



TŘEMOŠNICKÉ NOVINKY

Informační měsíčník Města Třemošnice zdarma do všech domácností

Kouzlo Vánoc ...?
To je klid a pohoda,
láska a vzájemná
blízkost, štěstí a radost,
o které se můžeme
podělit.

Ať jsou ty Vaše letošní
vánoční svátky naplněné
krásnými chvílemi s těmi,
které máte rádi a kteří
jsou Vám nejbližší.

Vaše RR



PROSINCOVÝ CITÁT

„Mít rád lidi a milovat lidi, to je celé tajemství a snad jediný recept na štěstí. Kdo myslí jenom na sebe, ochudí jiné o sebe, ochudí sebe o jiné, zakrní a zahyne.“ — Jan Werich

PF 2022

Vážení spoluobčané, máme před sebou poslední měsíc letošního roku, čas na hodnocení celého ročního období. Před rokem jsme si kromě jiného přáli, aby náš život se co nejdříve vrátil do normálních kolejí tak, jak jsme byli zvyklí. Přesto i v tomto roce nám každodenní život neustále komplikuje pandemie COVID-19. Nezbyvá nám nic jiného než přijmout, že pandemie tu bude v určité podobě stále s námi a musíme se s tím umět vyrovnat.

Přestože máme před sebou ještě celý měsíc do konce roku, je již jisté, že tento rok je jiný i z jiného pohledu. Hlavním tématem roku byl další rozvoj Třemošnice a blízkého okolí. Nejen na zastupitelstvu, ale i mezi občany probíhala vzrušená diskuze, kterým směrem by územní rozvoj Třemošnice měl pokračovat. Zda půjdeme cestou rozšíření průmyslu, či dáme větší důraz na rozvoj bydlení pro nové občany. Završením této diskuze bylo hlasování v místním referendu. Jak vyplývá z jeho výsledků hlasování, velká většina občanů se vyjádřila pro změnu územního plánu a přípravy území pro novou zástavbu. Uvidíme, zda toto rozhodnutí budeme moci naplňovat. Nyní musíme vyčkat na rozhodnutí soudu k podané

žalobě na neplatnost místního referenda. Přestože nejsme ještě na konci letošního roku, chtěli bychom Vám všem poděkovat za podporu, spolupráci a náměty na zlepšení. Poděkování si zaslouží všichni zastupitelé a další občané zapojení do činnosti komisí či výborů města. Nesmíme zapomenout ani na zaměstnance městského úřadu, pracovníce domu s pečovatelskou službou a zaměstnance příspěvkových organizací města. Všichni jsou tu pro Vás, občany Třemošnice a místních částí, pomáhají řešit Vaše problémy, přání a požadavky. Velké poděkování si zaslouží učitelé základní a mateřské školy, kteří neustále musejí reagovat na výjimečné situace ve výuce. Přejeme Vám klidné adventní období a vánoční svátky prožité v klidu v kruhu svých nejbližších.

Věříme, že i v nadcházejícím roce 2022 se nám společně podaří splnit řadu naplánovaných úkolů k dalšímu zlepšení života ve městě tak, abyste byli spokojeni. Do nového roku 2022 Vám přejeme hlavně hodně zdraví, alespoň trochu štěstí a spokojenost jak v soukromém, tak i v pracovním životě.

Ing. Miroslav Bubeník, starosta
Josef Dvořák, místostarosta

Pracovní doba MěÚ

Úprava provozní doby MěÚ Třemošnice
v době vánočních svátků

Po 20. 12. 2021 - 7:00 – 16:30 hodin

Út 21. 12. 2021 - 7:00 – 15:00 hodin

St 22. 12. 2021 - 7:00 – 16:30 hodin

Čt 23. 12. 2021 - zavřeno

Pá 24. 12. 2021 - zavřeno (svátek)

Po 27. 12. 2021 - 7:00 – 16:30 hodin

Út 28. 12. 2021 - 7:00 – 15:00 hodin

St 29. 12. 2021 - 7:00 – 16:30 hodin

Čt 30. 12. 2021 - 7:00 – 15:00 hodin

Pá 31. 12. 2021 - zavřeno

RNDr. Jana Kočová

Úřad práce

Úřad práce ČR – Kontaktní pracoviště Třemošnice oznamuje změnu úřední doby v období vánočních svátků.

Ve čtvrtek 23. 12. a v pátek 31. 12. bude úřad práce z provozních důvodů zcela uzavřen.

Ostatní úřední dny a hodiny jsou beze změny.

Mgr. Pavlína Vaňhátová
vedoucí KoP Třemošnice

Informace - posezení se seniory

Vážení občané, Vy dříve narození, s politováním Vám oznamujeme, že se v letošním roce neuskuteční předvánoční posezení se seniory.

Je nám velice líto, že se již druhým rokem nemůžeme s Vámi sejít, pohostit Vás, zapívat si i zatančit. Bohužel epidemiologická situace nám nedovoluje Vás bezstarostně pozvat a uspořádat předvánoční posezení tak, abychom neohrozili Vaše

zdraví. To si v žádném případě nechceme vzít na svědomí, a proto doufáme, že naše rozhodnutí pochopíte.

Pevně věříme, že situace bude příští rok příznivá a společně se sejdeme.

Přejeme Vám všem klidné prožití vánočních svátků v kruhu Vašich blízkých a do nového roku hlavně hodně zdraví.

vedení města Třemošnice

Přání senátora

Adventní čas je pro mnohé z nás nejkrásnějším obdobím roku. Je to čas naděje, očekávání, zrození, vzájemného obdarování, radosti a zejména dobročinnosti. Právě jako čas dobročinnosti vnímám vlastně celý letošní rok. Rád bych za aktivity vás všech, které náročné pandemické období přivedlo k jakékoli dobrovolnické pomoci, poděkoval.

Děkuji všem, kteří byli ochotni udělat něco navíc. Třeba nemocnému sousedovi zajistit nákup potravin nebo léků. Stačí, když si uvědomíme význam slov pochopení, soucit, tolerance a solidarita. Inspirujeme se i v novém roce znovuzrozením dobrovolnické pomoci.

Přeji vám, abyste v čase radostného očekávání vánočních dnů, dokázali načerpat energii pro podání pomocné ruky. Nemusí jít jen o velké činy-často stačí milé slovo, povzbuzení či úsměv k tomu, abychom prolomili smutek, který se v někom z našich blízkých nenápadně usadil.

Vážení a milí občané Třemošnice, přeji vám radostné Vánoce, přeji vám, abyste měli důvody udržet si úsměv na tváři a do roku 2022 vám přeji zejména pevně zdraví.

Váš senátor Jan Tecl



Střední odborná škola a Střední odborné učiliště technické Třemošnice

Dny otevřených dveří

9. 12. 2021 9:00 - 16:00

8. 1. 2022 9:00 - 12:00

Střední odborná škola a Střední odborné učiliště technické Třemošnice
Vás srdečně zve na den otevřených dveří.

V areálu školy na Vás čeká:

- Setkání se zástupci školy a firem, se kterými spolupracujeme
- Informace o studijních oborech a přijímacím řízení
- Prohlídka zázemí teoretického a praktického vyučování
- Možnost nahlédnout do výuky
- Příležitost vyzkoušet si své praktické dovednosti



www.sos-tremosnice.cz

Městská knihovna

Vánoční uzavření knihovny

Upozorňujeme naše čtenáře, že knihovna a IC budou **od pondělí 20. 12. 2021 do 2. 1. 2022 uzavřené**. Abyste měli dostatek knih přes vánoční svátky, přijďte si vybrat do pátku 17. 12. V novém roce se na vás budeme těšit v pondělí 3. 1. 2022.

Nejenom knihy

Bývalo, že si čtenář v knihovně půjčoval jenom knihy. Vše je však jinak. V dnešní době si čtenář u nás může zapůjčit z široké nabídky stolních her, časopisů a audio-knih, tak neváhejte. Navštivte nás a vyberte si, ať máte během vánočních svátků co číst a co hrát.

O hliníkové království

Vyhlásili jsme od 1. 11. do 14. 2. soutěž O Hliníkové království. Soutěž je určena pro děti MŠ a ZŠ v Třemošnici. Čistý hliník noste do knihovny. Upozorňujeme, že

obaly z léků, brambůrek a kávy jsou sice stříbrné, ale není to hliník, je to plast. Ty prosím do hliníku nedávejte.

Vánoční koncert

Na čtvrtek 9. 12. je naplánovaný vánoční koncert. Bohužel díky covidové době nevíme, jak se bude situace vyvíjet, proto sledujte vývěsku u knihovny a webové stránky knihovny www.tremosnice.cz/mesto/kultura-a-sport/mestska-knihovna/, kde se dozvíte aktuální informace.

