úspěchy. Lucka po ukončení čtvrtého kola Zlatého poháru v aerobiku skončila na celkovém 17. místě ve Východočeském kraji (a to asi ze 120 dalších dívek). Obě, Bára i Lucka, postoupily také z krajského kola soutěže o Minimiss ČR v aerobiku s dalšími osmi do Prahy. Mezi 115 dívkami z celé republiky slavila větší úspěch Bára, která postoupila mezi 30 nejlepších a nejhezčích. Gratulujeme a přejeme, aby i další rok byl takto vydařený.

Připravované akce

27. sjezd Lhot a Lehot se letos koná od středy **4. – 8. července 2007** v Jestřabí Lhotě, okres Kolín.

Jestřabí Lhota se nachází v Polabské nížině 8 km severně od města Kolín (cca 60 km východně od hlavního města Prahy) v nadmořské výšce 210 m n.m. V současné době žije v obci cca 350 obyvatel.

V obci je několik soukromých zemědělců, avšak převážná část lidí produktivního věku dojíždí za zaměstnáním do Kolína a dále pak také do Prahy. Nové pracovní uplatnění našlo mnoho obyvatel naší obce v nedaleké nově postavené automobilce TPCA a dalších satelitních firmách.

Hlavní společenskou zábavou obce jsou fotbalová utkání místní tělovýchovné jednoty Sokol Jestřabí Lhota. Obec reprezentují týmy přípravky, žáků, mužů A a B. Sportovní areál patří k jedněm z nejlepších na okrese. V obecním kulturním domě je provozováno pohostinství. Sál kulturního domu se pravidelně využívá pro cvičení žen, společenské a taneční akce (Sportovní ples, Pyžamový ples, Staročeské máje, Pouťová zábava, Mikulášská nadílka, dětský karneval, veřejné zasedání OZ, atd.).

Současný rozvoj obce je zaměřen na provedení plynofikace obce a přípravu stavebních parcel pro výstavbu nových rodinných domů. Taktéž začíná být aktuální připojení obce do nových drah MHD Kolín.

Program sjezdu:

4. 7. 2007 – hřiště - 20.00 hod. taneční zábava od dechovky až po rock

5. 7. 2007 – hřiště – 20.00 hod. taneční zábava , hudba taneční a country muzika
6. 7. 2007 – hřiště - 13.00 hod. NĚCO-rocková regionální kapela
 16.00 hod. Walda gang Waldemar Matuška..není co dodat
 18.30 hod. Benefit-rocková regionální kapela s letitou tradicí
 21.30 hod. SEMTEX, skupina z Plzně hrající napříč skoro všemi žánry
 23.30 hod. Tři sestry revival bandarevival velmi známé kapely
- KD - 16.00 hod. Atlantic – taneční zábavová muzika
 20.00 hod. Polabanka – více méně dechovka hrající k tanci i poslechu
- Vinárna - 20.00 hod. DJ – disko + oldies + karaoke
7. 7. 2007 – hřiště – 9.00 hod. Sportovní soutěže
 10.00 hod. Kapři – country music
 13.00 hod. Průvod obcí
 14.00 hod. Estráda – Dnes Vás baví holohlaví (Z. Izer a P. Freun)
 16.15 hod. Bluo Bucks – rocková regionální kapela
 19.00 hod. Kladin – rock music
 22.00 hod. Peha – slovenská IN kapela
 24.00 hod. Slavnostní ohňostroj
 00.20 hod. Fast Food Orchestra
 03.00 hod. Disko+videoprojekce klipů
- KD - 12.00 hod. Schůze zástupců jednotlivých obcí
 16.15 hod. Trampoty – country music
 20.00 hod. Zelenáči Mirka Hoffmana – country music
- Vinárna - 20.00 hod. DJ – disko + oldies + karaoke
8. 7. 2007 – hřiště - 9.30 hod. Alžbětiny sosny . rocková kapela
 12.00 hod. Oficiální ukončení sjezdu

Ceník vstupného:

