

TŘEMOŠNICKÉ NOVINKY



INFORMAČNÍ MĚSÍČNÍK MĚSTA TŘEMOŠNICE ZDARMA DO VŠECH DOMÁCNOSTÍ

INVESTICE MĚSTA TŘEMOŠNICE

Jak jsme hospodařili v roce 2016

Celkové příjmy	54 822 404 Kč
Celkové výdaje	49 226 970 Kč
Výdaje včetně financování (splátek úvěru)	51 704 250 Kč
Finanční hotovost k 31. 12. 2016	24 601 494 Kč

Realizované investiční akce v roce 2016

Prodloužení vodovodu v ulici 1. máje	120 639 Kč
Instalování retardérů před základní školou	59 685 Kč
Oprava komunikace v ulici Internátní	172 917 Kč
Rekonstrukce komunikace v místní části Starý Dvůr	356 966 Kč
Prodloužení kanalizace a vodovodu v ulici Příčná	345 795 Kč
Zastřešení pískovišť v MŠ	93 284 Kč
Zahradní domečky pro MŠ (2 kusy)	24 051 Kč
Rekonstrukce sociálních zařízení v MŠ	998 444 Kč
Rekonstrukce elektrických rozvodů ve školní jídelně	288 138 Kč
Veřejné osvětlení u Křížovky	45 409 Kč
Rozšíření veřejného osvětlení v ulici Brigádnická	43 797 Kč
Technologie do kotelny základní školy 338 000	
Infrastruktura pro obytnou zónu Pod Benzinkou (I. etapa)	5 147 221 Kč
Koupě budovy nádraží (+ 7500 m ² pozemků)	790 000 Kč
Zřízení kontejnerového stání v ulici Zámecká	52 017 Kč
Demolice kůlen v ulici Hedvikovská	197 230 Kč
Vyhledka na Lichnici (příspěvek)	650 427 Kč
Odvodnění železničního přejezdu v ulici U Vápenky	49 567 Kč
Nákup sekačky ISEKI (s výškovým vyklápěním)	471 900 Kč
Nákup sekačky PANTER	179 000 Kč

Celkem Kč

10 424 487 Kč

Mgr. Stanislav Peca
Ing. Miroslav Bubeník

FINANČNÍ ÚŘAD

Pracovníci Finančního úřadu
z Chrudimi
budou přítomni na MěÚ v Třemošnici v za-
sedací místnosti (II. patro, č. dveří 201)
dne 22. 3. 2017 od 12:00 do 16:00 hodin

Budete mít možnost předat
daňové přiznání za rok 2016.

NOVÁ ULICE

Na konci loňského roku jsme vás vyzvali, abyste nám zasílali tipy na název nové ulice, která vznikne v obytné zóně Pod Benzinkou. Nápady chodily různé, některé zajímavé, jiné nepoužitelné. Zastupitelé města Třemošnice nakonec vybírali ze čtyř nejzajímavějších názvů a vyhrála ulice Lovětínská. Tento tip poslali hned tři občané – Aleš Radil, Renata Horská a Jiří Zumpfe. Všichni tři obdrželi od města Třemošnice drobný dárek, který si mohou vyzvednout v knihovně.

Pavla Alvarezová

Víte, že:

- jaro letos začíná 20. března v 11 hodin a 28 minut?
- k přechodu na letní čas dojde 26. března z 2:00 na 3:00 hodinu?
- březen je měsíc čtenářů?
- český název měsíce pochází z rašení břízy a začátku březosti zvířat?
- Mezinárodní den žen - 8. března, je mezinárodně uznávaný svátek stanovený Organizací spojených národů k výročí stávků newyorských švadlen v roce 1908?

KULTURNÍ KOMISE

Poděkování

Do poloviny února probíhala v městské galerii výstava „Lichnice-kulturní a historická dominanta Třemošnice a okolí“. Výstavu v dopoledních hodinách navštěvovaly třídy základních škol. Chtěli bychom touto cestou poděkovat kastelánce hradu Lichnice paní Ivaně Matykové za seznámení s historií hradu i starých řemesel, která si děti mohly prakticky vyzkoušet.



Recitační soutěž

Na jaře, stejně tak jako v minulých letech, proběhne recitační soutěž žáků I. stupně základní školy pod názvem „Veselá básnička“. Na malé recitátory se můžete přijít podívat 21. 3. od 15:30 hodin do cukrárny.

Dětský karneval

V sobotu 25. 3. od 14 hodin ožije sál Kulturního domu v Třemošnici veselými karnevalovými postavami. O zábavu se postará divadýlko Mrak z Havlíčkova Brodu. Přijďte se pobavit, zasoutěžit a zatančit.

Jarní jarmark

Vážení spoluobčané, chtěli bychom vás informovat o plánovaném jarním jarmarku, který se uskuteční 8. 4. na náměstí v Třemošnici. V případě nepříznivého počasí využijeme prostory kulturního domu. Chtěli bychom oslovit prodejce, kteří by měli zájem prodávat své produkty, aby nás kontaktovali na e-mailu: romana.cermakova@seznam.cz nebo na telefonu 728 048 525 (E. Štolfová). Předpokládaný začátek je ve 13 hodin. V plánovaném programu vystoupí hudební skupiny, pro děti budou připraveny zábavné dílničky a překvapení. Další informace v příštím vydání. Těšíme se na vaši účast.

Kulturní komise města Třemošnice

MĚSTSKÁ GALERIE

V březnu vás do městské galerie pozvou děti navštěvující kroužky v ZUŠ Heřmanův Městec. Výstavu nazvanou Putování po planetách zahájí slavnostní vernisáž 15. března v 16:00 hodin. Vyzdobenou galerii dětskými obrázky a výrobky si můžete přijít prohlédnout do 4. dubna.

Martina Víšková

MĚSTSKÁ KNIHOVNA

Vyhlašujeme výsledky soutěže O Hliníkové království 2016 – 2017

Dovolím si malou bilanci. Hliníku, kterého letos děti nasbíraly, je opravdu neuvěřitelné množství – 320 kg, a k tomu jsme ještě roztřídili 38 kg železa. Tuto soutěž pořádáme již po deváté a tolik hliníku jsme ještě nevybrali. A chtěla bych podotknout, že velké kusy hliníku, papiňáky, ešusy apod. už se opravdu skoro neobjevují, téměř veškerý hliník byl tenkostěnný. Takže obyvatelé Třemošnice jsou schopni nasbírat ve víčkách od jogurtu a plechovkách 320 kg, což je úžasné. Takže všem patří velký dík. A tak si děti zasloužily opravdu pěkné ceny. Dostaly poukazy do cukrárny a papírnictví v hodnotě 7 000 Kč.

1. Sluníčko 82,179 kg
2. Hvězdička 73,055 kg
3. 2. A. 31,250 kg
4. Jahůdka 21,196 kg
5. 2. B. 20,558 kg
6. 3. ročník 19,557 kg
7. 6. ročník 13,625 kg
8. 1. A. 13, 213 kg
9. 1. B. 13,156 kg
10. 5. B. 7,903 kg
11. 9. ročník 6,919 kg
12. 8. ročník 5,864 kg
13. 7. ročník 5,613 kg
14. 5. A. 5,584 kg
15. 4. ročník 1,109 kg

CELKEM: 320,8 kg

Nabídka CD – mluvené slovo

Na měsíci březen jsme pro naše čtenáře připravili nabídku našich audioknih mluveného slova. Čtenáři si mohou k poslechu vybrat pohádky,



BURZA OBLEČENÍ

V březnu od 1. do 13. proběhne v městské galerii Burza jarního a letního dětského oblečení, hraček a sezonního sportovního vybavení. Kromě jarního, letního oblečení a obuvi můžete také přinést hračky a sezonní sportovní vybavení, jako jsou kola, koloběžky, in-line, rakety, helmy, kopačky, chrániče apod. Burzu můžete navštívit dopoledne od 10:00 do 12:00 a odpoledne od 13:00 do 16:30 hodin.

Vybírání: 1., 2. a 3. 3.

Prodej: 6., 7. a 8. 3.

Třídění: 9. 3.

povídky, romány apod.

Divadlo Časlav

V měsíci březnu nás čeká další výlet za kulturou. Tentokrát pojedeme na divadelní představení Rošáda. Hrají: Trnavský Martin, Munzarová Bára, Novák Radim a Marika Procházková. Autobusová doprava je zdarma. Odjezd z autobusového nádraží bude v 18:15 hodin. Stále je 6 volných míst.