Hvězdičkový ples města Třemošnice

Mysleli jsme, že navážeme na tradici, ale bohužel vše je jinak. Oblíbený Hvězdičkový ples, který vždy zahajuje plesovou sezónu v Třemošnici, se kvůli pandemii covidu a díky všem vládním opatřením konat nebude.

Kalendáře

Sháníte kalendář na rok 2022 s fotkami

z našeho okolí? Stavte se v knihovně, nabízíme kalendáře jak stolní, tak závěsné.

Semínkována

Zahradkáři, pomalu, ale jistě zazimovávajíte svoji zahrádku. Měli jste dostatek semínek z kytěk, keřů, zeleniny aj.? Tak nezapomeňte obohatit semínkovnu v knihovně. Opravdu se to hezky ujalo a na jaře se právě ta vaše semínka dostanou do různých zahrad.

Vánoční přání

Ať jsou pro vás vánoční svátky něhou zabalené, vůní Vánoc provoněné a ať vaši blízcí jsou obdarováni tím nejdůležitějším, a to láskou, nasloucháním a vaší pozorností, to vám ze srdce přeje vaše knihovnice.

Pavla Alvarezová

Světlana Hromádková

Bylinkové okénko

Milí čtenáři a přátelé přírody a bylinek.

Čas neúprosně chvátá a my lidé stále každým rokem při setkáních pronášíme stejnou větu „Jak nám čas utíká“. Ještě si uvědomuji vzpomínky na Vánoce minulé a už se blíží další....

A tak je myslím dobře, že někdo z vás se zastaví a dozví se další zajímavé poznatky z říše přírody a bylin s ní navždy spojených. Chtěla bych se zmínit o rostlinách – bylinách, které můžeme pěstovat na své zahrádce pro potěchu oka, ale i pro zlepšení našeho zdraví.

Jistě mnoho z vás zná, a i pěstuje **berge-**



nii tučnolistou, patří mezi méně známé léčivky. Je to stálezelená trvalka s velkými dekorativními fialovými nebo růžovými květy. Pochází z hornatých oblastí Číny, Mongolska a Ruska. V Evropě se pěstuje od roku 1760 jako okrasná rostlina. Léčivě ji u nás poprvé začal používat bylinář Pavel Váša.

Bergenie obsahuje železo, mangan, měď a velké množství vitamínu „C“. Léčivé jsou listy a oddenek. Díky obsahu arbutinu léčí listy ve formě **nálevu** nebo **macerátu záněty ledvin a močového měchýře, ledvinové a močové kameny, hemoroidy a zvykání čerstvých kořenů pomáhá proti zvracení a průjmům**. Dále tato pozoruhodná léčivka působí při **horečce, kašli, tuberkulóze a dalších plicních onemocněních**. Zvyšuje

je imunitu a stimuluje tvorbu T-lymfocytů. Má blahodárné účinky na **klouby, kosti a kůži**, příznivě působí na **klouby a krevní tlak**.

Výborný je zdravý prospěšný, **osvěžující čaj** z přezimujících nevábně vypadajících suchých černých listů ve formě nálevu: Jeden menší list zalijeme 1 litrem vařící vody a necháme 20 minut vyluhovat a poté scedíme. Jak říká pan bylinář Vytašek, který s bylinářem Váňou tento čaj vařivali účastníkům bylinkových kurzů, nehrozí u něj předávkování, naopak působí léčivě na ledviny. Pro obsah arbutinu je vhodné tento čaj popíjet nyní na podzim, protože listy bergenie ho právě teď obsahují nejvíce.

Velmi **léčivá je také lihová tinktura** vyzkoušejte tento recept: oddenek bergenie nakrájíme podélně na drobné kousky nekovovým nožem, zalijeme nejlépe 60% alkoholem, (muže být i 40 %) v poměru 1 díl oddenku a 4 díly alkoholu. Necháme 2 měsíce macerovat, poté scedíme a naředíme destilovanou nebo měkkou studánkovou vodou na 40 % a slijeme do tmavých lahví. V případě potřeby užíváme 3x denně 20 kapek.

Rozchodnice růžová je víceletá horská bylina z čeledi tlusticovitých, představuje v naší přírodě kriticky ohrožený druh, proto k léčení používáme kořen z pěstovaných



rostlin. Pokud ji chceme pěstovat, je pro ni vhodná skalka se šterkovým podloží, protože bylina potřebuje chladno i přímé slunce. Je velmi dekorativní a zkrášlí vaši skalku.

Kořen se používá ve formě odvaru nebo lihové tinktury. Rozchodnice patří do skupiny adaptogenů, které zvyšují a obnovují fyzické a duševní síly organismu. V případě fyzické zátěže převyšuje účinky ženšenu a eleuterokoku (původně čínská bylina). Regeneruje a detoxikuje organismus, zlepšuje imunitu a chrání játra před negativními vlivy znečištěného životního prostředí. Upravuje hladinu krevního cukru, pomáhá při infekcích, fyzických i psychických traumatech. Odstraňuje únavu a zvyšuje nízký krevní tlak. Léčí také Parkinsonovu chorobu a některé typy rakoviny.

Odvar: 1 čajovou lžičku kořene vaříme 7-10 minut v 500 ml vody a necháme 40 minut stát. Pijeme 2-3 sklenice denně.

Tinktura: 1 díl čerstvého nebo sušeného podélně nakrájeného kořene zalijeme čtyřmi díly nejlépe 60 % lihu a necháme měsíc uležet. Přecedíme do tmavých skleněných lahví, které uložíme v chladu a temnu. Užíváme jednu čajovou lžičku 2x denně, nejlépe ráno a odpoledne, večer ne, protože tonizující účinek by mohl způsobit nespavost. Možná, že vás některý recept pro zdraví zaujal a v čase předvánočním vámlepší duševní pohodu a odstraní únavu.

Přeji vám všem klidné a příjemné prožití adventních dní a vánočních svátků v kruhu rodiny a přátel a do dalšího roku hodně duševní síly, trpělivosti, dobré nálady a štěstí především v pevném zdraví.

Dana Vojáčková

Na kus řeči s ...

Dnes jsme k rozhovoru pozvali pana **Václava Rychnovského**, našeho milého pamětníka a přispěvatele do Třemošnických novinek.

Narodil jste se tady a strávil jste zde celý život?

Narodil jsem se v Heřmanově Městci v ulici Na Průhoně (směrem na Načešice) a tam jsem žil se svými rodiči až do dvaceti let.

Kde jste navštěvoval základní školu? Jak na svá školní léta vzpomínáte? Jak jste si jako děti hrály?

Základní školu jsem navštěvoval v Heřmanově Městci a spolu se staršími kamarády jsme chodili cvičit 2x týdně do Sokola, kde jsme cvičili na nářadí na bradlech, kružících, přeskakovali jsme koně apod. Také jsme hráli kuličky, lezli po stromech, stříleli z praku a hráli si na indiány.

Jaká byla Vaše původní profese? Kde jste pracoval?

V patnácti jsem nastoupil do učení v Transportě v Chrudimi, učil jsem se strojním zámečnickem. Pak jsem přestoupil na průmyslovou školu do Pardubic. Po maturitě jsem byl přijat do Kovolisu Hedvikov, nejprve jsem pracoval v oddělení technické kontroly, potom jsem byl dva a půl roku na vojně a pak se vrátil do Kovolisu. Tam jsem pracoval 7 let v konstrukci, kde jsem kreslil na prkně formy na lití hliníkových odlitků. Pak jsem byl doporučen ředitelem Koutným do Stojimportu s určením

do Mexika, kde jsem byl s celou rodinou 4 roky. Po návratu z Mexika do Hedvikova jsem byl dílovedoucím v tlakové slévárně a pak v oddělení technických služeb.

Pak jsem byl vybrán jako obchodní delegát do Střední Ameriky (Kostarika, Guatemala, Honduras, Panama a Nikaragua). Také jsem pracoval v Argentině při stavbě elektrárny. Potom jsem byl ještě jeden rok ve Španělsku na stavbě plynovodu, působil jsem tam hlavně jako tlumočnick španělštiny.

Jakým způsobem 2. světová válka ovlivnila Váš život? Kolik Vám bylo v té době let?