Celá akce od 4. do 8. 7.2007	350,- Kč
Jednodenní vstup 4. a 5. 7. 2007	60,- Kč
Jednodenní vstup 6.7.2007	150,- Kč
Jednodenní vstup 7.7.2007	350,- Kč
Od 19. hod. 7.7.2007	250,- Kč

Děti do 10 let zdarma po celou akci

Historie i současnost Sjezdu Lhot a Lehot

Je to k nevíře, ale na území České republiky se nachází přes tři sta vísek, samot a vesnic i městských částí, které ve svém názvu mají slovo Lhota. K tomu přidejte přes padesát Lehot na Slovensku, ale i v dalších zemích, kde mají také sídla s názvem Lhota, Lehota či Lhotka.

Je zvláštní, že jsou regiony, kde abyste hledali Lhotu lupou a místa, kde je doslova přelhotováno. Nápad, aby se Lhoty, resp. jejich obyvatelé scházeli, vyšel z iniciativy Uhlířské Lhoty na Kolínsku, kde se také uskutečnil v roce 1981 první sjezd. Třetí se dokonce přesunul do pražské Lucerny, ale ostatní sjezdy se konaly vždy v originálním *lhotovském* prostředí. Na sjezdech měl hlavně ze začátku hlavní slovo sport. Postupem času se začala přidávat kultura a tak se na pódiích vedle sebe začali představovat jak místní a přespolní, tak i všeobecně známé hvězdy. Běžně se na sjezdech sejde přes tisícovku „Lhoťáků“, k tomu je třeba přičíst vždy velké množství místních a přespolních.

Další připravované akce:

- 17.8.2007** Diskotéka na hřišti pořádaná SDH Podbřeží
19.8.2007 Koncert Opočenky na hřišti
1. 9. 2007 Opékání selete na hřišti pro členy a rodinné příslušníky SDH Podbřeží

SPOLEČENSKÁ KRONIKA

Červenec	83 let	HUŠKOVÁ Milada, Podbřezí 66
	87 let	ŽAHOURKOVÁ Milada, Podbřezí 52
	92 let	KUCHAROVÁ Milada, Podbřezí 88
Srpen	60 let	UMLAUF Zdeněk, Podbřezí 101
Září	70 let	ENDLER Miroslav, Podbřezí 79
	83 let	MORAVCOVÁ Ludmila, Podbřezí 30

Všem oslavencům přejeme pevné zdraví

Za druhé čtvrtletí roku 2007

se přihlásili:	TOMÁŠOVÁ Radka, Podbřezí 68	
	TOMÁŠ David, Podbřezí 68	
	TOMÁŠ Jan, Podbřezí 68	
	VOLFOVÁ Marcela, Podbřezí 96	
se narodili:	PAVLÍČEK Roman, Lhota Netřeba 81	2.5.2007
se odhlásili:	VOTROUBEK Luboš, Podbřezí 50	
	HUŠKOVÁ Ivana ml., Podbřezí 66	
	SLOVÁČEK Jan ml., Lhota Netřeba 22	
sňatek uzavřeli:	HRONOVSKÝ Miloš, Chábory 13	19. 5. 2007
	BENEŠOVÁ Kateřina, Častolovice 53	
	VOLF Radek, Podbřezí 96	26.5.2007
	BALCAROVÁ Marcela, Nový Hrádek 310	
	CVEJNOVÁ Renata, Podbřezí 102	2.6.2007
	PRAUS Zdeněk, Častolovice 177	
	NOVOTNÁ Radka, Podbřezí 78	9.6.2007
	PROKEŠ Otakar, Havlíčkův Brod	

Novomanželům přejeme hodně lásky a vzájemné tolerance.

E-mailová adresa Obecního úřadu v Podbřezí je obec@podbrezi.cz

E-mailová adresa starosty obce je starosta@podbrezi.cz

Webové stránky Obce Podbřezí <http://www.podbrezi.cz>

Hodiny pro veřejnost na obecním úřadu:

pondělí 13 – 18 hod.

středa 13 - 17 hod.