Noc s Andersenem

Každoroční celorepubliková akce Noc s Andersenem bude letos v naší knihovně v pátek 24. 3. od 18:00 hodin. Akce je určena pro naše dětské čtenáře z 3. až 5. třídy. Přihlášky si vyzvedněte v knihovně od 1. 3. do 15. 3. Maximální počet je 20 nocležníků.

Březen měsíc čtenářů

Je to celorepubliková akce. Čeká nás vyhodnocení nejčtenářů a 2. kolo (15. 3.) literární soutěže Správná 4.

Výlet v dubnu

Zájemci Výletu za poznáním se mohou hlásit v knihovně. Výlet se uskuteční v sobotu 8. 4. Odjezd bude v 9:00 hodin z autobusového nádraží. Trasa výletu se plánuje, bližší informace se dočtete na plakátě.

Diakonie v dubnu

Připravte se na duben, udělejte jarní úklid a provětrejte skříně a vše, co už doma nepotřebujete, doneste do knihovny. Vyhlašujeme humanitární sbírku pro Diakonii Broumov v termínu 10. 4. – 5. 5. Nevybíráme nic, co je špinavé, mokré nebo zatuchlé. Věci noste v pytlích nebo v krabicích.

Světлана Hromádková

Vrácení: 10. 3. a 13. 3.

Kontakt pro případné dotazy: Martina Víšková 732 936 776, galerie.tre@seznam.cz.

Burza pro dospělé

V průběhu dětské burzy proběhne i burza pro dospělé. Budete si moci vybírat z dámského a pánského oblečení (asi 1500 ks). Velké množství kalhot, triček, halenek, riflí, tepláků, i ve větších velikostech, bude mít jednotnou cenu 15 Kč.

Martina Víšková

POZVÁNKA NA PLES

Sbor dobrovolných hasičů Třemošnice si Vás dovoluje srdečně pozvat na hasičský květinový ples, který se uskuteční v pátek 31. 3. od 20 hodin.

Můžete se těšit na vystoupení našich nejmenších hasičů z přípravy Plamínek, které již vloni sklidilo velký úspěch. Nebude chybět bohatá tombola, půlnoční překvapení a především příjemná hudba k poslechu i tanci naší oblíbené kapely Trik.

Vstupenky jsou k zakoupení v knihovně, cena vstupenky je 120 Kč a jsou opět slosovatelné. Přijďte s námi květinovým plesem přivítat jaro, oddechnout si od každodenních povinností a užít si co nejpohodověji poslední ples letošní sezony.

Bc. Jitka Stříšková



HASÍČI MĚSTA TŘEMOŠNICE
Vás srdečně zvou na
HASÍČSKÝ BÁL
v pátek 31. března 2017 od 20 hodin
v Kulturním domě v Třemošnici.
K tanci a poslechu bude hrát kapela "TRIK".
Vstupenky jsou slosovatelné
• Infocentrum Třemošnice od 1. 2. 2017.
Vstupné je 120,- Kč
Vstupenky jsou slosovatelné.

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR

Sdružení Čtyřlístek, za podpory města Třemošnice, bude i v letošním roce pořádat letní příměstský tábor. Chtěli jsme uspořádat 3 týdny tábora, ale vzhledem k tomu, že bude na 14 dní zavřena školní jídelna, není to možné. Nemůžeme uspořádat tábor bez stravování. Volili jsme tedy kompromis. První týden tábora bude od 17. do 21. července a bude zaměřen na starší děti (5. - 7. třída), bude tomu uzpůsoben i program. Druhý týden tábora bude od 31. července do 4. srpna a bude zaměřený na mladší děti (předškolní - 4. třída). Je náročné dělat program, který by zaujal mladší i starší děti, proto došlo k tomuto rozdělení. Cena tábora je na jeden týden 800 Kč, na dva týdny 1500 Kč. Přihlášky si lze stáhnout na webových stránkách Čtyřlístku nebo vyzvednout osobně v knihovně od 1. března. Všechny dotazy vám rády zodpovíme v knihovně.

Pavla Alvarezová



ČTYŘLÍSTEK
TŘEMOŠNICE

Příměstský tábor

Týdenní termíny:
17. - 21. 7. 2017
31. 7. - 4. 8. 2017

**přihlášky a další informace od března
na www.ctyrlistektremosnice.cz**



SPORT KIDS pro Vás v Třemošnici připravil
II. SPORTOVNÍ TÁBOR
SPORTY TAK TROCHU JINAK
pro děti od 6 do 12 let



Co Vás čeká:

Sporty tak trochu jinak • Hry bez hranic
Soutěže • Celodenní cyklus výlet
Kreativní dílny

10.7.-14.7. 2017
8.00-16.00 hodin

Není podmínkou, aby byli děti pouze z Třemošnice.
Přihláška a program na: www.sportkids-cz.cz/aktivity/primestske_tabory
E-mail: info@sportkids-cz.cz nebo na tel.: 775 707 244

cena tábora:
1400 Kč

SPORT KIDS z.s.
Zámecká 48, 538 43 Třemošnice
Tel.: +420 775 707 244
E-mail: info@sportkids-cz.cz

www.sportkids-cz.cz

SPORT KIDS pro Vás v Třemošnici připravil
KREATIVNÍ TÁBOR
pro děti od 6 do 12 let



Co Vás čeká:

Tvoření pomocí různých technik a materiálů
Tvorba kreseb, grafik a prostorových objektů
Malba na textil • Hry a soutěže
Celodenní výlet

24.7.-28.7. 2017
8.00-16.00 hodin

Není podmínkou, aby byli děti pouze z Třemošnice.
Přihláška a program na: www.sportkids-cz.cz/aktivity/primestske_tabory
E-mail: info@sportkids-cz.cz nebo na tel.: 775 707 244

cena tábora:
1500 Kč

SPORT KIDS z.s.
Zámecká 48, 538 43 Třemošnice
Tel.: +420 775 707 244
E-mail: info@sportkids-cz.cz

www.sportkids-cz.cz

PTALI JSME SE ZA VÁS ...

Třídíte odpad? Máte nějaké náměty nebo připomínky k třídění odpadu v našem městě?

Samozřejmě a ráda třídím odpad, protože si myslím, že to pomůže přírodě. Škoda, že netřídí všichni! Připomínka – chybí víko na kontejneru na papír u prodejny Jednota na náměstí a do odloženého papírového odpadu prší. Jsem spokojená, že v Jižní ulici byl přidán kontejner na plasty. J. N.

Třídíme vše dle druhů kontejnerů (plasty, papír, sklo), baterie a drobné elektrospotřebiče nosíme do školy. V sídlišti nám chybí kontejner na bioodpad i obyvatelé bytů v panelových domech produkují a potřebují uložit bioodpad, zatím stále končí ve směsném odpadu. D. P. a I. Š.

Snažím se odpad třídít, ale třídění odpadu na studentském bytě a doma v Třemošnici se značně liší. Doma dle ekologického přesvědčení mé mamky třídíme úplně vše, na studentském bytě vytrídíme alespoň plastové lahve. L. K.

Odpad třídím ráda, snažím se využít všechny možnosti třídění ve městě, včetně kontejnerů na odložené oblečení. Pomáhám i škole tříděním dalších věcí, které děti sbírají, tj. papír, hliník, víčka od plastových lahví, baterie (monočlánky) atd. Myslím si, že třídít odpad je prospěšné pro přírodu i lidi. Jedinou připomínku mám ke kontejnerům na sídlišti (bytové domy B, C, D) – jsou zde často kontejnery přeplněné. K. P.

Ráda odpad třídím, je to něco, co mohu snadno udělat, a ještě tím pomohu zdarma přírodě. Třídím všude, dokonce i na návštěvě dobrovolně chodím ke kontejneru. Jen hliník vozím domů, protože hliníkové království není všude. Chybí mi větší kontejner na sklo, otvor v kontejneru umožňuje vhodit pouze sklenice nebo lahve, větší nádoby nebo jiné větší skleněné věci musím ukládat vedle kontejneru. A ještě mám jeden námět k třídění, během vánočních svátků

bych uvítala nějakou sběrnou nádobu na použitý olej ze smažení, většinou všichni smažíme řízky a potom olejem zřejmě zatěžujeme čistíčku odpadních vod. E. H.

Odpad třídíme, připomínky nemám. V. Z.

Ano, odpad třídíme a myslím si, že podmínky pro třídění odpadu jsou v našem městě dostatečné. J. K.