Z války si pamatuji, že v listopadu 1941, to mi bylo 8 let, jsem šel do školy a právě odcházel transport židů dospělých i dětí. Na nádraží bylo hodně židů, asi 1 600. Odjížděli v dobytých vagónech do Terezína. V Heřmanově Městci byla 30% židovská menšina. Měli svoji čtvrť, která se nazývala „V Židech“. Měli tam kostel, synagogu, vlastní školu. Židé byli obchodníci, jejich obchody byly po celém městě. Heřmanův Městec měl v té době 5 000 obyvatel.

Jak se zde žilo po válce? Jak se lidé v poválečných letech bavili? Byla zde možnost kulturního nebo sportovního vyžití?

Po válce si lidé oddechli. Vím od svého strýce Bohuslava Svobody z Třemošnice, že třeba v Třemošnici měli fotbalisté hřiště za sýpkou obilí, patřící k objektu zámku.

Co považujete za Váš největší životní úspěch?

Za svůj největší životní úspěch považuji, že se mi podařilo postavit rodinný domek. Trvalo nám to s manželkou 3 ½ roku. Nejvíce si cením, že jsem zde v Třemošnici našel svoji manželku, se kterou mám 3 děti. Doprovázela mě i v zahraničí po všech zemích (Mexiko, Střední Amerika i v Argentině).

Jak jste trávil svůj volný čas dříve, jako plně zaměstnaný člověk, a nyní jako penzista?

Ve svém volném čase jsem dříve chodil na houby. Pokud mě to ještě zdraví dovozovalo, rád jsem sportoval. Také mě vždy bavila práce na zahrádce a chov králíků. Sekání trávy a sušení sena mě zaměstnávalo plně. Věnoval jsem se dětem a vnoučatům.

Jako penzista jsem se věnoval chovu koček. Měli jsme kočičky dvě, babička černo bílou Micku a já bělo zrzavého Zrka, ale po 5 letech mně ho nějaký divoch v autě přejel. Měl jsem po radosti.

Nyní již kočky nemáme a já se věnuji krmení ptáčků (Ptačí zobání). Máme před oknem v kuchyni krmítko, které jsem sám vyrobil. Louskám ořechy, strouhám je a krájím a kocháme se s babičkou nad krásou přírody.

Čtete Třemošnické novinky a píšete do nich své vzpomínkové příspěvky. Máte pro redakční radu nějaké připomínky?

Třemošnické novinky čtu rád a píšu do nich dost často. Psaní vzpomínek je moje „hobby“.

Poznáte, kde a co to je?



V listopadu přišlo 11 správných odpovědí. Na fotografii je státní hrad a zámek Velhartice, patřící mezi nejromantičtější místo Šumavy.

Hrad byl založen na přelomu 13. a 14. století jako rodové sídlo pánů z Budčtic. Za vlády majitelů Bušků z Velhartic se hrad dočkal největšího rozkvětu. V 15. století Menhart z Hradce ukryl na Velharticích korunovační klenoty. V 17. století získává panství císařský generál Martin de Hoff-Huerta, který nechává postavit nový, pozdně renesanční, palác. Od roku 1945 je objekt ve správě státu.

Ze správných odpovědí jsme vylosovali paní **Marii Burešovou**, výhru si můžete vyzvednout v knihovně. Zvláštní ocenění patří paní **Aleně Rosické** za její podnětnou odpověď.

A co je na této fotografii? Své odpovědi zasílejte na adresu: redakce@tremosnice.cz do 13. 12.

Co Vám v poslední době udělalo radost a naopak, co Vás rozzlobilo?

V poslední době mi udělala radost moje manželka, které se po úraze po 3 ½ měsících, zlepšil zdravotní stav.

Rozzlobila mě ta situace kolem Bohemia Energie, když nyní musíme platit o více jak 300 % na zálohách, ze 4 500 Kč teď máme platit 17 420 Kč.

Jste spokojen s rozvojem Třemošnice v současné době? Je něco, co Vám v Třemošnici chybí nebo by se mělo změnit?

S rozvojem Třemošnice jsem velice spokojený. Zapojil jsem se i do referenda, aby pozemky za Penny byly pro rodinné domky. Také jsem moc spokojený, že se opravují chodníky.

Mohl byste našim čtenářům prozradit recept, jak si udržet i ve vysokém věku dobrou kondici, optimismus, energii a chuť do života?

Svoji dobrou kondici mám díky trvalému sportování a nikdy jsem nekouřil a jsem střídavý v pití alkoholu. A nechal jsem se naočkovat proti covidu.

Děkujeme panu Rychnovskému za rozhovor a budeme se těšit na jeho další vzpomínkové články, které zpestřují Třemošnické novinky. Přejeme mu do dalšího života hodně zdraví, radost, spokojenost a pocit štěstí.

RR

Centrum duševního zdraví

Centrum duševního zdraví funguje v Chrudimi už rok. Zájem o služby roste.

Je to rok, co jsme ve středisku Chrudim organizace Péče o duševní zdraví začali poskytovat i zdravotní služby a stali se Centrem duševního zdraví (CDZ). Náš tým poskytuje terénní i ambulantní služby lidem, kteří se potýkají se závažným duševním onemocněním, jako jsou schizofrenie nebo bipolární afektivní porucha.

Cílem služby CDZ je pomáhat klientům v jejich přirozeném prostředí, a to doma nebo kdekoli, kde se cítí bezpečně. Od pondělí do pátku vyráží do terénu za klienty a jejich rodinami psychiatr, psychologové, čtyři zdravotní sestry a čtyři sociální pracovníci. Součástí týmu je i peer specialista, což je člověk s osobní zkušeností s duševním onemocněním, a peer pečovatel, který má zkušenost s duševní nemocí v rodině. Klientům pomáháme například zvládat projevy duševní nemoci, komunikovat s úřady, hledat práci či předcházet sociálním a zdravotním krizím. Do procesu uzdravování se zapojujeme i klientovu rodinu. V CDZ Chrudim fungují i dvě svépomocné skupiny rodičů.

Počet klientů CDZ Chrudim roste, sociálně zdravotní službu využilo za rok jeho fungování 141 klientů. Zájemci o službu se na nás mohou obrátit telefonicky

na +420 774 915 755, e-mailem: pdz-cr@pdz.cz nebo přijít bez objednání do CDZ v kontaktní den, kterým je každá středa od 10:00 do 14:00 na adrese Městský park 828, Chrudim.

Vznik centra podpořily: Pardubický kraj, město Chrudim, město Třemošnice, obec Třebřichy, dále také společnosti NEDCON Bohemia, Elektrárny Opatovice, VS Chrudim, Metaltechnik, DALU, Ing. Petr Odstrčil a Mgr. Jana Korbelová.

Příběh Marka

Jedním z klientů CDZ Chrudim je i pan Marek. Život mu komplikuje duální diagnóza psychózy a závislosti. V minulosti byl několikrát hospitalizován, avšak po propuštění přestal brát léky a nechovil ke svému psychiatrovi. Poté se stal klientem CDZ a začali jsme s ním komplexně pracovat. Výsledkem naší spolupráce je, že začal brát léky, je v pravidelném kontaktu s našimi sociálními pracovníky, zdravotními sestrami a psychiatrickou CDZ. Do pomoci byla zapojena také Markova rodina. Marek se díky podpoře CDZ osamostatnil a zvládá žít běžný život.

Mgr. Magdaléna Plivová

PRODEJ VÁNOČNÍCH STROMKŮ o víkendech od 4.prosince

LOŇSKÉ
CENY

Ve všední dny samoobslužný prodej

Smrk stříbrný od **180,- /kus**

Borovice černá **290,- /kus**

Balení stromku 30,-



724 162 444

Jaký vůbec byl koronavirový rok č. 2? A co přinese rok příští?

Začátek roku 2021 by mohl být jako přes kopírovací papír shodný s rokem předtím. I tentokrát ho poznamenaly nepředvídatelné povětrnostní výkyvy počasí, jimž se obvykle říká aprílové počasí. To start nastávající sezony ovlivnilo dost negativně. Navíc kvůli koronavirovým opatřením byl v březnu plošně omezen pohyb osob, a tak jsme objekt otevřeli až v dubnu. Vstupy do muzea a pokladny jsme vybavili dezinfekčními prostředky. V omezeném počtu byly i přednášky o historii Lichnice. Oprava silnice spojující Třemošnici s Lichnicí způsobila problémy v provozu hradu. Pandemický zákon postupně zavřel školy i školky, obchody. Všechny zainteresovaní v cestovním ruchu se ocitli v krizi, která trvala již druhý rok.

