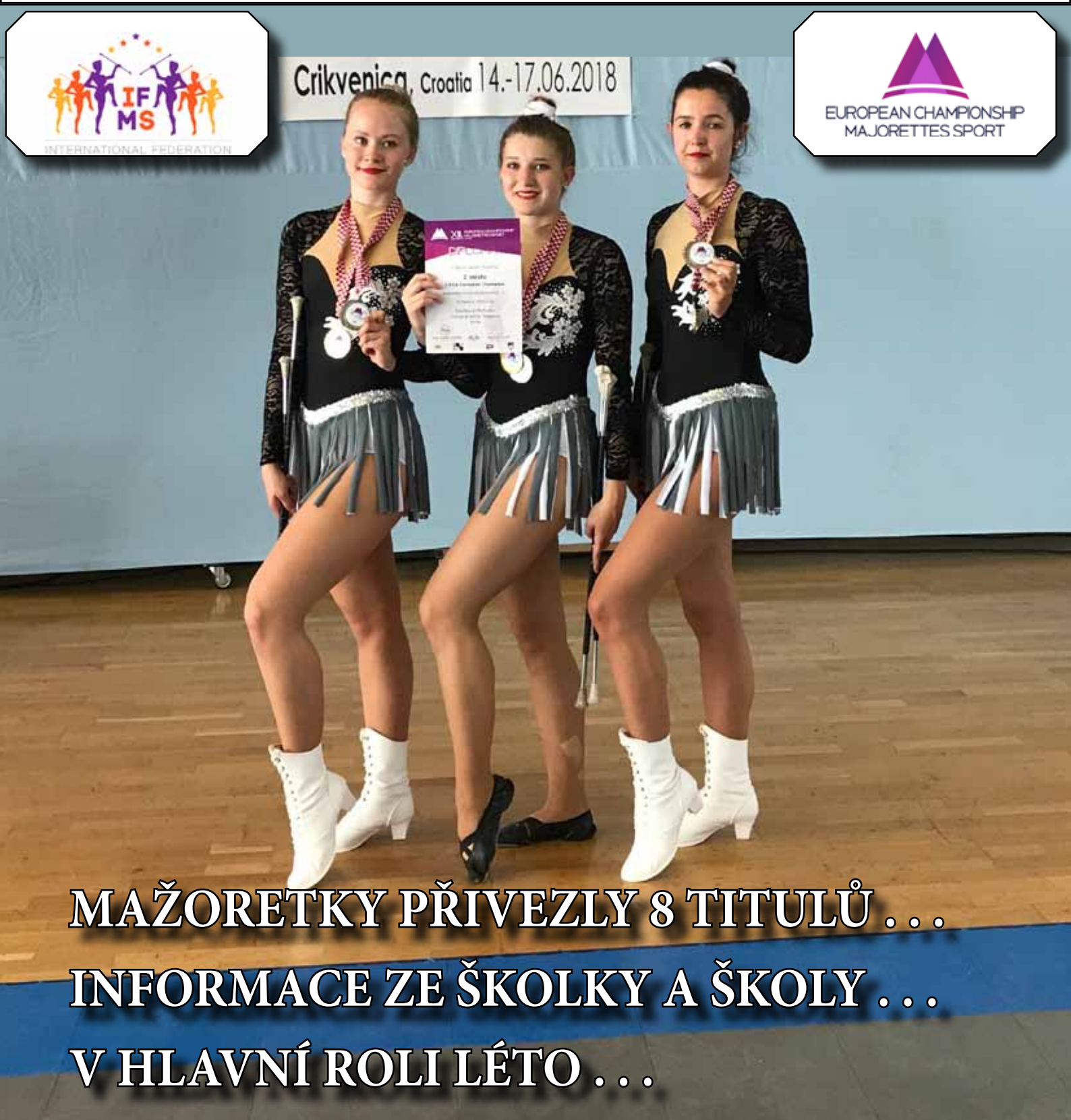
PRÁZDNINY 2018 www.kamenice.cz Zdarma

ZPRAVODAJ Z KAMENICE

KAMENICE • LÁDEVES • LÁDVÍ • NOVÁ HOSPODA • OLEŠOVICE • SKUHEŘ • STRUHAŘOV • ŠTIŘÍN • TĚPTÍN • VŠEDOBROVICE



MAŽORETKY PŘIVEZLY 8 TITULŮ . . .

INFORMACE ZE ŠKOLKY A ŠKOLY . . .

V HLAVNÍ ROLI LÉTO . . .