Tak jako drtivá většina občanů Třemošnice i já svědomitě třídím odpad. Myslím, že na tomto poli si Třemošnice vede velmi zdatně, což dokazují krajská i celorepubliková ocenění. F. M.

Odpad třídím už mnoho let a to nejen plastové lahve, ale i kelímky od jogurtů, krabice od mléka aj. V rodině už to bereme jako samozřejmost. J. N.

Netřídít v dnešní době, kdy je na každém rohu sběrné místo, je podle mě ignoranství. P. M.

Ano, patří to k modernímu životnímu stylu. H. K.

Třídím základní, plast a papír. Přejde mi to dostatečně. P. R.

Ano, rozhodně. A my, co bydlíme v rodinném domku, jsme především rádi za hnědou popelnici (bioodpad), která je v sezóně plně využita. Škoda jen, že je tak malá. U sousedů v Ronově mají větší. Z. D.

Ano třídím, občas mě ale zarazí při letném nahlédnutí, co jsou lidi schopni do kontejneru vyhodit. V horším případě okolo kontejnerů. K. P.

Naše rodina třídí, zejména manžel je na to pe-

dant. Třídíme plasty, papír, hliník, elektrospotřebiče, baterie, oblečení, sklo. Myslím, že chybí více kontejnerů na sídlišti na plasty. J. S.

Snažíme se odpad třídít, třídíme plasty, papír, sklo podle kontejnerů. Také někdy odnášíme oblečení do kontejneru diakonie, odnášíme elektrospotřebiče, baterie a hliník. Zajímalo by mě, jak je to s kontejnery na použitý olej z kuchyně. M. J.

Odpad třídíme podle kontejnerů – plasty, papír, elektrospotřebiče, sklo. Také sbíráme pro děti do školy hliník do soutěže O hliníkové království. Jako dobrý nápad mi připadá rozdávání tašek v městě Písku právě na tříděný odpad. Tašky jsou v barvě kontejnerů i s potisky. I. M.

Odpad třídíme, nemám pocit, že by tu něco chybělo. L. K.

Odpad třídím, plasty, papír, sklo i plastová víčka, zbytek do směsného odpadu. O možnosti třídít hliník jsem ale dosud nevěděl. A. T.

Třídím, protože je to naše povinnost vůči přírodě i společnosti. Rozčiluje mě, že někdo netřídí a vše smíchá. Také mi vadí nesešlapané plastové lahve. Na popelnících jsou špatně znatelné samolepky, značení by bylo vhodnější na víku a větším písmem. A. R.

OCENĚNÍ

V Třemošnických novinkách 2016 jsme každý měsíc položili jednu historickou otázku, která se týkala Třemošnice nebo okolí. Na začátku jsme slíbili, že kdo pošle nejvíce správných odpovědí, získá od nás cenu. A to se povedlo panu Jaroslavu Kaňkovi. Tímto mu gratulujeme. Cenu si může vyzvednout v knihovně. Pavla Alvarezová

TIPY NA VÝLET - MĚSTSKÉ MUZEUM SKUTEČ

Tentokrát bychom vás rádi pozvali na stálou expozici obuvnictví v Městském muzeu ve Skutči. Naleznete zde plně vybavenou ševcovskou světničku, desítky krásných modelů, staré, technicky i designově přitažlivé stroje, největší ručně šitou polobotku v České republice, legendární botasky i obuv slavných sportovců. Při návštěvě muzea můžete zavítat také do kamenické expozice či do některé z probíhajících krátkodobých výstav. Aktuálně jsou otevřeny dvě. Ta první, s názvem Brána recyklace, vás seznámí interaktivní formou s novým životem správně tříděného odpadu. Druhá vám představí podmalby na skle, které zdobily boží muka, venkovské kapličky a kostelíky i světnice v domech našich prababiček a pradědů.

Otevřeno denně 9:00 - 12:00 a 13:00 - 17:00.

<http://muzeum.skutec.cz/>



RC TŘEMÁNEK

Pomalou nás opouští zima a čeká na nás radostnější období, a to jaro. Na dětičky z mateřské školy čekají v týdnu od 6. do 10. 3. jarní prázdniny, proto bude v tomto týdnu i naše třída zavřená. Hned po prázdninách budeme s dětičkami tvořit veselá a zdravé svačinky. I tento měsíc vyrazíme již tradičně do solné jeskyně. V úterý 28. 3. si všichni přineste masky, protože děti čeká v Třemánku karneval. Poslední březnový čtvrtek si uděláme procházku a nakrmíme cestou ovečky. Věřím, že i tento měsíc Vás nabídka programu zaujme a dorazíte za námi do třemánkovské třídy. Těšíme se na Vás.

Program:

2. 3. Opičí dráha
7. 3. JARNÍ PRÁZDNINY - zavřeno
9. 3. JARNÍ PRÁZDNINY - zavřeno
14. 3. Tvoříme veselé svačinky
16. 3. Hrajeme si s modelínou
21. 3. Solná jeskyně
23. 3. Volná herná
28. 3. Karneval
30. 3. Krmíme ovečky

Mgr. Pavlína Vaňhátová

ZÁKLADNÍ ŠKOLA

První pololetí školního roku 2016-2017 je za námi

Žáci základní školy Třemošnice stejně jako statisíce dalších v naší republice převzali 31. 1. z rukou svých třídních učitelů pololetní vysvědčení (resp. výpis tohoto vysvědčení). Žáci vyšších ročníků to brali jako samozřejmost, ale pro naše prvňáčky to bylo přece jen něco nového, neznámého. Mnozí z nich se na tento den velmi těšili a také paní učitelky při předávání tohoto blanketu nešetřily chválou, ale v některých případech i povzbuzením ke zlepšení na konci školního roku.

Pro žáky 9. ročníku je toto vysvědčení (stejně jako konečné v 8. ročníku) důležité s ohledem na přijetí na střední školu.

Každý z nás má předpoklady, mnohdy i podmínky pro svou práci různé. Totéž platí i pro naše žáky a jejich práci ve škole. Proto školní výsledky dětí jsou odlišné.

Pohled na případnou odměnu za vysvědčení je v každé rodině různý, individuálně odlišný. Určitě je však vhodné, když rodiče se svým dítětem výsledky za půl roku práce ve škole zhodnotí. Vedle možných výtek je však důležitější pochvala a povzbuzení.

Co říci závěrem? Pozor – druhé pololetí školního roku 2016-2017 právě začíná.

Mgr. Lubomír Marek



ZPRÁVIČKY ZE ŠKOLKY

V únoru ukončily cyklus rehabilitačně relaxačních pobytů v solné jeskyni i děti ze třídy Sluníčko.



V pátek 24. února začaly přihlášené děti jezdit na předplaveckou výuku do krytého bazénu v Chrudimi. Odjezd je od MŠ vždy v 7:45 hodin. Děti v mateřské škole kromě řízených činností potřebují i dostatek prostoru ke spontánním hrám, při kterých rozvíjejí svojí fantazii, konstruktivní dovednosti, představivost a učí se spolupracovat a tvořit v týmu.



Od 1. února jsme s předškolními dětmi za-

LESNÍ ŠKOLKA

Lesní školka a škola Palučiny – vzdělání z divočiny

Na tábořišti chrudimského spolku Palučiny se v lese nedaleko Úherčic už rok scházejí pravidelně tři dny v týdnu děti předškolního věku k toulkám po přírodě.

„Ano, s dětmi trávíme velkou část společného času venku, na výpravách, a to za každého počasí“, říká Jan Hlaváč, jeden z průvodců lesní školky Palučiny. „Hodně chodíme. Jedním z mnoha důvodů, proč to tak děláme, je, že při tomto radostném pohybu dochází k oboustranné koordinaci (propojují se pravá a levá hemisféra), která má rozhodující vliv na budoucí duševní vývoj“ a s úsměvem dodává: „Jak jedna paní povídala: chcete-li bystré děti, povzbuzujte je k tomu, aby hodně chodily a pohybovaly se venku.“

To samozřejmě není vše. Děti se postupně za-



pojují do činností souvisejících s chodem školky. „Kolem poledního chystáme dřevo na oheň,

hájili realizaci projektu Těšíme se do školy. Jedná se o doplnění přípravy na úspěšný vstup do 1. třídy. Každý týden budou děti v grafomotorické části procvičovat uvolňování ruky a rozvíjení souhry pohybů jednotlivých částí ruky za kontroly zraku a myšlení. Budou také plnit vybrané úkoly z těchto okruhů: procvičování orientace v prostoru a na ploše; postihování různých vztahů mezi předměty a jevy; rozvíjení sluchového vnímání a soustředování pozornosti k vyslovenému slovu, jeho slabikám a hláskám; zpřesňování zrakového vnímání, poznávání shod a drobných rozdílů (včetně rozlišování tvarů, barev, rozvíjení zrakové paměti) a rozvíjení počátečních matematických představ.