Spoustu akcí nešlo naplánovat s ohledem na vývoj epidemické situace. Období pandemie jsme využili ke generálnímu úklidu všech prostor muzea a přípravě programu na letní akce. Základní škola v Třemošnici zase využila Lichnici a nejbližšího okolí k „Projektovému dni ve škole – 2.II/19“ na téma husitství. Třídy prvního stupně si zmapovaly přímo v terénu obléhání Lichnice sirotčím vojskem. V hradním muzeu bylo k dispozici 500 kusů pracovních listů věnovaných seznámení s netopýry. Česká společnost pro ochranu netopýrů a Agentura ochrany přírody Železných hor každým rokem kontrolují a sčítají v hradním sklepení počet zimujících netopýrů. Letošní rok jich na Lichnici zimovala necelá stovka.

V období pandemie jsme se potýkali s problémem, jak usměrnit proudící návštěvníky mimo otevírací dobu Lichnice. Bohužel, bezúspěšně. Určitě v sobě máme zakotvené vyšší mravní hodnoty a ochotu dodržovat nejruznější zákazy a tabu, ale chodit do přírody lidem nelze zakázat.

Letošní léto došlo ke zvýšení vstupného (plné vstupné 50 Kč pro jednotlivce, snížené 20 Kč a rodinné vstupné 100 Kč). Branou Lichnice prošlo 8 872 dospělých návštěvníků, ostatních (děti, studenti a důchodci) 5 385 a rodin 2 562. Propagační materiál jsme prodali v hodnotě 120 860 Kč a za vstupné jsme utržili 807 500 Kč. Milé překvapení v pokladně při placení kartou ocenili především mladší návštěvníci hradu.

Letošní rok došlo také k vykoupení pozemku pro parkoviště u Žižkova dubu.

Minulý rok bylo z hradního muzea odcizena kamera, a tak byly v květnu instalovány dvě nové. Kamerový systém je také posílen o WIFI. Na přístupové cestě u dolní vstupní brány do objektu bylo vybudováno odpovídadlo se stáním pro kola cyklistů a s od-

padovým košem.

Lichnice je pojátko s minulostí a působí jako přitažlivé lákadlo pro její poznávání. Také příroda Železných hor je učebnicí geologie pod širým nebem a rovných 30 let pod ochranou Chráněné krajinné oblasti. Určitě každý z nás by si jednou za život přál vrátit čas na určitou chvíli a zažít minulost. Při pohledu na zřícený hrad nás tyto myšlenky jistě napadnou. Na hradě se proto i letos uskutečnilo hned několik akcí, které umožnily mnohým návštěvníkům kromě podrobné prohlídky naší památky také možnost evokovat si minulé děje zde se odehrávající a jejich atmosféru. K tomu měla posloužit řada akcí a kulturních programů.

Tak skupina šermířů z Chrudimi, která již s železnou pravidelností na začátku prázdnin vystupuje na nádvoří hradu, odstartovala prázdninový program „Husitství, doba a zbraně“. Diváci měli jedinečnou příležitost spatřit účinkující v dobových kostýmech a přiblížit si události, které se v době bojů o Lichnici odehrávaly. V letošním roce totiž uplynulo 600 let, kdy husitské vojsko Pražanů poprvé obsadilo náš hrad. V hradním muzeu byl také připraven panel „30 otázek týkajících se husitství“, správné odpovědi si mohli návštěvníci na místě zkontrolovat. Chrudimští šermíři nebyli na Lichnici jediní, po dvouroční přestávce na nádvoří hradu vystoupila skupina historického šermu z Vrchlabí Rego s představením „Mazaný lazebník“.

Statisticky se nejvíce svateb odehrává v letních měsících. V posledních letech se Lichnice stala oblíbeným místem, kde snoubenci začínají společnou cestu životem. Koronavirus změnil plány mnoha snoubenců, takže za letošní léto řekly své „ANO“ na nádvoří hradu pouze dva páry. Nemažou měrou k tomu přispěla také uzávěrka silnice. I letos novomanželé vypouštěli po skončení obřadu pár holubů. Je to symbol hledání, vždyť holub a holubice se prý navracejí domů.

V péči o hrad nám pomáhají dobrovolníci. Jsou to pracovníci firmy Vodafone Chrudim. Je to cenná pomoc, při které si uvědomují obě strany smysl tohoto konání. V měsících září a října tři skupiny prováděly nezbytné zazimování objektu. Kácení náletových keřů, šípků a javorů, odklizení posekané trávy a odvoz starého stojanu na kola. Dobrovolníci tak svou práci nezištně a bez nároku na odměnu pomáhají Lichnici při přípravě na zimní přestávku.

Také poznávání bylinek na rozkvetlé Lichnici neušlo pozornosti návštěvníků našeho hradu. O to se postarali bylinkáři Vláda a Zlatka. V jejich doprovodu zájemci mohli zažít procházku provoněnou mateřídouškou, oreganem a dalším kořením. Příro-

da na Lichnici se během roku mění a my se musíme snažit, aby bylinky, které tady mají domov, nevymizely. Vždyť je sbíraly už naše babičky. Jedná se o živý organismus a botanický poklad. Chováme se vůči přírodě dost bezohledně a nepřítelem je náš životní styl a egoistické potřeby.

Člověk by rád ovládal své tělo. Cvičence jógy přitahují různá posvátná a poutní místa, aby se mohli soustředěně ponořit do svého nitra. Najít klid a myslet na dobré věci, aby ty špatné člověk lépe zvládal. Dvacet cvičenců pod taktovkou Mgr. Andrey Limberské si své tělo rozhýbalo powerjóga. Krásný západ slunce a návrat do lůna přírody se naskytl všem, kteří tento večer zůstali cvičit na Lichnici.

Léto uteklo jako voda. Dilema, zda si zvolit tuzemskou či zahraniční dovolenou, řešilo mnoho Čechů. A tak letošní rok většina lidí strávila v Česku. Aby se to vyrovnalo, na druhé straně zahraniční návštěvníci náš objekt navštívili skoro v zanedbatelném množství.

Chceme být připraveni na příští rok a zahájit stavbu parkoviště, která ale jistě bude ve znamení nedostatku dodavatelů stavebních prací a nárůstu cen za materiál.

Spousta lidí si zanedávala při hledání cesty na Lichnici a najela někdy až o 30 km více. Chceme poděkovat všem návštěvníkům za jejich trpělivost, když se nenechali odradit a Lichnici opět navštívili. Velmi nás těší obrovský zájem o náš hrad, a to navzdory dodržování zvýšených bezpečnostních a hygienických opatření. Tržby ze vstupného nám pomáhají zajistit běžný provoz objektu. Určitý propad návštěvnosti zaznamenáváme ale doufáme, že příští rok vše vynahradí.

Také bych touto cestou chtěla poděkovat všem průvodcům, kteří napomohli ke klidnému průběhu letní sezony.

Výčet akcí na Lichnici v roce 2021

12. června rozkvetlá Lichnice a poznávání bylinek

3. – 6. července povídání šermířů o husitství a obléhání Lichnice s ukázkami zbraní

17. července vystoupení šermířské skupiny „REGO“ z Vrchlabí se scénkou Mazaný lazebník

7. srpna koně z Dvůrčku plného zvířátek a jezdecký den pro děti na nádvoří

21. srpna cvičení powerjogy

22., 28., a 29. srpna šermíři a husité – doba a zbraně

28. září a 28. října umělecký řezbář a jeho výrobky v hradním muzeu, ukázka ručního pletení – prodejní akce

Ivana Matyková

Zprávičky ze školky

Na začátku listopadu začaly děti ze tříd Sluníčko a Jahůdka navštěvovat solnou jeskyni. Do jeskyně chodí děti, které rodiče přihlásili. Děti v jeskyni relaxují při pohádce nebo hudbě a potom si volně hrají se solí. Dětem se v solné jeskyni líbilo.

Organizační záležitosti:

Provoz mateřské školy bude po jednání se zřizovatelem přerušeno od 23. do 31. prosince.



RADOSTNÉ PROŽITÍ VÁNOČNÍCH SVÁTKŮ
přeje za mateřskou školu

Hana Holendová.



ZŠ Třemošnice

Rekonstrukce sociálních zařízení v ZŠ Třemošnice

Zřizovatel Základní školy v Třemošnici nechal zcela zrekonstruovat sociální zařízení v jedné z budov školy. Původní zařízení zde sloužila žákům a zaměstnancům 35 roků a byla nahrazena krásnými novými sociálními zařízeními pro dívky, pro chlapce, pro hendikepované děti plus dospělé. Jsou zde také místnosti pro čisticí prostředky určené pro uklízečky, umístěné ve všech třech podlažích. I přes částečné časové zdržení této rekonstrukce jsou žáci a zaměstnanci školy velice spokojeni s funkcí a krásným moderním vzhledem – barevné obklady, lité moderní pryskyřicové podlahy a tapety s výjevy tematicky zaměřenými k věku našich žáků.