úterý, čtvrtek 7.30 - 12 hod

Připomínáme, že splatnost odpadů za 1. pol. 2007 byla 31. 5. 2007 a poplatek ze psa do konce dubna 2007 !!!

Zdraví - Rodina - Domácí lékař:

Brusinky pomáhají nejen při zánětu

Infekce močových cest trápí občas pětinu žen, nejčastěji ve věku 40 až 54 let.

Čtvrtina pacientek má záněty opakovaně. Rizikovými faktory jsou ženská anatomie, těhotenství, menopauza, inkontinence a chlad. Kromě pravidelného přísunu tekutin pomáhají v boji se zánětem i brusinky. Konzumace dostatečného množství těchto plodů nebo džemů či džusů z nich by byla problematická. Potřebné množství ochranných složek obsahuje spolehlivě extrakt z brusinek.

Krev v moči už není jen zánět

Podle farmakologa Richarda Pfliegera je poměrně málo prostředků, které může lékárník na léčbu zánětu nabídnout bez lékařského předpisu. Na trhu je ale několik doplňků stravy s obsahem brusinkového extraktu.

Kapsle řady z nich však neobsahují dostatečné množství účinné látky. Aby brusinky mohly účinně zvládat bakterii *Escherchia coli*, která způsobuje většinu zánětů močového ústrojí, měl by postižený zkonsumovat 500 až 1000 miligramů brusinkového extraktu.

"V případě, že se v moči pacienta objeví krev, je třeba navštívit lékaře, protože se již nemusí jednat o zánět, ale o jeho komplikace, ledvinový kámen, nebo i závažné onemocnění ledvin," říká Miloš Votruba z České asociace pro speciální potraviny.

Brusinkový extrakt pomáhá nejen při zánětu močových cest. Lidé, u nichž se záněty opakují, ho mohou užívat také preventivně.

Látky obsažené v brusinkách mají i řadu dalších pozitivních zdravotních účinků. Snižují například riziko kornatění tepen, protože snižují hladinu celkového cholesterolu, a zvyšují hladinu dobrého cholesterolu. Brusinková šťáva pomáhá v prevenci žaludečního vředu a podle některých výzkumů pomáhá i odstraňovat bakterie z ústní dutiny.

Zdraví - Alternativní medicína: Devět jídel pro klidný spánek

Někteří doktoři tvrdí, že bychom měli zamířit do kuchyně a dát si některé z následujících jídel či nápojů, které mohou pomoci uvolnit naše svaly, utišit mysl a podpořit vylučování uklidňujících, uspávajících hormonů, serotoninu a melatoninu.

Některé z nich používaly s úspěchem už naše prababičky, jiné patří k modernějším tipům zdravé výživy.

- **1. Banány:** Takový banán je prý vlastně prášek na spaní ve žluté slupce. Nejen, že obsahuje melatonin a serotonin, ale také má v sobě hodně hořčíku, který uvolňuje svaly.
- **2. Heřmánkový čaj:** Heřmánek je standardní součástí čajů na dobrou noc, protože funguje jako mírné sedativum. Je to ta pravá bylina pro neklidná těla a myslí.
- **3. Teplé mléko:** Není to jen pověra. V mléku je tryptofan, aminokyselina, která má mírně sedativní účinek, a vápník, který našemu mozku pomáhá tryptofan dobře využít. Kromě toho je tu psychologický efekt - teplé mléko nám připomíná dětství a už tím nás uklidňuje.
- **4. Med:** Přidejte si trochu zlatavého medu do mléka či heřmánkového čaje. Cukr má sice povzbuzující účinek, ale pomáhá odklidit z cesty kyseliny, které by mohly přebíjet uklidňující tryptofan.
- **5. Ovesné vločky:** V ovesných vločkách se skrývá spousta spánku. Je v nich melatonin a pocit pohody. Krom toho také příjemně a zdravě zaplní žaludek.
- **6. Mandle:** Hrst této dobroty také pomáhá přivolat spánek. Mandle obsahují jak tryptofan, tak i hořčík, který uvolňuje svalstvo.
- **7. Lněné semínko:** Když vás život netěší a smutek se zdá zastírat vše dobré, zkuste si večerní porci vloček posypat dvěma lžicemi lněných semínek. Jsou plná přírodních omega-3 mastných kyselin, které zlepšují náladu.
- **8. Celozrnný chléb:** Krajíc celozrnného chleba s medem pomůže zvednout hladinu inzulínu, který pomůže tryptofanu dostat se až do mozku, kde je přeměněn na serotonin a vydá jemný posel: "Je čas jít spát."
- **9. Krůta:** Je neznámějším zdrojem tryptofanu. Nemá se to přehánět, protože tryptofan nejlépe působí na prázdný žaludek, ale plátek krůtího masa na krající celozrnného chleba patří mezi nejlepší přirozené uspávací prostředky, které vám vaše kuchyně může nabídnout.