Ve čtvrtek 2. března se bude konat v mateřské škole KARNEVAL. Děti si mohou přinést masku z domova a užijí si dopoledne plné písniček, tancování a společných her.

Odpoledne 2. března vystoupí pěvecký kroužek Třemošňáček na školní akademii, kde pod vedením učitelky Hany Holendové a Milady Hanuškové zazpívá písničky z pohádky Tři bratři (J. Uhlíř, Z. Svěrák).

V březnu se budeme ve školce také věnovat seznamování dětí s požární ochranou. Těšíme se po jarních prázdninách na besedu s místními hasiči a praktickou ukázkou výstroje a výstroje v hasičské zbrojnici.

Organizační záležitosti:

Od 6. do 10. března bude otevřena pouze jedna třída – Beruška (jarní prázdniny).

Mgr. Ludmila Marková

na zahrádku dojdeme pro bylinky a krájíme zeleninu na polévku, kterou společně uvaříme na kotlíku. Ale nemějte strach,“ dodává průvodce “k polévce mají děti vždy další jídlo z domova, ohněm se nespálí a nožem nepořežou.“ Po obědě následuje odpočívání v zázemí palučinského tábořiště. Šup do spacáku a už je tu pohádka: „V širokanském oceánu, na ostrově Bujánu stojí sloup ze zlata...“

Školka funguje od pondělí do středy od 8:00 do 15:00 hodin. Rodiče, děti a průvodci spolu prožívají každý měsíc slavnosti, setkávají se na brigádách a pracují na zahrádce.

„Od září (šk. r. 2017/18) bychom rádi rozšířili nabídku o školní skupinu. Společně se ponoříme do tvarů písmen a číslic, do dobrodružství matematických úloh, prozkoumáme taje naší mateřštiny. Školákům navíc nabídneme čtvrtletní setkání s projekty z různých oblastí, exkurzemi a výlety.“ Volná místa jsou jak v předškolní, tak i školní skupině.

Pokud Vás podobný způsob vzdělání oslovil, můžete bližší informace získat na www.lspaluciny.cz nebo na setkání 8. března 2017 od 17:00 hodin v klubovně spolku Palučiny, Svěchyňova 257, Chrudim.

Jan Hlaváč

NETOPÝŘI NA LICHNICI

První sobotu v únoru se každoročně vydáváme na Lichnici, abychom se podívali na zimující netopýry. Problémem je, že zimní táboření a s ním spojená komentovaná prohlídka hradního sklepení se koná po pololetních prázdninách. Hodně dětí tedy v pátek odjíždí a nemohou se naší sobotní výpravě zúčastnit. I tak se nás pod komínem bývalé teplárny několik sešlo. Naše skupinka čítala 12 dětí a 6 dospělých jedinců.

Po blátivých letech byl konečně i u nás sníh a my jsme si ho cestou pořádně užili. Dětem se nejvíce líbila jízda po zadečku do hradního příkopu... Předtím jsme ale zjistili, že na Lichnici letos zimuje 6 druhů netopýrů. Netradičně se tu objevily také některé druhy ze severu, například netopýr velkouchý.

Nejvíce jsme obdivovali netopýra velkého, který visel za nožičky, a my jsme si ho mohli pořádně prohlédnout. Ostatní se raději schovávali ve škvírách mezi kameny a i našemu průvodci, panu Růžičkovi, chvíli trvalo, než je objevil, aby nám je mohl ukázat.

Na nádvoří hradu nám pak paní Matyková vyprávěla o Lichnici. Stříleli jsme z luku, ze kterého vyletěl osudný šíp, aby usmrtil krutou Mila-



du, a také jsme při přetahování lanem zjistili, že děvčata mají víc síly než chlapci. (Možná proto, že jich bylo víc.)

Domů jsme se vrátili promočení, protože ten den se teplota na teploměru pohybovala nad

nulou a sníl tál, ale byli jsme spokojeni. Příští rok půjdeme na netopýry zase. Půjďte s námi?

Mgr. Eva Čermáková

ZŠ - ŠACHOVÝ TURNAJ



Šachový turnaj vyhrál Rudolf Jun

Poslední lednovou sobotu uspořádala Základní škola Třemošnice ve spolupráci se šachovým klubem Železné hory otevřený turnaj pro děti pod názvem „O Lichnickou věž“.

Za stoly k 22 šachovnicím usedlo 45 mladých generálů z deseti oddílů, kteří vedli svá vojska proti králi soupeře v sedmi kolech. Vzhledem k nízkému počtu hráčů v některých z vypsaných kategorií (hlavně děvčat) a jejich nevyrovnanému ratingu (bodové ohodnocení výkonnosti) se turnaj odehrál v jedné skupině s vyhodnocením nejlepších jednotlivců v každé skupině.

O půl desáté si poprvé soupeři nad šachovnicemi podali ruce a spustili hodiny. Hrál se švýcarským systémem 2x20 minut a celou soutěž

řídil počítačový program, který určoval dvojice do jednotlivých partií podle předcházejících výsledků. V rapid šachu nutí čas hráče k rychlému rozhodování, a proto je boj dvou královských



družin pro diváka zajímavější.

Děti na předních stolech sváděly velmi vyrovnané boje, které skončily po patnácté hodině. Putovní pohár si za vítězství bez ztráty bodu z města pod zříceninou hradu Lichnice odvezl nejvýše nasazený hráč - chotěbořský Rudolf Jun. Druhý skončil jeho oddílový kolega Petr Klabeň. Pořadí na dalších místech muselo být rozsouzeno pomocným hodnocením, které nejvýše vyneslo Lukáše Blahu hájícího barvy šachového oddílu ze Zábřehu.



Ani na ostatních šachovnicích se ale nedávalo soupeřům nic zadarmo. Každé vítězství znamenalo získání lepšího umístění.

Nejlepším třemošnickým hráčem byl Adam Hlína na šestém místě.

Pořadatelé děkují všem účastníkům za jejich účasť a přízeň, jídelně ZŠ za poskytnuté prostory a vzornou péči o hráčské žaludky. Kdo bude příštím držitelem Lichnické věže, to se dozvíme na konci ledna roku 2018.

František Kučera

TECHNOHRÁTKY

TECHNOhrátky na SOŠ a SOU v Třemošnici seznámily školáky se strojírenskými a truhlářskými obory

Plné čtyři roky trvalo, než TECHNOhrátky Pardubického kraje znovu zamířily do Třemošnice. Stalo se tak 7. února 2017. A shledání se základnou budoucích strojařů a truhlářů bylo opravdu stylové. Akci ve zdejší Střední odborné



škole a Středním odborném učilišti technickém si nenechalo ujít 140 žáků z deseti základních škol z celého regionu. Setkali se zde s moderně vybavenými dílnami a především poznali atraktivní profese, v současnosti tolik žádané na pracovním trhu.

„Velký zájem základních škol o účast v Třemošnici nás příjemně překvapil. Ocenili jsme při tom, že učitelé a výchovní poradci tentokrát vybrali vesměs žáky, kteří uvažují o volbě některého z vyučovaných strojírenských nebo dřevozpracujících oborů. A tak třeba ze ZŠ Smetanova v Přelouči nebo ze ZŠ Chrást dorazilo po deseti školácích, ze ZŠ Prachovice a Dětského domova se školou z Chrudimi po dvanácti. Poměrně

ně vysoké procento účastníků tvořily dívky,“ uvedl manažer projektu TECHNOhrátky Vladimír Zemánek.

V kulturním domě se uskutečnilo slavnostní zahájení v pořadí 47. akce projektu. V rámci manuálních činností se žáci 7. až 9. tříd seznamovali v průběhu TECHNOhrátek s učebními a maturitními obory obráběč kovů, nástrojař, mechanik seřizovač, strojní mechanik, mechanik strojů a zařízení a truhlář – operátor dřevařské a nábytkářské výroby. Při této příležitosti se dozvěděli, že strojírenské podniky ve městě i blízkém okolí nabízejí 2 100 pracovních míst. „Absolutorium SOŠ a SOU technického v Třemošnici tak skýtá velice dobrou perspektivu pracovního uplatnění,“ doporučil účastníkům radní pro školství Pardubického kraje Bohumil Bernásek.