Chtěl bych touto cestou poděkovat zřizovateli Městu Třemošnice jakožto investovi, dotčeným firmám, které se na rekonstrukci podílely, úklidové firmě JVS Service, s. r. o. a provozním zaměstnancům školy za předání k užívání těchto nových sociálních zařízení.

Mgr. Lubomír Marek
ředitel školy



SOŠ A SOU TECHNICKÉ TŘEMOŠNICE

Po dvouleté odmlce strávilo celkem 23 studentů a žáků SOŠ a SOU technického Třemošnice díky projektu „Erasmus +“ více jak dva týdny v zahraničí. Program tohoto projektu je zaměřen na získávání odborných vědomostí, znalostí a dovedností v oblasti strojírenství.

Ve dnech 31. 10. – 16. 11. se zúčastnili odborné stáže v Německu a na Slovensku, kde pracovali v dílnách partnerských škol. Jejich pobyt byl plně hrazen z finančních prostředků projektu.

Erasmus + 2021 v Německu

Dne 31. 10. odjelo 14 žáků strojírenských oborů na „zkušenou“ do Německa pod vedením Mgr. Františka Melechovského a Ing. Petra Hüblera.

Stáž probíhala v Jeně, v jednom z největších měst Durynska, ve dvou školách: ÜAG gGmbH a Internationaler Bund IB Mitte gGmbH für Bildung und soziale Dienste a byla zaměřena především na odborný výcvik.

Po příjezdu byli ubytováni na internátě v Internationaler Bund – IB Mitte gGmbH für Bildung und soziale Dienste Jena. Stážisté byli rozděleni do dvou skupin, jedna skupina pracovala přímo v dílnách IB, druhá parta dojížděla do vzdálenější další partnerské organizace ÜAG gGmbH Jena.



jích svůj výrobek dokončili.

Na závěr svého pobytu chlapci převzali z rukou zástupců německých organizací europassy a ocenění - pochvalu za jejich práci a zodpovědný přístup k celému projektu. Odborná stáž v Jeně měla nejen stránku pracovní, ale i společenskou a poznávací. Chlapci si prohlédli historické jádro Jeny, navštívili městské muzeum, Napoleonovo bojiště, kde u Jeny v roce 1806 porazil spojená pruská a saská vojska, 156 metrů vysokou věž Jena-tower. V planetáriu zhlédli hudební show. Navštívili také aquacentrum Galax Sea, autodrom pro motokáry Kartbahn Jena, zábavní park Imaginata,

zúčastnilo v rámci projektu „ERASMUS +“ odborné stáže na Slovensku. Náš program byl zaměřen na klasické obrábění kovů a CNC obrábění. Žáci si prakticky vyzkoušeli v dílnách Spojené školy v Detvě soustružení na univerzálních soustruzích SV 18R, frézování na klasických frézách a frézách s odměřovacím zařízením, ale také programování CNC strojů, kreslení v programu SOLID WORKS a SOLID CAM, seznámili se s ovládáním CNC soustruhů firmy s řídicím systémem Fanuc. Své vědomosti a dovednosti si rozšířili o svařování, kde nejdříve pracovali na simulátoru svařování a následně svařovali metodou 135, to znamená v ochranné atmosféře CO₂, využili také robota pro svařování firmy Kawasaki. Žáci navštívili řadu měst a míst, například zámek ve Zvolenu, Banskou Štiavnicí, Banskou Bystrici, Čierny Balog, kostel Hronsek. Během stáže byli naši studenti velmi aktivní, projevovali zájem nejen o práci v dílnách, ale i o historii a současnou kulturu Detvy a Podpolianí. Spolupráce ve slovenské škole byla velice přínosná. Odborné znalosti z technologie obrábění, svařování a zájem o praktickou výuku, kreslení v grafických programech byla také velmi kladně hodnocena ze strany slovenských učitelů odborného výcviku. Slavnostním předáváním Certifikátů a Europassu byla naše stáž ukončena.

Naši žáci hodnotí odbornou stáž jako velice přínosnou pro jejich další profesní zaměření.



Děkujeme Spojené škole v Detvě.

Ing. Jiřina Musílková



Chlapci prošli školením o bezpečnosti práce, prohlédli si pracoviště odborného výcviku a na závěr to nejdůležitější – seznámili se s pracovním projektem, kvůli kterému do Jeny přijeli.

Skupina na IB vyráběla první týden na zámečnické dílně podle německé technické dokumentace model auta (jeep). Ke své práci využívali technologie ručního zpracování kovů a práci s plechem. Skupina žáků pracujících na ÜAG zhotovovala také podle německé dokumentace dvouramený stahovák a plechovou kazetu k jeho uložení. Chlapci v prvních dnech využívali také technologie ručního zpracování kovů. Poté přešli na obrobnu, kde na obráběcích stro-

botanickou zahradu, Phyletischees muzeum a Jenský pivovar. Během stáže se uskutečnily také dva celodenní výlety. Jeli jsme vlakem do starobylého Výmaru a Buchenwaldu. Druhý víkend jsme navštívili hlavní město Durynska Erfurt. Tam jsme si prohlédli velice zachovalý historický střed města, velikou gotickou katedrálu i vojenskou pevnost Petersberg z 18. století.

Mgr. František Melechovský

Stáž na Slovensku

Ve dnech 31. 10. - 12. 11. se 9 žáků oborů mechanik seřizovač a mechanik strojů a zařízení, pod vedením Ing. Jiřiny Musílkové

RC Třemánek

Listopad byl v Třemánku plný tvoření a akcí. Vytvořili jsme si různé podzimní dekorace, vytvořili veselé svačinky, které si dětičky za odměnu snědly, navštívili solnou jeskyni, pardubickou dětskou kavárnu Baloon Cafe a taky cvičili s padákem. Nyní se dostáváme do posledního, pro děti, nejkrásnějšího měsíce v roce. Je tu prosinec. Měsíc, který uzavírá celý uplynulý rok a zároveň nám dává prostor, abychom zhodnotili, co se nám za ten rok povedlo. Já doufám, že se mi po roce, kdy byl Třemánek uzavřen, povedlo navázat na skvělý chod Třemánku, že jsou zde maminky s dětmi spokojené a chodí sem rády. I v prosinci nás bude čekat spousta zábavy, přijde nás navštívit Mikuláš s andělem, upečeme si cukroví, odpočineme si v solné jeskyni a taky si rozbalíme dárečky pod ozdobeným stromečkem.

Program:

- 2. 12. Mikulášská nadílka
- 7. 12. Zdobíme vánoční stromeček a pečeme cukroví
- 9. 12. Solná jeskyně
- 14. 12. Vyrábíme vánoční přání
- 16. 12. Překážková dráha
- 21. 12. Vánoční besídka
- 23. 12. ZAVŘENO – Vánoční prázdniny

Za celé rodinné centrum Třemánek přeji všem krásný vánoční čas plný pohody, klidu a radosti.



Závěrem bych také chtěla poděkovat všem sponzorům, že i v této nelehké době se roz-

hodli Třemánek podporovat.

MVDr. Jana Jeřábková

Cykloturistický oddíl - ohlédnutí

Dne 5. 10. jsme absolvovali trasu podél řeky Doubravy: Žleby – Ronov nad Doubravou – Mladotice – Třemošnice. Délka trasy byla 11 km a zúčastnilo se jí čtrnáct spokojených turistů. Pohodový výlet podpořila krásná podzimní příroda a slunečné počasí. Všichni byli příjemně unaveni a spokojeni.



V sobotu 9. 10. jsme se zúčastnili Pochodu za malínským křemem v Kutné Hoře.

Trasa pochodu vedla od klubovny TJ Turista v Kutné Hoře, historickým centrem města, dále podél Vrchlice zpět do místa přezence. Spokojenost s trasou umocnilo krásné podzimní počasí a výborné občerstvení v cíli. Této akce se zúčastnilo patnáct tu-

ristů, kteří se vydali na trasu dlouhou 11 km a jeden cykloturista, který absolvoval trasu Třemošnice – Kutná Hora a zpět na kole.

Další pochod pořádaný 19. 10. byl na trase Bílek – údolím Doubravy – kaple sv. Anny – Chotěboř. Trasy dlouhé 12 km se zúčastnili čtyři turisté. V údolí Doubravy byla trasa místy náročná, ale vše jsme v pohodě zvládli.

Činnost našeho oddílu je rozmanitá, kdo má rád zdravý pohyb v přírodě, může rozšířit naše řady.