Češi znovu budoují - v nadužívání antibiotik ([Kateřina Stárková](#))

Polovina antibiotik v České republice je předepisována zbytečně. Důsledek? Nezabírají, když mají.

Čechům nezabírají antibiotika ve čtvrtině, některá až v polovině případů. Hůře je na tom v Evropě jen Polsko.

Přitom pokud by čeští lékaři předepisovali antibiotika jen v případech, kdy mohou pacientovi opravdu pomoci, bylo by podle lékařů možné z rozpočtu zdravotnictví ušetřit až jeden a půl miliardy korun. Odolnost vůči antibiotikům je problém, který stále více trápí celý svět. Zaujala k němu oficiální postavení i Evropská unie, která vyžaduje specializované programy ke snížení spotřeby antibiotik v zemích Evropy.

Lékaři předepisují antibiotika zbytečně

Vysoká spotřeba není jen problém finanční, ale hlavně lékařský. Na nemoci, které se dříve léčily antibiotiky, už nyní ta samá antibiotika nezabírají. "Většina celkové spotřeby antibiotik je předepisována praktickými lékaři nebo ambulantními specialisty," říká Vlastimil Jirák, primář Klinické mikrobiologie a antibiotické stanice Nemocnice na Homolce. "Relativně malá část antibiotik se spotřebovává v nemocnicích, spotřeba se ale intenzivně koncentruje na specifické skupiny pacientů, kteří jsou ve vysokém riziku vzniku závažné, mnohdy život ohrožující infekce," dodává.

Ztráta účinnosti antibiotik u nich může vést k selhání terapie s mimořádně negativním dopadem. Jde zejména o pacienty jednotek intenzivní péče, nemocné po komplikovaných chirurgických výkonech, po transplantacích apod.



S laskavým svolením rodáka pana Antonína Hynka uvádíme jeho zápisy z pracovního pobytu v Egyptě.

Cesta a první okamžiky v daleké cizině (5.část - poslední)

Káhira, 4. 12. 1966

... Tuto sobotu jsme měli volnou, a tak jsme se vydali skoro až na západní hranice – do oasy Siwa. Nejkratší vzdálenost z Káhiry je 775 km. Vede sem jediná cesta – přes Marsa Matrúh... Siwa sama se dá částečně přirovnat k Vádí Nátrum, ovšem je zde daleko více zeleně, proslavena je hlavně svými rozlehlými datlovými háji. Je tu několik velikých slaných jezer, napájených vodou z moře (které je 300 km odtud – ale Siwa je proláklina – asi 30 m pod mořskou hladinou). Největší z jezer je dlouhé 30 km. A porost kolem buď žádný nebo vysoká tráva: po jedné straně vysoký a nekonečně dlouhý skalní hřbet a po druhé straně zrcadlící se hladina jezera. Lidé jsou zde ještě daleko chudší než kdekoliv jinde v Egyptě. „Dům“ skládající se pouze ze tří stěn bez střechy je někde přepych, protože velké množství lidí bydlí ve skalách. To je písečná pláň a z ní vystupují náhle podivuhodné skalní útvary různých odstínů žluté a červené barvy. Kolem dokola spousty otvorů – třeba i v poschodích nad sebou, že si v první chvíli připadáte jako před nějakou nepřátelskou pevností. A to jsou světničky domorodců. Pak jsme tu viděli zbytek chrámu boha Amona z doby Alexandra Velikého, vedle měla být pověstná věštitelna, dále skalní hroby pohanských šlechticů. Ubytování jsme byli v pěkné Farukově vile na vrcholu skalního výběžku. Nic po Rommelovi jsem však nenašel. Přijeli jsme až dnes časně zrána (jeli jsme celou noc – druhým vozem bylo emběčko Ili Richtera – ten, který psal tu reportáž z cesty do Asuánu a Luxoru)...