„Některé aktivity, které žáci plnili, byly poměrně náročné. Museli například složit stoličku, frézovat v kovu drážky, řezat železo, stříhat plech nebo soustružit válcovou plochu. Naopak si velice dobře poradili u počítačů při modelování plastové klíčenky s logem školy a její následně



TALENTY PRO FIRMY

V Ústí nad Orlicí se v úterý 24. ledna 2017 uskutečnilo krajské kolo týmové soutěže TALENTY PRO FIRMY „T - PROFI“, jehož pořadatelem byla Hospodářská komora Pardubického kraje. Cílem této celorepublikové akce je pod-

pořit zájem o technické obory prostřednictvím spolupráce mezi regionálními zaměstnavateli, středními a základními školami. Zúčastněná družstva jsou složená ze tří žáků a pedagoga (jak základní, tak i střední školy) a zástupce firmy.



výrobě,“ přiblížila pracovní náplň na šesti speciálních pracovních místech manažerka projektu TECHNOhrátky Helena Bártlová.

Hlavním sociálním partnerem SOŠ a SOU technického Třemošnice je firma Kovolis Hedvikov a. s., která školu podporuje nejen finančně či materiálně, ale jejím žákům nabízí také atraktivní firemní stipendia v rozsahu 2 500 až 5 000 Kč. „V současné době v naší firmě vykonává praktický výcvik čtyřicet žáků třemošnické SOŠ a SOU,“ upřesnila zástupkyně Kovolisu Hedvikov Renata Brumerčíková.

Vítězství a ovocný dort v manuálních dovednostech si odnesli žáci Základní školy Choltice. O motivaci jednotlivých týmů ZŠ se postarala společnost Kovolis Hedvikov, která v této kategorii pro tři nejúspěšnější výpravy vypsalala finanční prémii. Ve vědomostním kvízu získalo prvenství družstvo Základní školy Chrást. Blahopřejeme vítězům a věříme, že si mnozí z nich zvolí strojírenský nebo truhlářský obor a stanou se žáky a studenty SOŠ a SOU v Třemošnici.

upraveno z tiskové zprávy

Náplní soutěže bylo sestavení a oživení funkčního modelu tiskařského lisu (zásobník, dopravníkový pás s podavačem a razídkem k potisku žetonů) v časovém limitu tří hodin. Stroj byl stavěn ze stavebnice Merkur podle přiloženého montážního postupu, který se skládal ze třinácti dílčích návodů. Výsledkem práce dětí byl lisem potíštěný žeton s logem soutěže. Protože šlo o těžký úkol, museli se se svými radami zapojit i učitelé. Sestavení základní konstrukční části bylo úkolem mladších žáků, ti středněškolští tvořili pohonnou jednotku. Pedagogický doprovod mohl soutěžícím pomáhat jen organizačně a radou.

Tým Kovolisu Hedvikov tvořili žáci pátého ročníku ZŠ - Jiří Holeček, Josef Málek a Zdeněk Tichý, studenti druhého ročníku SOŠ a SOU technického - Jiří Volejník, Pavel Skála a Lukáš Tesař a pedagogický doprovod Tomáš Plítek, Michal Šrámek a František Kučera. Všichni účastníci soutěže si zaslouží pochvalu, neboť prokázali množství manuální zručnosti, důvtipu, představitosti, týmové spolupráce a soutěživosti. Naše družstvo si vedlo dobře, ukončilo práci jako první v zadaném časovém limitu. Dopustilo se však drobných chybiček, které jej odsunuly na konečné třetí místo.

František Kučera



Milí umělci, ctění čtenáři, muzikanti započali nový měsíc odpočinkem na muzikoterapeutických dílnách pod vedením Mgr. Evy Motyčkové. Seznámili se s mnoha alternativními nástroji, zaposlouchali se do mnoha krásných tónů a nechali své tělo léčit alikvotními tóny. V dalších měsících budou muzikanti opět pilně trénovat, aby svůj um předvedli na koncertech pro veřejnost a pro základní a mateřské školy.

Jak jsme v minulém čísle informovali, naši žáci se zúčastnili 9. 2. okresní soutěže ve hře na kytaru v ZUŠ Slatiňany, kde místo porotkyně přijala naše pedagožka a kytaristka Helena Tomišková. Všichni žáci se umístili na krásných medailových místech. Tereza Henselová z Heřmanova Městce obsadila 2. místo, Václav Lehký z Prahovic též 2. místo a Lukáš a Matěj Brtkovi z Ronova nad Doubravou obsadili v komorní hře 3. místo. Všem žákům i p. uč. Tomiškové velice děkujeme za přípravu i krásná umístění. V pondělí 13. 2. se konala okresní soutěž ve hře na klavír v ZUŠ Skuteč. Naši školu reprezentovala Sára Plecháčková pod vedením N. Valentové a umístila se na nejkrásnějším 1. místě. Sárce i pí. uč. Valentové gratulujeme. Do poroty

klavírní soutěže byla přizvána naše pedagožka



a klavíristka Mgr. Věra Zbořilová. Pro naši školu je čest, že jsou učitelé vybíráni do porot a děku-

jeme jim za ochotu a jejich čas.

Taneční obor vystoupil na maturitním plese 10. 2. v Kulturním domě Třešňovnice. Velký úspěch sklídily taneční skupiny Mini Magic s loňskou choreografií „Strašidelná škola“ a taneční skupina Ready s novou soutěžní choreografií „Hunger Games“ pod vedením Terezy Hluchníkové. Nejstarší a prostřední tanečníci z Heřm. Městce se též blýskli 24. 2. na Hasičském plese na Seči. Za skvělé výkony a ochotu patří velké díky pedagožce T. Hluchníkové. Za další možnost vystoupení velice děkujeme Základní škole Třešňovnice, která nás přizvala na vystoupení na školní Akademii 2. 3. od 15:30 hodin, kde vystoupí nejstarší tanečníci i studenti hudebního oboru. V daný termín již pí. uč. T. Hluchníková s tanečnicí přislíbila účast na Akademii v Heřmanově Městci, tudíž se za taneční obor objeví pouze jedna choreografie, ovšem o to více se můžeme těšit na Taneční galavečer 19. 6. v Pippichově divadle v Chrudimi. Taneční obor byl přizván i na Třešňovnický



jarmark a Sportovní den, ale bohužel se nebude moci zúčastnit ani jedné z těchto akcí z důvodu tanečních soutěží, kam jsou již tanečníci přihlášení. Tanečníci dále vystoupí 3. 3. na plese v Kostelci u Heřmanova Městce, 19. 3. je čeká první postupová soutěž v Chrudimi, 31. 3. žačky zatančí pro návštěvníky Hasičského plesu v Třešňovnici a hned druhý den se zúčastní soutěže ve Žďáru nad Sázavou. Tanečnicům i T. Hluchníkové přejeme hlavně zdraví a krásné zážitky z jejich i dalších vystoupení.

Tímto článkem bychom chtěli pogratulovat kolegyni a bývalé žačce ZUŠky Nikole Valentové, která byla přijata ke studiu na AMU v Praze a v žebříčku přijatých obsadila 1. místo. Velké gratulace patří i Mgr. Věře Zbořilové, která pí. uč. Valentovou v ZUŠ úspěšně připravila na Pardubickou konzervatoř.

Příprava na ZUŠ Open za podpory operní pěvkyně M. Kožené graduje a všichni se již na úterý 30. 5. těšíme.

Více o ZUŠ najdete na www.zushm.cz a na facebooku školy.

Mgr. Kristýna Vašková

MOTOKROS TŘEMOŠNICE

AMK Třemošnice si dovoluje pozvat všechny příznivce motocyklového sportu 8. 4. na zahájení letošní motokrosové sezóny do motokrosového areálu Kubíkovy Duby. Jedná se o 1. závod letošního seriálu SMS MOTOKROSU PARDUBICE 2017 ve třídách 50 ccm, 65 ccm, 80 ccm, OPEN MX2, 125 cm, HOBBY, HOBBY MX2, HOBBY OPEN, Veteran I, II, III.

Stalo se samozřejmostí, že motokrosová trať je kvalitně připravena a od toho se také odvíjí hodnocení z řad jezdců, činovníků a diváků. Tento závod slibuje velký počet jezdců, jelikož se jedná o začátek letošní sezóny. Dopolední program začíná v 8:00 hodin a odpolední program začíná ve 13:00 hodin.