Josef Novotný



Výjezdy hasičů

7. listopadu – technická pomoc – odstranění nebezpečných stavů – Třemošnice
Zasahovali jsme u technické pomoci – čištění ucpaných propustí mezi ulicemi V Zámkoutí a Jižní.

6. listopadu – technická pomoc – Třemošnice

Zajišťovali jsme požární asistenci městu při konání kulturní akce – ohňostroj.

29. října – technická pomoc – odstranění stromu – Třemošnice

Ve večerních hodinách za silného větru jsme zasahovali u odstranění zlomených větví na silnici u přejezdu Žlebské Chvalovice. Větve zasahovaly do vozovky. Za pomoci motorové pily jsme větve odstranili a vrátili se zpět na základnu.

27. října – dopravní nehoda – se zraněním – Třemošnice

Jednotka vyjela k dopravní nehodě osobního automobilu se zraněním osoby, kdy došlo k vyjetí osobního automobilu mimo



komunikaci a následnému nárazu do překážky. Na místě jsme spolupracovali s HZS Seč, ZZS Seč a PČR Třemošnice.

21. října – technická pomoc – odstranění stromu – Kněžice

Zasahovali jsme u technické pomoci – odstranění stromu na silnici u obce Kněžice. Za použití benzínové motorové pily jsme část rozlomeného stromu odstranili a uvolnili vozovku čekajícímu autobusu.

20. října – požár – polní porost, tráva – Závrtec

Krátce po 17. hodině jsme vyjžděli s HZS Seč k dohašení ohniska po pálení nad Závratem u Lovětínského potoka.

20. října – záchrana osob – Ronov nad Doubravou

V brzkých ranních hodinách jsme vyjžděli do Ronova nad Doubravou společně s HZS Seč a ZZS Pardubického kraje k poskytování předlékařské první pomoci.

Radim Vašíček
velitel JSDH Třemošice



Policie ČR

V měsíci říjnu 2021 bylo na Obvodním oddělení policie Třemošnice zaevidováno 7 trestných činů a 21 přestupků.

Z trestných činů jde zejména o krádeže, vloupání, podvody a neoprávněná opatření platebních prostředků. V přestupcích se jedná o jízdy pod vlivem návykových látek a toxi, krádeže, občanská soužití a řešení přestupků v dopravě.

Došlo k úspěšnému zjištění pachatelů vloupání do chat a rekreačních objektů.

K poslednímu říjnu ukončil služební poměr dlouholetý kolega prap. Radek Lebduška. Rádi bychom poděkovali za jeho práci u policie a přejeme mu, ať se mu v novém zaměstnání i v soukromém životě stále daří.

Kolektiv OOP Třemošnice

HODINOVÝ MANŽEL

Nabídka práce všeho druhu, byt, dům i zahrada.

Zavolejte a domluvíme se.

Tel.: 732 820 801

Třemošnice a okolí



M. Sedlář



BRZDOVÉ SYSTÉMY



**PEVNOST
PRECIZNOST
PROFESIONALITA**

Pracuj pro nejlepší firmu roku Pardubického kraje pro rok 2021.

www.pracujvdaku.cz

Finančně - realitní okénko

Hypotéky a sazby v roce 2022

Letošní podzim se nesl ve znamení výrazného zvyšování úrokových sazeb hypoték. Na začátku listopadu byly sazby ještě pod 3 % a nyní se pohybují kolem 4 %. Hypotéky podle prognózy České národní banky budou dále zdražovat a pro někoho to může znamenat potíže. Klienti, kteří si sjednali hypotéku v roce 2017 s roční sazbou přibližně 2,05 % a s fixací na 5 let, tak aktuálně splácí při úvěru dva a půl milionu korun cca 9 300 Kč měsíčně. Předpoklad roku 2022 je sazba někde kolem 4,5 % ročně, což ve výsledku znamená navýšení měsíční splátky asi o třetinu, což je cca 12 100 Kč.

Sazbu pro další fixační období si můžete zajistit až 12 měsíců předem, u některých bank až 24 měsíců. Primárně klientům doporučuji si nechat udělat nabídku ve stávající bance a následně porovnáme s dalšími možnostmi na trhu. Pokud nabídka „domovské“ banky není zajímavá, pak lze hypotéku refinancovat k jiné bankovní instituci. Současně s novou hypotékou lze zajistit lepší sazbu, ale i nižší splátku, popřípadě navýšit stávající úvěr o další volné finanční prostředky.

Pokud jste si před měsícem byli zjistit možnosti maximální částky hypotéky, pak si určitě před případnou rezervací koupě nemovitosti ověřte maximální částku při aktuálních sazbách. Dnes může být Vaše požadovaná částka hypotéky nižší.

Přijďte si zajistit novou sazbu pro rok 2022 již dnes do některé z našich kanceláří, popřípadě Vám ověříme, na jakou částku dosáhnete při aktuálních cenách.

A poznámka pod čarou

Nezapomeňte, že se blíží konec roku, a pokud chcete dosáhnout maximální výnosnosti u smlouvy o stavebním spoření, pak je čas doložit scházející částku do 20 000 Kč/rok. Tím dosáhnete na maximální podporu od státu, a to 2 000 Kč. Pokud ještě stavební spoření nemáte, přijďte se informovat na produkty jednotlivých stavebních spořitelů a možnosti sjednání bez vstupního poplatku pro sebe či Vaše děti.

Užijte si poslední kalendářní měsíc roku 2021 hlavně v pohodě a klidu.

Lenka Horková



Lenka Horková
Josef Cach

737 310 902
603 816 166

info@realityhypo.cz
www.realityhypo.cz

Kancelář Chrudim:
BO! reality a finance
Štěpánkova 88

Kancelář Třemošnice:
Městský úřad, 1.patro,
Dveře 107



**Na Chmelnici 609
Chotěboř**

+420 734 743 978

studiooxygen@seznam.cz

[studiooxygenchotebor.
webnode.cz](http://studiooxygenchotebor.webnode.cz)

Studio Oxygen Chotěboř

Online rezervace myFox

*Těší se na Vás
team Oxygen*

Studio Oxygen

KOSMETICKO - ESTETICKÉ STUDIO

**Kosmetické ošetření pleti, krku a dekoltu
Hydrodermabraze & ultrazvuková špachtle**

IPL - fotootmlazení pleti

LPG omlazení pleti

Radiofrekvenční lifting

Mikroehličková radiofrekvence

Mikroehličkování / microneedling

Permanentní make-up

BB Glow & BB Lip

IPL trvalá epilace EFB Anthelia

Odstranění pigmentových skvrn

Odstranění popraskaných žilek

Odstranění tetování

Redukce jizviček po akné

Prodlužování řas

Lash lifting & botox

Brow Bar & laminace

Kryolipolýza - liposukce mrazem

Laserová lipolýza

Vacupres & kavitace

Radiofrekvence

Brazilská depilace

Masáže

Přístrojová lymfodrenáž

Tělové zábaly OLIGOSPA

Solárium vertikální

Dárkové poukazy

**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

DPS - poděkování

Ve dnech 21. a 22. 10. následně po extrémně silném větru vyhlásila ČEZ kalamiční stav. V ulici Jižní včetně Domu s pečovatelskou službou nešel nepřetržitě 20 hodin elektrický proud. V DPS po celou tuto dobu nejezdily výtahy, nesvítilo se, netopilo se, nájemníci si nemohli uvařit jídlo ani teplé pití. Podobnou situaci za éru fungování DPS jsme my pracovníci ani nájemníci DPS nezažili. I v takto ztížené situaci jsme se o obyvatele domu a klienty pečovatelské služby postaraly, ranní péče byla prováděna „při svíčkách“. Problém se postupně řešil. V dopoledním čase dne 22. 10. nebylo ještě zcela jasné, kdy elektrický proud půjde. Ve spolupráci s paní Pecharovou zajistila obyvatelům DPS Školní jídelna Třemošnice teplý čaj a kávu, kterou pracovníci DPS rozvezly do všech bytů. Děkujeme školní jídelně a všem, kteří se podíleli. Obyvatelé domu přijali tuto pozornost velmi kladně s mnoha díky.

Bc. Jana Endrychová

Městská galerie

V prosinci vás do galerie pozvu na již probíhající adventní výstavu, kterou pro vás tradičně chystají děti a učitelé z naší školy. V rámci adventní výstavy bude také v galerii probíhat i doprodej svíček a vánočních ozdob.

Za sebe bych vám všem chtěla popřát krásné vánoční svátky plné pohody, strávené s vašimi nejbližšími. Pod stromečkem ať najdete vytoužený dárek a nějaké to překvapení. Do příštího roku vám přeji hlavně hodně zdraví, ale taky štěstí a lásky.