Káhira, 17. 12. 1966

Tady už je docela pěkná zima, i pod dvěma dekami se člověk moc nezahřeje, a tak se budeme muset poohlédnout po nějakých elektrických kamínkách. Vždycky, když se ráno probudím, mám nos tak zmrzlý, že bych jím mohl chladit pivo v hospodách. Ale v kanceláři běží celý den klimatizační zařízení, na kterém se dá nastavit tolik tepla, kolik právě potřebujeme.

Čím víc se blíží konec roku, je stále víc a víc práce. Zůstal jsem asi dvakrát v kanceláři přes čas, ale i mimo zaměstnání jsem pořád vytižený víc než dost. Před chvílí jsem už konečně dopsal celou hromadu vánočních a novoročních přání, za které jsem dal poslední své peníze, a protože jsem dnes odpoledne neměl v kapse už ani jediný „pík“, musel jsem sáhnout do pokladny. Nevadí, vrátím to z příštích diet, které dostanu začátkem ledna.

Právě za týden začínají Vánoce – první daleko od domova. Jsme tu s Frantou jediní dva svobodní, ale on odjíždí na výlet do Luxoru a Asuánu, a tak mi nezbylo, než si dobrovolně vzít na Štědrý den službu,

protože bych ji dostal stejně i tak. Normálně končí v 8 hodin večer, ale domovník mi slíbil, že mne pustí o něco dřív. Tak budu mít celý večer pro sebe. Moc nás zve jedna španělská rodina; jestli nepřijdu na Štědrou večeři..., pak určitě budu muset s nimi jít alespoň na půlnoční mši...

Káhira, 7. 1. 1967

Po sv. Štěpánu jsme pracovali pouze tři dny, načež následoval pátek (který je volný automaticky), volná sobota a Nový rok – opět tři dny za sebou, to je vždy velmi vítaná věc. Nemusel jsem se dlouho rozmýšlet – zamířili jsme k Rudému moři prohlédnout si nejstarší křesťanské kláštery na území Egypta a jedny z nejstarších - jestli ne vůbec nejstarší – na celém světě. Pouštní cesta ... nás zavedla po 48 km a skoro dvouhodinové jízdě ke klášteru sv. Antonína. Vysoká zděná ohrada je vidět už z dálky 13 km. Její obvod je více než 1000 m. Klášter se zahradami se rozkládá na ploše 6 ha. Imposantní je pohled z předu, klášter připomíná spíše nedobytnou pevnost, které dodává zvláštní působivosti vysoký hřeben skal v pozadí, na který je celý komplex doslova přilepen. Ukazuje se tam dodnes velmi úzká hluboká jeskyně, kde sv. Antonín poustevník strávil většinu svého života (nar. 251 po Kr., dožil se věku 105 let). Jediný vchod do kláštera je stále uzavřen těžkou kovovou branou na silnou závoru. Chce-li návštěvník vstoupit, musí nejdříve upozornit na sebe malým zvonem, který je zavěšen nahoře na hradbách a provaz od něho dosahuje až k zemi. Po chvíli se závora s hlukem odsune a brána se pozvolna otevírá. První zvědavý pohled návštěvníka patří hlavnímu kostelu sv. Antonína, jedině jehož dvě věže převyšují hradby a jsou vidět zdaleka. Je uvnitř tak hezky vyzdoben, že by mohl soutěžit s mnohými kostely u nás. Není sám, je jich tu ještě šest dalších menších. Fresky s obrazy mají nevyčísitelnou hodnotu, nežádka pocházejí z 5. století. Klášter sám byl založen v roce 351, obýván je nepřetržitě s výjimkou 6. století, kdy sem přišli beduíni, klášter přepadli, vydrancovali a vypálili, takže zůstal po 70 let opuštěn. Počet mnichů stále klesá, je jich zde nyní 25. Dárce života uprostřed pouště je malý sotva viditelný pramének vody, který prýští ze skal. Živobytí však přichází odjinud – karavany dopraví čas od času pšenici, olivy a j. z vesnice Buš u města Beni Suef ... která je vzdálena 150 km přes poustou a skalnatou poušť a kde má klášter 200 fedanů (asi 90 ha) půdy. Je tu tolik historie, že jsem jen litoval, že jsem o klášteře neměl možnost již předtím číst nebo slyšet. Anglický knižní průvodce je příliš stručný. Teprve v klášteře mi doporučili podrobnou a zasvěcenou knihu „Kláštery a mniši v Egyptské poušti“... Přespali jsme uprostřed pouště, úplně v poušti asi 7 km od moře – prvně, také to byl hezký zážitek.