Pro diváky je zajištěno občerstvení po celý den.

AMK Třemošnice



SPORTOVNÍ AKCE

Sportovní akce pořádané a spolupořádané sportovní komisí města Třemošnice v roce 2017

10. 5. 2017 Turnaj v minigolfu. Začátek v 16:00 hodin. Minigolfové hřiště ve sportovním areálu města Třemošnice.

20. 5. 2017 Turnaj v nohejbale trojic. Začátek v 10:00 hodin. Informace i.forman@seznam.cz.

29. 5. 2017 Volejbal rodiče + děti. Začátek v 16:00 hodin. Tělocvična u ZŠ.

3. 6. 2017 Sportuje celá Třemošnice. Začátek ve 13:00 hodin. Sportovní areál města Třemošnice.

24. 6. 2017 Běh o Pohár města Třemošnice. Start v 18:00 hodin. Prezence v 17:00 hodin. Náměstí města Třemošnice.

9. 8. 2017 Běh lesem u Doubravy. Start v 18:00 hodin, prezence v 17:00 hodin. Sportovní areál města Třemošnice.

16. 12. 2017 Vánoční běh do vrchu. Start ve 12:00 hodin. Prezence v 11:00 hodin. Hostinec Křížovka.

18. 12. 2017 Volejbal rodiče + děti. Začátek v 16:00 hodin. Tělocvična u ZŠ.

Mgr. Bc. František Melechovský

MDŽ V LIHOVARU

Mezinárodní den žen v Lihovaru

Časy se mění a to dobré našťestí ve většině případů zůstává... Proto se 8. března 2017 navracíme k tradici, která je starší více než 100 let a oslavuje polovinu naší populace – ženy. A zkuste namítnout, že si to nezaslouží! Cožpak vám ještě běžné dárky nezevednely? Darujte něco originálního svým maminkám, manželkám a přítelkyním. Za takovou havajskou masáž nebo Kleopatřinu koupel dostanete jistě pochvalu. Navíc pro vás máme na tento den i speciální menu a další služby. Bližší informace u nás na recepci nebo na www.lihovartremosnice.cz.

SRČ Lihovar, s. r. o.

OČNÍ OPTIKA TŘEMOŠNICE

Úterý: 9 - 13 14 - 17

Středa: 9 - 13 14 - 17

Čtvrtek: 9 - 13 14 - 17

Pátek: 9 - 13 14 - 17

Sobota: 10 - 14

Tel.: 469 661 089, 732 172 505

Zdravotní středisko, Budovatelů 420

www.optika-tremosnice.cz

LEKCE ANGLICKÉHO JAZYKA

3. LEKCE

Vážení čtenáři, na tomto místě vám pravidelně nabízíme jednu lekci angličtiny. Kurz je určen všem, kteří se o angličtinu zajímají a chtějí si osvojit její základy.

SLOVESO MÍT A ČLENY

Vedle slovesa **být** se v jazyce neobejdeme ani bez slovesa **mít**, tj. **have got**.

Na větě **mít dům** si ukážeme a) oznamovací větu, b) otázku tvořenou přehozením slovosledu a c) zápornou větu.

Časování:

I have got a house.

You have got a house.

He, she has got a house.

We have got a house.

You have got a house.

They have got a house.

Otázka:

Have I got a house?

Have you got a house?

Has he, she got a house?

Have we got a house?

Have you got a house?

Have they got a house?

Zápor:

I haven't got a house.

You haven't got a house.

He, she hasn't got a house.

We haven't got a house.

You haven't got a house.

They haven't got a house.

Takové sloveso **mít** se neobejde bez předmětu. Co tedy máte? Ukážeme si na jednoduchých větných řetězcích, jak celé paradigma funguje.

brother/sister - bratr sestra

car/motorbike - auto/motorka

problem/headache - problém/bolest hlavy

I have got a brother and a sister.

My brother has got a car.

They have got a problem.

Have you got a brother or a sister?

Has your brother got a car.

Have they got a problem?

I haven't got a brother.

My brother hasn't got a car.

They haven't got a problem.

Mohli jste si všimnout, že každé podstatné jméno v předchozích větách má neurčitý člen. Tato gramatická kategorie v češtině neexistuje.

Rozlišujeme člen neurčitý (a, an - nějaký, jeden) a určitý (the - ten, ta, to). Každou novou informaci uvádíme právě členem neurčitým a tento člen je přitom odvislý od počáteční hlásky podstatného jména nebo přídavného jména (souhláska nebo samohláska - a, e, i, o, u). Používá se pouze před podstatným jménem v jednotném čísle. **Věmněte si:**

He has got a **book** (souhláska).

He has got **an** interesting book (samohláska).

He has got **an** apple (samohláska).

He has got **a** sweet apple (souhláska).

Doplňte sloveso have got a neurčitý člen:

She... (not) got daughter, she got son. They..... got clever son and we got pretty daughter. Mr. and Mrs. Jackson..... (not) got nice flat. He... (not) got interesting job. We..... got house in this town.

Podrobnější vysvětlivky naleznete na webu www.agenturalv.cz. Na další Vaše pokroky se těší Lukáš Vojáček.

PRÁVNICKÉ OKÉNKO

Přestupky proti občanskému soužití

Občanské soužití lze vymezit jako souhrn pravidel chování, jejichž zachování je podle obecného názoru a přesvědčení nutnou podmínkou klidného a spořádaného soužití občanů v daném místě a čase.

Obecně lze říci, že uvedené přestupky chrání žádoucí dobré vztahy mezi lidmi, které jsou v jednotlivých skutkových podstatách ještě konkretizovány.

V tomto článku jsme se zaměřili na přestupky proti občanskému soužití, které se v praxi poměrně často vyskytují.

Přestupek spáchá ten, kdo jiného urazí nebo vydá v posměch, a tím mu ublíží na cti. Příkladem urážky jsou např. nadávky, hanlivá nebo posměšná gesta či pomluvy. Tento přestupek je návrhový a musí být podán věcně a místně příslušnému správnímu orgánu do tří měsíců ode dne, kdy se navrhovatel dověděl o přestupku.

Přestupek ublížení na zdraví spáchá ten, kdo

úmyslně nebo z nedbalosti způsobí ublížení na zdraví jinému. Příkladem úmyslného ublížení na zdraví jsou např. facky, hospodské rvačky nebo jiná fyzická napadení, která mají za následek drobná zranění. Příkladem nedbalostního ublížení na zdraví je pokousání psem, kterého osoba, jež je za něho odpovědná, řádně nezajistí. Přestupek vyhrožování újmou na zdraví spáchá ten, kdo jinému vyhrožuje újmou na zdraví. Podstatou tohoto přestupku je, že takové jednání musí být v dané chvíli opravdová hrozba. Může se jednat o sdělení „já tě zabiju“ nebo „zmlátím tě“ apod., a také, aby taková hrozba byla doprovázena skutečným úmyslem k napadení (např. zbraň v ruce). Někdy jsou tato sdělení realizována formou sms zpráv mobilním telefonem.

Přestupek schválnosti spáchá ten, kdo se vůči jinému dopustí schválnosti. Příkladem jsou špatné sousedské vztahy, vyhazování odpadků na pozemek souseda nebo postříkání trávy souseda přípravkem na hubení trávy.

Přestupek hrubého jednání spáchá ten, kdo se vůči jinému dopustí jiného hrubého jednání. Příkladem jsou hanlivá gesta, plivance a jiná napadení, kdy nedojde k ublížení na zdraví.

Za všechny výše uvedené přestupky správní orgán může uložit pokutu až 20 000 Kč. Současně s tím zaplatí odsouzený z přestupku 1 000 Kč za náklady správního řízení. Osoba, která je poškozena jednáním jiné osoby, která se dopustila přestupku, by se v tomto případě měla obrátit na příslušné orgány policie ČR nebo na správní orgán, který je k vyřizování přestupku pověřen. Ve složitějších nebo opakovaných případech doporučujeme, aby se obrátila o právní pomoc na advokáta.

Připravili: **čech/partners, advokátní kancelář**
JUDr. Ondřej Čech, Ph.D., advokát
JUDr. Jiří Kunášek

BOLESTI ZAD

Trápí vás bolesti zad?

Pokud vás zaujal tento titul, tak určitě čtete dál.