Martina Víšková

Kruh bezpečí

Stali jste se obětí trestného činu?

„V minulosti jsem se seznámila s mužem, který byl v té době ve vězení. Chtěla jsem mu jen pomoci, ale pak jsem se do něj zamilovala. Postupně ode mě vylákal skoro všechny mé úspory. Po propuštění z vězení mě vmanipuloval do situace, kterou jsem se rozhodla řešit sebevraždou. Náhodný chodec mi zachránil život. Za obrovské podpory rodiny, blízkých přátel a lidí z poradny pro oběti trestných činů jsem opět našla sama sebe.“ Tereza, 45 let.

Obětí trestného činu se může stát každý. Nelze spoléhat na štěstí a myslet si, že „To se mi stát nemůže“. Častou reakcí oběti může být otázka „Proč se to stalo právě mně?“ Pak následují pocity lítosti, sebeobviňování a pocit opuštěnosti. Reakcí na závažné trestné činy bývá ztráta iluze bezpečného světa. Ta může vyústit v psychologické problémy jako jsou zhoršená schopnost vnímání, špatná interpretace poskytovaných informací, zhoršená schopnost řídit svůj život, dlouhodobá úzkost a neustálý strach.

Každý člověk je v prožitku traumatu neopakovatelný. V důsledku ztráty sebeúcty a duševní stability dojde u obětí trestného činu ke snížení schopnosti řešit vzniklé problémy. Důležité je mít někoho, kdo umí pomoci. Obrovskou podporou bývají blízké osoby a odborníci, kteří vrací oběti trestných činů zpátky do života. V poradně Bílého kruhu bezpečí vám poskytneme právní informace, psychologické a sociální poradenství a praktické rady a informace. Nabízíme bezpečný prostor a podporu při ventilaci svých oprávněných emocí, srozumitelné informace o právech obětí trestných činů a rady, jak na tato práva dosáhnout. Dále vám můžeme pomoci zhodnotit aktuální situaci a stanovit si nezbytné kroky k nápravě škod, vč. znovuoobnovení pocitu bezpečí.

Pokud jste se vy nebo vaši blízcí stali obětí trestného činu, můžete se obrátit na pobočku Bílého kruhu bezpečí v Pardubicích. Poradna sídlí v Pardubicích, Tř. 17. listopadu 237 (Dům služeb). Kontaktní telefon je 732 923 462 nebo můžete volat na celorepublikovou nonstop Linku pomoci obětem kriminality a domácího násilí 116 006.

Poradna Bílého kruhu bezpečí

placená inzertce

**Automyčka**



OTEVŘENO NONSTOP



 Pod Nádražím 1608, Čáslav  více informací na www.fenix-automycka.cz

placená inzertce

**Mezinárodní autodoprava a spedice**



Přijmeme řidiče MKD

Požadujeme:
Řidičský průkaz C, C+E
Kartu řidiče
Profesní průkaz
Pracovitost a spolehlivost
Slušné jednání se zákazníkem

Náborový příspěvek
80 000 Kč

www.fenix-doprava.cz
Volejte: 725 974 571

Medvědí pracny (tlapky)



Suroviny: 240 g hladké mouky, 190 g másla, 120 g moučkového cukru, špetka mleté skořice, špetka mletého hřebíčku, citrónová kůra, 90 g mletých ořechů, moučkový cukr smíchaný s vanilinovým cukrem na obalení

Postup: Cukr a mouku prosejeme a smícháme. K tomu přidáme mleté ořechy, mletou skořici, mletý hřebíček, citrónovou kůru a na kousky nakrájené máslo. Vypracujeme těsto, které dáme zabalené do fólie do lednice odpočinout. Těstem plníme formičky a dáme je na plech. Plníme je asi jen z poloviny, protože během pečení zvětší svůj objem. Pečeme při teplotě 180 °C asi deset minut. Z teplých formiček vyklepeme upečené cukroví, které obalíme v moučkovém cukru.

Karamelové košíčky



Suroviny: 250 g hladké mouky, 50 g moučkového cukru, 1 sáček vanilového cukru, 140 g másla, 2 žloutky
Na krém: 1 plechovka Salka, 140 g másla + čokoládová poleva a mandle

Postup: Z uvedených ingrediencí vypracujeme hladké těsto, které necháme uležet alespoň půl hodiny v lednici. Salko na krém dáme na 2,5 hodiny v zavěšené plechovce vařit při mírném varu. Poté ho necháme vychladnout a vmícháme do něj změkklé máslo. Vyšleháme do hladkého krému. Těsto tence vmáčkne do formiček na košíčky a pečeme v troubě na 170 °C dorůžova. Ihned je vyklepeme a necháme vychladnout. Vychladlé košíčky plníme karamelovým krémem, ozdobíme rozehřátou čokoládou a mandlí. Necháme uležet.

Makronky

Suroviny: 130 g moučkového cukru, 80 g mandlové mouky, 75 g vaječných bílků, 30 g krystalového cukru, barvivo dle vlast-



ního výběru

Postup: Mouku a moučkový cukr přesejeme přes cedník. Bílky začneme šlehat, až se začnou dělat malé bublinky, přidáme krystalický cukr, šleháme, dokud není sníh pevný. Pozor na přešlehání → rozpad sněhu. Poté opatrně smícháme vše dohromady. Potom můžeme přidat barvivo - nejlépe gelové. Pomocí cukrářského pytlíku začneme tvořit stejná kolečka na plech. Po zaplnění plechu 10x bouchneme plechem o kuchyňskou linku, zbavíme se tím přebytečného vzduchu. Necháme odpočinout asi 30 min (aby se při doteku povrchu makronky nelepily). Pečeme 12 minut při 150 °C. Po upečení necháme zcela vychladnout na plechu, poté plníme krémem.

Krém: 100 ml smetany na šlehání 33 %, 200 g čokolády na vaření

Postup: Šlehačku přivedeme k varu a ihned sundáme. Nalámeme do ní čokoládu a necháme ji rozpustit. Po vychladnutí můžeme plnit a dozdobit makronky.

Skořicové hvězdičky



Suroviny: 2 bílky, 200 g moučkového cukru, šťávu z půlky citronu, 150 g neloupaných mandlí, trochu skořice (asi lžička), hladká mouka na posypání

Postup: bílky, cukr a šťávu z citronu utřeme dohusta. Třetinu hmoty odebereme - použijeme ji pak jako polevu. Do zbytku zamícháme nastrohané mandle a skořici. Zpracujeme na těsto, lehce posypeme hladkou moukou a těsto rozválíme asi na půl centimetru. Vykrájíme hvězdičky, potřeme je polevou, poklademe na máslem vymazaný plech a sušíme ve vlažné troubě asi 30 minut.

Marokánky

Suroviny: 250 ml smetany na šlehání, 4 lží-



ce hladké mouky, 5 lžic cukru krystalu, 1 lžičku másla sušené ovoce

Postup: Smetanu, mouku a cukr zahřejeme ve vodní lázni do zhoustnutí. Přidáme máslo

a zahustíme sušeným ovocem. Na vymaštěný a moukou vysypaný plech pokládáme placičky. Upečené placičky ozdobíme nahřátou čokoládou.

Snicker



Suroviny: 30 dkg hladké mouky, 10 dkg moučkového cukru, 1 Hera, 1 máslo, 1 saliko, slané arašidy, čokoládová poleva

Postup: Z mouky, cukru a Hery zpracujeme těsto, uděláme na plech placku a upečeme ji. Rozpustíme máslo a Salko a polijeme studenou upečenou placku. Na vrch nasypeme slané arašidy a zalijeme čokoládovou polevou. Poté nakrájíme snicker na malé kousky.

Kokosové cukroví do formiček



Suroviny: 20 dkg kokosu, 10 dkg tuku (Hera, máslo...) 24 dkg cukru, 5 lžic (mírně navršených) polohrubé mouky, 1 bílek

Postup: Vše zpracujeme v těsto a plníme do formiček (jen malé množství – těsto na byde). Formičky je nutné předem vymazat tukem, aby se cukroví lépe vyklápělo. Pečeme v mírně rozpálené troubě, až jsou okraje růžové.

RR

Volejbalový turnaj dvojic



Čtvrtý ročník turnaje dvojic proběhl 13. listopadu ve školní tělocvičně. Zúčastnilo se rekordních 15 týmů, převážně z Třemošnice. Vítězství vybojovala dvojice Hana Kramářová – Libor Pavlišta, která ovládla turnaj již potřetí v krátké historii akce. O ceny pro všechny hráče se postarala tradičně Cukrárna Na terase, hlavní cenu věnovala sportovní komise města Třemošnice, o fotografie se postaral Kamil Handlíř. Poděkování patří všem zúčastněným, se kterými se rádi uvidíme na dalších akcích volejbalového oddílu.