A druhý den ráno na klášter sv. Pavla, který je vzdálen od pobřežní silnice asi 13 km. Jestliže cesta do prvního kláštera vedla po rovném dně údolí, cesta do kláštera sv. Pavla začala rychle stoupat, údolí se rychle zužovalo a přešlo v jakousi soutěsku širokou několik metrů. Po mnoha serpentínách kolem fantasticky tvarovaných skalních výběžků se údolí náhle rozevělo a před očima objevil pohádkový výjev – na malé náhorní plošině stál skoro bílý tajuplně vyhlížející hrad doslova zalitý zlatými paprsky dopoledního slunce a v pozadí mohutný hnědofialový masiv skalního hřebenu. Přijetí uvnitř bylo ještě vřelejší než včera, všech 20 mnichů okamžitě zanechalo své práce a přišlo se podívat na cizince, kteří se tu objeví velmi zřídka, podle knihy návštěvníků asi jednou za měsíc. V poslední době je zde českých zápisů víc než dost. Klášter byl založen v r. 320 a patří sv. Pavlovi, který se narodil v roce 228. Zemřel v roce 343, t.j. v úctyhodném věku 115 let. Kláštery jsou vzdušnou čarou vzdáleny asi 30 km, podle jedné legendy se měli oba světci před smrtí sejít, historický doklad pro to však není. Strávili jsme tu asi dvě hodiny prohlídkou všech tří kostelů, starobylého mlýna, pekárny a zahrady a vůbec se nám nechtělo domů...

Kolem poledne jsme dorazili na Sochnu a pořádně se vykoukali. Nemohli jsme si přece nechat ujít koupání v Rudém moři na Silvestra. Do Káhiry jsme přijeli kolem osmé večer. Honem jsem se vysprchoval a převlékl, abych stihl vepřové hody, které připravil domovník Šafránek pro všechny obyvatele obchodního oddělení i ubytovny. Tak jsem měl možnost po dlouhé době opět ochutnat vepřovou ovarovou i jitřnicovou polévku, ovar, tlačenkou, jelito, jitřnice – a bývalý řezník se opravdu nechal vidět. Silvestr byl veselý, hlavně se zpívaly různé lidové písně z jižních Čech, Moravy a Slovenska, přehrávaly se z magnetofonového pásku poslední dva Silvestry a občas se mezi to i tančilo. Slavili jsme tak jak egyptský tak i váš Silvestr (jsou jen hodinu po sobě). Protože bylo veselo, rozešli jsme se v pět hodin, tedy

brzy – ráno. Na Nový rok večer jsem zavítal na chvíli k Šimůnkovým – a dostal jsem večeři, že jsem jí ani nemohl sníst.

Teď zrovna ležím, udělala se taková zima a my jsme dlouho na ubytovně neměli kamínka, tak jsem chytil chřipku...