Stane se vám, že se při předklonu už nemůžete narovnat, bolí vás každý pohyb? A cítíte, že při pohybu to není ono? Objevuje se vám bolest nejen v zádech, krku, ale i ve stehně či v rameni? Nebo častěji vnímáte brnění, mravenčení části nebo celé dolní končetiny?

V tom případě je tady pro vás dobrá zpráva. Ukazuje se, že většina příčin bolestí zad a krční páteře není komplikovaná, může být odhalena včas a vy se můžete uzdravit. A důležité je, že si můžete pomoci sami.

A může vám pomoci MDT – Mechanická diagnostika a terapie. A co to vlastně je?

McKenzie metoda®, nebo-li MDT, je první metodou volby u lidí s bolestí pohybového apará-

tu, a to jak páteře bederní, krční, tak i hrudní. Po důkladném zjištění anamnézy uděláte několik pohybů různými směry. Je sledováno provedení, rozsah pohybů a také symptomy. Pak je vám vybrán jeden směr pohybu, který děláte opakovaně, abyste se zbavili bolesti. Používá se to i u bolestí periferních kloubů: kyčel, rameno, koleno, loket a všech ostatních.

Víte, že až 50% pacientů s výhřezem ploténky cvičících dle směrové preference MDT nemuselo podstoupit operaci páteře?

Bolest je pouze příznak. Není to diagnóza ani nemoc. Pravá anatomická příčina bolesti zad, pokud existuje, až u 85% případů není odhalena. Nutno dodat, že stejně jako existují různé druhy hrudních a břišních bolestí, existují i různé druhy bolestí páteře.

Co čekat od vyšetření mechanickou diagnos-

tikou a terapií (MDT) dle Robina McKenzie?

Když navštívíte terapeuta využívajícího McKenzie metodu, zpočátku odpovíte na několik otázek. Ty utváří obraz o tom, CO a PROČ způsobilo vaše potíže. Terapeut vyhodnocuje, jestli jste vhodní na mechanickou terapii, nebo ne. Hledá jeden, ten nejvhodnější, směr cvičení pro vás. Děláte opakované pohyby nebo pozice s cílem nalézt to, co bude snižovat, centralizovat nebo odstraňovat vaši bolest.

Pokud se chcete zbavit bolestí zad a kloubů, zkuste to.

Vyzkoušejte McKenzie Metodu®. Více informací naleznete na stránce www.mckenzie.cz/, nebo u svého McKenzie terapeuta.

Mgr. Miriam Hrabinská, Cert. MDT,
 McKenzie terapeut.

Kontakt v redakci

OHLÉDNUTÍ ZA PLESEM MĚSTA TŘEMOŠNICE



KULTURNÍ POZVÁNKA

Čtrnáctý ročník festivalu Tomášková a Nováková hudební Skuteč



Festival Tomášková a Nováková hudební Skuteč zahájil předprodej vstupenek na svůj XIV. ročník.

Klasická hudba, opera, balet, ale i spřízněné žánry a nové hudební projekty budou do města lákat návštěvníky v období od 12. března do 7. května 2017.

Zahajovací koncert bude opět jedním z vrcholů. Na programu je symfonie Novosvětská od A. Dvořáka v podání Filharmonie Bohuslava Martinů Zlín. Městské muzeum nabídne Moravskou lidovou poezii v písních v neobvyklé instrumentaci. O cenu Vítězslava Nováka se opět utkají dětské a mládežnické pěvecké sbory z celé České republiky.

Další oblíbené dílo z pera J. Offenbacha potěší příznivce operety. Moravské divadlo Olomouc uvede titul Rytíř Modrovous. Jedním z koncertů pro děti a mládež bude Naše písnička v provedení Hudebního divadla dětem z Hradce Králové.

S výpravnou a dramatickou operou Tosca G. Pucciniho se o přízeň diváků bude ucházet Slezské divadlo Opava. Filmová hudba od mládeže pro mládež zazní v pořadu Hraje Decapoda. Dubnový program zahájí chlapecký pěvecký sbor Boni Pueri, Christina Johnston a Komorní filharmonie Pardubice a představí vám To nejlepší z klasiky. Otčenáš L. Janáčka zazní v chrastecském kostele v podání regionálních těles: Chrudimská komorní filharmonie a pěveckých sborů Slavoj a Rubeš.

Prvním velkým koncertem na zimním stadionu bude Beales Mania. Hity legendární anglické skupiny zahraje orchestr Filharmonie Hradec Králové, zpívat budou vynikající Q VOX. Komorní sbor Collegium Cantantium zavítá se svým programem Duchovní hudba na Chlumku do Luže.

Filmová filharmonie představí velkolepý projekt Dobrodružství filmové hudby na zimním stadionu.

A duben zakončí klasický balet Giselle francouzského skladatele A. Ch. Adama v provedení Severočeského divadla Ústí nad Labem. Pořad Alfreda Strejčka a Jitky Molavcové Oráč a smrt se uskuteční v kostele ve Skutči.

Festival v květnu zakončí Závěrečný koncert s Carmen, který v komponovaném programu nabídne nejslavnější španělská díla.

Podrobnosti o programu naleznete na stránkách: www.festival-hudebni.skutec.cz.

Matěj Zelinka

TOMÁŠKOVÁ A NOVÁKOVÁ HUDEBNÍ SKUTEČ
XIV. ROČNÍK
12. 3. - 7. 5. 2017

A. DVOŘÁK: NOVOSVĚTSKÁ Vrcholné dílo světové symfonické tvorby

A. Dvořák: Symfonie č. 9 e moll, op. 95 Z Nového světa

P. I. Čajkovskij: Koncert pro klavír a orchestr b moll, op. 23

Filharmonie Bohuslava Martinů Zlín

sólo klavír: Igor Ardašev

dirigent: Stanislav Vavřínek

NEDĚLE 12. března - 16 hodin, Kulturní klub Skuteč

MORAVSKÁ LIDOVÁ POESIE V PÍSNÍCH Písně v úpravě Leoše Janáčka v neobvyklé instrumentaci

zpěv: Pavla Fendrichová, loutna: Jindřich Macek

STŘEDA 15. března - 18 hodin, Městské muzeum Skuteč

O CENU VÍTĚZSLAVA NOVÁKA

Soutěžní přehlídka dětských a mládežnických sborů

SOBOTA 18. března - po celý den, Kulturní klub Skuteč

J. OFFENBACH: RYTÍŘ MODROVOUS

Humorná opereta se zločinným námětem

Moravské divadlo Olomouc

NEDĚLE 19. března - 16 hodin, Kulturní klub Skuteč

NAŠE PÍSNÍČKA

Hudební pořad pro děti MŠ a ZŠ

Hudební divadlo dětem Hradec Králové

ČTVRTEK 23. března - 9:00 a 10:30 hodin, Kulturní klub Skuteč

G. PUCCINI: TOSCA

Strhující operní drama ve výpravném provedení

Slezské divadlo Opava

NEDĚLE 26. března - 16 hodin, Kulturní klub Skuteč

HRAJE DECAPODA

Klasická i filmová hudba od mládeže pro mládež

Symfonický orchestr ZUŠ Ústí nad Orlicí

PÁTEK 31. března - 10 hodin, Kulturní klub Skuteč

TO NEJLEPŠÍ Z KLASIKY

Boni Pueri, Christina Johnston a Komorní filharmonie Pardubice

Český chlapecký sbor Boni Pueri

Komorní filharmonie Pardubice

sólo: Christina Johnston

dirigent: Marek Štílec

NEDĚLE 2. dubna - 16 hodin, Kulturní klub Skuteč

L. JANÁČEK: OTČENÁŠ

Komorní kantáta pro tenor, smíšený sbor, harfu a varhany

Chrudimská komorní filharmonie
PS Rubeš Skuteč, PS Slavoj Chrudim
sólo tenor: Aleš Nehněvajs, sólo harfa: Hana Hrachovinová

sólo varhany: Petr Hostinský

dirigent: Martin Profous, sbormistr: Zdeněk Kudrnka

NEDĚLE 9. dubna - 16 hodin, kostel Nejsvětější Trojice Chrást

BEATLES MANIA

Symfonická verze nejznámějších hitů legendární skupiny

Filharmonie Hradec Králové

Mužské vokální kvarteto Q VOX

dirigent: Miloš Machek

STŘEDA 19. dubna - 20 hodin, Zimní stadion Skuteč

DUCHOVNÍ HUDBA NA CHLUMKU

Z díla A. Dvořáka a výběr spirituálů

Komorní sbor Collegium Cantantium

sbormistr: Zdeněk Kudrnka

NEDĚLE 23. dubna - 16 hodin, kostel Panny Marie na Chlumku v Luži

DOBRODRUŽSTVÍ FILMOVÉ HUDBY

Od Gladiátora po Piráty z Karibiku v podání FILMharmonie

Filmová filharmonie

dirigent: Chuhei Iwasaki

STŘEDA 26. dubna - 20 hodin, Zimní stadion Skuteč

A. CH. ADAM: GISELLE

Romantický balet s vysokými tanečními nároky

Severočeské divadlo Ústí nad Labem

PÁTEK 28. dubna - 19 hodin, Kulturní klub Skuteč

ORÁČ A SMRT

Disputace o životě, lásce a smrti

Alfred Strejček, Jitka Molavcová, David Burda, Josef Fojta

STŘEDA 3. května - 18 hodin, kostel Nanebevzetí Panny Marie Skuteč

ZÁVĚREČNÝ KONCERT S CARMEN

Nejslavnější španělská díla v komponovaném pořadu

sólo: Edita Adlerová

tanec: Lola Karpenko, kytara, zpěv: Miroslav Žára

housele: Anna Štěpánová, cajón, kytara, zpěv: Juraj Papi Garaj

NEDĚLE 7. května - 16 hodin, Kulturní klub Skuteč

Změna programu vyhrazena.