Mgr. Jiří Olexa

Potraviny známé neznámé

V posledním díle letošních novinek si „povsívíme“ na jeden z nejběžnějších druhů ovoce na celém světě, a to na **jablko**. Lidé znají jablka již tisíce let, když pomíneme jeho roli v bibli, jsou v historii často používána jako symbol králů. Z řecké mytologie je známo zlaté jablko ze zahrady Hesperidek s nápisem „Té nejkrásnější“, jablko sváru mezi bohyňmi, který měl rozsoudit Paris. Toto jablko stálo na počátku událostí, které vedly k Trojské válce a pozdějšímu pádu Tróje. V naší dávné historii konzumovali lidé jablka planá, v dnešní době jsou vyšlechtěny stovky odrůd. Liší se tvarem, velikostí, barvou, vůní i trvanlivostí. Když pomíneme raná letní jablka, dozrávají na konci léta a během podzimu, záleží na odrůdě. Obsahují spoustu vitamínů (např. C, D, E, B6, B12), antioxidantů a minerálů (Na, Ca, Mg, Fe, Cu, Zn, Mn

a dalších). Jsou bohatým zdrojem vlákniny, přírodního cukru, pektinu, karotenu, ovocných kyselin. Mají příznivý vliv na hladinu cholesterolu, snižují krevní tlak, posilují imunitní systém. Jejich konzumace má příznivý vliv na činnost trávicí soustavy, srdce a krevní oběh, snižují stres. Působí protizánětlivě, snižují riziko vzniku rakoviny, chrání mozek před Parkinsonovou a Alzheimerovou chorobou.

V kuchyni mají široké použití nejen do sladkých pokrmů (do buchet, koláčů, závinů, kaší, přesnídávek, marmelád, salátů apod.), ale i v kuchyni slané. Zpracovávat je můžeme na mošt, džus, můžeme je zamrazit, zavařit nebo usušit na křížaly. Konzumovat bychom je měli každý den a neoloupané, pod slupkou je nejvíce vitamínů.

RR



KK Lichnice



Karatisté z LICHNICE přivezli z Mistrovství světa 6 medailí

Začátkem listopadu se konalo v Istanbulu Mistrovství světa v karate. Na toto mistrovství přijelo bojovat o tituly na 1100 sportovců. Borci z KK Lichnice startovali s reprezentací ČUSK. V těžkých bojích získali jednu stříbrnou, 5 bronzových medailí, jedno páté a jedno sedmé místo.

Vicemistr světa kumite Ippon shobu
Zdeněk Kratochvíl masters

Bronzové medaile

Vojtěch Vašák kumite Shobu sanbon do 63 kg dorost
Barbora Kratochvílová kumite Ippon shobu nad 59 kg juniorky
Barbora Kratochvílová kumite Shobu sanbon nad 59 kg juniorky
Barbora Kratochvílová kumite team juniorky
Jan Klemák kumite Ippon shobu masters

Páté místo

Barbora Kratochvílová kumite WKF nad 59 kg

Sedmé místo

Vojtěch Vašák kumite WKF do 63 kg dorost

Shotokan Cup Vamberk nominační soutěž pro Mistrovství ČR pro Pardubický kraj

Zlaté medaile

Sára Vrzalová kumite nad 42 kg ml. žákyně 10-11 let
Vojtěch Vašák kumite dorost do 63 kg
Eliška Týlová kumite do 61 kg ženy
Zdeněk Kratochvíl kumite masters
Barbora Kratochvílová kumite nad 59 kg juniorky

Stříbrné medaile

Sára Vrzalová kumite BRH ml, žákyně

Tomáš Pleva kumite nad 84 kg muži

Tomáš Pleva kumite BRH

Eliška Týlová kumite BRH ženy

Bronzové medaile

Kristýna Ondráčková kata ml. žákyně 8-9 let

Sára Vrzalová kata

Zdeněk Kápička kumite st, žáci do 35 kg

Daniel Trličík kumite nad 76 kg junioři

Galen Daren Paterson kumite do 76 kg junioři

Zdeněk Kratochvíl kumite nad 84 kg muži

VC Ústí nad Orlicí nominační soutěž pro Mistrovství ČR pro Pardubický kraj.

Zlaté medaile

Daniel Trličík kumite nad 76 kg junioři

Tomáš Pleva kumite nad 84 kg muži

Eliška Týlová kumite do 61 kg ženy

Eliška Týlová kumite BRH

Stříbrné medaile

Vanesa Blažková kata st. žákyně

Adéla Blažková kumite nad 54 kg dorostenka

Tomáš Pleva kumite BRH

Bronzové medaile

Sára Vrzalová kumite ml, žákyně nad 42 kg

Patrik Charvát kumite do 45 kg st, žák

Vanesa Blažková kumite st. žákyně nad 50 kg

Kristýna Ondráčková kata ml. žákyně

Jakub Choma kumite do 67 kg muži

kumite team dorostenky



COACH Petr Kosina

do 14. 2. 2022	Soutěž O Hliníkové království	Městská knihovna
Soutěž ve sběru hliníku pro kolektivy MŠ a ZŠ Třemošnice.		
26. 11. - 27. 2. 2022	Bruslení na umělém kluzišti ve sportovním areálu v Třemošnici	Sportovní areál
Vážení občané, přijďte si s dětmi zabruslit na umělém kluzišti o rozměrech 24x12 m ve sportovním areálu v Třemošnici. Nabídneme i profesionální ostření bruslí.		
28. 11. - 30. 12.	Adventní výstava	Městská galerie
Výstava dětských prací ze ZŠ Třemošnice.		
8. 12.	Zastupitelstvo města Třemošnice	Kulturní dům
Ve středu v 17:00 hodin proběhne řádné jednání Zastupitelstva města Třemošnice.		
9. 12.	Vánoční koncert	Kulturní dům
Přijďte si poslechnout nejen vánoční písně, více na webových stránkách knihovny.		
18. 12.	Hodnocení sezóny a vánoční posezení	Ronov n. D.
Skauti z Ronova vás zvou na posezení, v případě příznivého počasí od 13:00 hodin vyjídka na kole do okolí. Od 17:00 hodin v klubovně občerstvení, tanec a dobrá zábava. Nutné potvrdit účast.		
26. 12.	25. ročník vánočního přechodu	Ronov n. D.
Expedice Krkačka – trasa: Ronov – Mladotice – Třemošnice – Lichnice – Lovětín – Rudov – Žlebské Chvalovice – Ronov, sraz v 10:00 hodin u skautské klubovny.		

Inzerce

Nabízíme Vám možnost inzerce v této části TN. 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
Tel: 602 419 159
www.soused-opravar.cz

SOUSED AJTÁK

Potřebujete poradit či pomoci s počítačem, mob. telefonem, domácí sítí...?
tel: 777 061 448
mail: ITremosnice@gmail.com

Poděkování

Ráda bych poděkovala paní Hamsové a panu starostovi Bubeníkovi za věcný dárek a blahopřání k mým 85. narozeninám.

Marie Cypriánová



placená inzerce

PRONÁJEM SKLADOVÝCH PROSTOR

Fenix Storage

ČÁSLAV

Nabídka:

Pronájem plochy, nebo paletového místa
Možnost rozvozu zboží po celé ČR a Evropě
Dle požadavků doplníme regálový systém
Kapacita 3.500 paletových míst
K dispozici od října 2021

Kontaktní údaje:

Pod Nádražím 1608, Čáslav, 286 01
tel. 606 603 455
fenix@fenix-doprava.cz

Důležité kontakty

Policie	158
Hasiči	150
Záchranná služba	155
Policie Třemošnice	974 572 741
Městský úřad Třemošnice	469 611 119
	469 611 133
Chytrá karanténa	1 221
Nonstop infolinka (telefonní kontakty)	1 188
Nonstop telefonická krizová pomoc	222 580 697
Nonstop linka důvěry	465 524 252

Rozloučili jsme se

Dne 30. října zemřel Josef Marek ve věku 85 let, Třemošnice č. p. 35.

Dne 1. listopadu zemřela Eliška Kloučková ve věku 83 let, Třemošnice.

Dne 13. listopadu zemřel František Novotný, ve věku 79 let, Třemošnice č. p. 252.

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, 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. 12. 2021

Příští uzávěrka: 13. 12. 2021

Náklad: 1 370 ks

Registrační číslo: MK ČR E 18645