Prodej vstupenek probíhá na odboru kultura a školství na Městském úřadě Skuteč, v Turistickém informačním centru v budově Městského muzea Skuteč nebo na internetových stránkách: <http://vstupenky.skutec.cz>.

Další informace na <http://festival-hudebni.skutec.cz> nebo na tel. číslo 469 326 486/ 487, 731 557 422/477.

INZERCE

Nabízíme Vám možnost inzerce v této části. V případě zájmu navštivte Informační centrum, které přijímá Vaše inzeráty a kde získáte informace o dalších možnostech reklamy v Třemošnických novinkách.

Cena: 200 znaků 150 Kč

Soused opravář - poradí si se vším

Ing. Vladimír Georgiev
Mob.: 602 419 159
www.soused-opravar.cz

Půjčka rychle

Smart půjčka
až do domu
rychle až 50 000 Kč
volejte – 777 760 832

Firma RUPOL, spol. s r. o., Ronov nad Doubravou, Svatokřížská 522

NABÍZÍ

- Výstavbu rodinného domu jako kompletní dodávku
 - Výstavbu hrubé stavby
 - Základové desky
- Regionální ceny, kvalitní práce, rychlá výstavba. Vše se smlouvou o dílo a zárukou 5 let.

DÁLE NABÍZÍ

Dodání veškerého stavebního materiálu, ve větším množství s individuálními cenami. Doprava materiálu až na stavbu, skládání hydraulickou rukou.

Kontakt:

Vladimír Polák – 602 352 684
e-mail: rupol.sro@email.cz

1. - 13. 3.	Burza jarního a letního oblečení	Městská galerie
V městské galerii se koná burza oblečení, hraček, sezónního sportovního vybavení. 1., 2., 3. výběr; 6., 7., 8. prodej; 10. a 13. vrácení zboží. V čase 10:00-12:00 a 13:00-16:30 hodin.		
3. 3.	Ples firmy Dvořák	Kulturní dům
Ples, začátek ve 20:00 hodin.		
4. 3.	Ronovský bál	Tělocvična ZŠ
Město a Základní škola Ronov nad Doubravou vás zvou na bál, hraje skupina JEL – BAND, začátek ve 20:00 hodin.		
16. 3. - 4. 4.	Výstava ZUŠ	Městská galerie
Výstava Putování po planetách, vernisáž 15. 3. v 16:00 hodin.		
17. 3.	Ples firmy Kovolis Hedvikov, a. s.	Kulturní dům
Ples, začátek ve 20:00 hodin.		
11. 3.	Fotbal - Krajský přebor pardubického kraje	Stadion
ŽSK Třemošnice - Heřmanův Městec, začátek ve 14:00 hodin.		
18. 3.	Vítání jara	
Středisko Junák Ronov nad Doubravou pořádá 23. ročník turistického pochodu na Pařížovskou přehradu. Sraz v 10:00 hodin na vlakovém nádraží v Třemošnici.		
21. 3.	Recitační soutěž	Cukrárna Třemošnice
Soutěž pro žáky I. stupně ZŠ, začátek v 15:30 hodin.		
24. - 25. 3.	Noc s Andersenem	Městská knihovna
Čtenáři od 3. do 5. třídy mohou prožít nezapomenutelnou noc v městské knihovně. Noc plná soutěží, her, zábavy, začátek v 18:00 hodin. Přihlášky od 1. 3.		
24. 3.	Květinkový ples	KD Prachovice
Obecní Květinkový ples se uskuteční v pátek 24. 3. od 20:00 hodin v KD Prachovice. Všichni jste srdečně zváni.		
25. 3.	Fotbal - Krajský přebor pardubického kraje	Stadion
ŽSK Třemošnice – Slatiňany, začátek ve 14:30 hodin.		
25. 3.	Sjezd Chrudimky	Seč
7. ročník vodáckého sjezdu Chrudimky, Seč I - Mezisvětí (WWI). Zajištěno vypouštění VD Seč od 11:00 hodin.		
25. 3.	Dětský karneval	Kulturní dům
O zábavu se postará divadýlko Mrak z Havlíčkova Brodu, začátek ve 14:00 hodin.		
25. 3.	Koncert - Janovec a Čilimník	Mladotice - Mlýn
Bluesová noc, začátek ve 20:00 hodin.		
31. 3.	Hasičský bál	Kulturní dům
Hasiči města Třemošnice vás zvou na svůj bál, k tanci a poslechu bude hrát kapela Trik, začátek ve 20:00 hodin, vstupenky v předprodeji v IC Třemošnice, vstupné 120 Kč.		
1. - 2. 4.	Odemykání Doubravy	Pařížov
26. ročník odemykání a vodácký sjezd Pařížov - Ronov. Zajištěno vypouštění VD Pařížov od 10:00 hodin.		

RECEPTY NAŠICH ČTENÁŘŮ

Svíčková z čínské kachny

Budete potřebovat:

čínskou kachnu, klidně co největší, 1 opravdu velký celer, 2 petržele, 3 mrkve, 2 větší cibule, celý pepř, nové koření, bobkový list, sůl, cukr krupici, ocet a asi 1/2 kelímku větší hořčice - koření dávám podle chuti a nešetřím, jen opatrně s novým kořením, je hodně aromatické asi 1/2 kostky másla, podle potřeby může být i víc 1 zakysanou smetanu a hladkou mouku na zahuštění

Postup:

zeleninu nastrohat na hrubém struhadle, cibuli krájet na kostičky, kachnu stačí rozdělit na čtvrtky i s kůží.

Na másle nejprve orestovat zeleninu, pak přidat cibuli a ještě chvíli restovat. Pak přidáme koření, sůl, ocet a hořčici, osmahneme a vložíme maso, zalijeme vodou, aby bylo maso ponořené, a vaříme do měkka. Maso vyndat a obrát od kostí „padni jak padni“, kůži nepoužívám a maso dávám zvlášť, ne do omáčky.

Zeleninu i s kořením rozmixujeme do hladka, doplníme vodou na požadované množství omáčky, zalijeme zakysanou smetanou, do které jsme pro zahuštění přidali 2 - 3 lžíce hladké mouky a trochu vody. Nakonec ještě dochutíme octem, solí a cukrem. Cukr opravdu až na konec, jinak se vám bude omáčka připalovat. Za stálého míchání ještě asi 10 minut provaříme - kvůli mouce.

Na talíř dáme pořádnou porci houskových knedlíků, maso z kachny a „potopíme“ omáčkou.

čtenářka TN



Za obsah placené inzerce neručíme.

Třemošnické novinky - periodický tisk územně samosprávného celku, vychází jako měsíčník.

Redakční rada: Alvarezová Pavla, Víšková Martina, Bubeníková Marcela, Kodešová Kamila, Rokosová Jana, Tonner Karel

Kontakt na redakci: redakce@tremosnice.cz

Vydává: Město Třemošnice, Náměstí Míru 451, 538 43 Třemošnice, IČ 00271071

Tisk: Tiskárna v Ráji s.r.o. Pardubice

Distribuce: zdarma do všech domácností

Datum vydání: 1. 3. 2017

Příští uzávěrka: 16. 3. 2017

Náklad: 1510 ks

Registrační číslo: MK ČR E 18645