RINGHOFFEROVY TRHY

ÚVODEM

Vážení čtenáři,
společně s posledním červnovým týdnem k vám přichází i nové číslo našeho obecního časopisu se zaměřením na léto.
Léto nastoupilo svou vládu i v kalendáři. Počasí se ale tváří, že léto je tu vlastně už dávno.
Naši školáci ze základní školy již prázdniny mají. Ostatním školám vytoužené prázdniny teprve klepou na dveře!
Nejen v naší obci, ale i za hranicemi začínají prázdniny v různý čas. S koncem školy souvisí i velký příliv aut na cestách. Proto přinášíme uvnitř čísla přehled termínů začátků prázdnin v okolních zemích, který vám, jak doufáme, pomůže při cestě autem na dovolenou.
Prázdniny přinášejí mnoho radosti. Snad všichni se těšíme na teplé dny a příjemný odpočinek v kruhu svých blízkých. Bohužel léto přináší i neradostné okamžiky. Některým z nich můžeme předejít. Připomínáme proto spolu s Policií ČR základní zásady a preventivní opatření. Podíváme se, jaká muka prožívají děti a zapomenutí mazlíčci v autech zaparkovaných na slunci a jak jim poskytnout první pomoc.
Jak zvládnout nezvyklá horka poradíme seniorům v souhrnu 10 stručných rad.
Ve zpravodaji ale nechybí ani zmapované dění v Kamenici.
Přinášíme tiskovou zprávu společnosti **EUROVIA CS,** ve které sděluje, jak dlouho a kde nás potrápí uzavírkami silnic.
Potěšíme se s dětmi ze školy i školky a dozvíme se o úspěšné dobrovolné práci našich spolků i klubu seniorů.
V informacích do ruky přinášíme kulturní akce, které KC Kamenice přináší v přehledu, až do konce roku 2018.
S velkou radostí jsme vkládali do zpravodaje i zprávy ze sportu, zejména pak o úspěších našich mažoretek na Mistrovství Evropy, kterým tímto za celou redakci velmi gratuluji.
Věřím, že si najdete v letních dnech chvilku a třeba u kávy si pročtete tento zpravodaj od začátku až do konce.

Drazí čtenáři, ať již trávíte dovolenou u moře, na chalupě či prožíváte své volné dny zde v našem překrásném kraji, přeji vám krásné prožití těchto dní.

Vaše Jana Novodvorská, šéfredaktorka

LETNÍ SOUTĚŽ

vyhlašujeme soutěž o nejzajímavější či nejvtipnější foto nebo krátkou reportáž z vaší dovolené.

Vaše příspěvky zasílejte na Novodvorska@kamenice.cz **do 15. září 2018.**

Úspěšné příspěvky s vaším souhlasem otiskneme ve zpravodaji. Nejlepší z každé kategorie od nás obdrží hezký půllitr s logem Kamenice.

Zpravodaj z Kamenice

PRÁZDNINY 2018

PŘÍŠTÍ UZÁVĚRKA BUDE: 15. SRPNA 2018

Periodikum obce Kamenice •
Vychází měsíčně
Distribuce: OÚ Kamenice a Česká pošta, s. p.
Šéfredaktorka: Ing. Jana Novodvorská
Korektury: Ing. Jana Barčáková
Grafika: Vladimír Kalivoda
Vydává: OÚ Kamenice
Adresa redakce: Ringhofferovo náměstí 434, Olešovice, 251 68 Kamenice; heslo „Redakce"
Telefon a fax: +420 323 673 105
E-mail: redakce@obeckamenice.cz
Tisk: TRIA Olbramovice • Počet výtisků: 1 700 ks
Registrováno pod číslem MK ČR E 13287

Nevyžádané rukopisy a další podklady nevracíme • Uveřejněné příspěvky nemusí vyjadřovat stanovisko vydavatele • Redakce si vyhrazuje právo rukopisy přizpůsobit tisku • **Za obsah, stylizaci i gramatiku článků odpovídá autor příspěvku • Publikujeme pouze příspěvky zaslané autorem.** • Kvalita tištěných fotografií je adekvátní dodaným materiálům • **Na příspěvky dodané po uzávěrce nebude brán zřetel** •

Fotografie na titulní straně:
vítězky na Mistrovství Evropy v Chorvatsku

OBSAH ZPRAVODAJE:

Na úvod 3
Rady obce Kamenice 4
Informace z Obce 5
Došlo do redakce 6
Mateřské školy 8
Základní škola 9
Klub seniorů 10–11
Kamenické spolky 12
Místní veřejná knihovna 12
Informace do ruky 13–14
Kulturní centrum 15
Léto v hlavní roli 16–19
Sport 20–23
Inzerce 23–27
Pozvánka 28

KRÁTCE Z RADY OBCE KAMENICE

Kompletní zápisy najdete na: www.kamenice.cz nebo osobně u tajemníka OÚ Kamenice.

ze dne 22. 5. 2018

Rada obce Kamenice schválila:

- Výběr pověřence pro ochranu osobních údajů pro obecní úřad a organizace zřízené obcí Kamenice, a to společnost iNewOnline s.r.o., sídlem Roztoky, Žirovnického 2216, PSČ 252 63, IČO 24143880.
- Vzorovou Nájemní smlouvu včetně příloh mezi obcí Kamenice jako pronajímatelem a prodejcem na akci Ringhofferovy trhy jako nájemcem na pronájem části pozemku parc. č. 628/1.
- Uzavření smlouvy o smlouvě budoucí o zřízení služebnosti inženýrské sítě - umístění a provozování veřejného osvětlení mezi obcí Kamenice a Středočeským krajem. Věcné břemeno se zřizuje k pozemku parc. č. 651/8, kat. území Štiřín.
- Jmenování členů komise pro otvírání obálek a hodnocení nabídek podaných ve zveřejněném výběrovém řízení na veřejnou zakázku „Chodník Ládví Valnovka".
- Předložený protokol o otevírání obálek a zprávu o posouzení a hodnocení nabídek doručených ve výběrovém řízení na veřejnou zakázku malého rozsahu „Stavba SKATEPARKU - Kamenice".
- Uzavření dodatku č. 1 ke smlouvě o dílo č. 249/17 uzavřené společností POZIMOS a.s., Zlín, dne 6. 11. 2017, kterým se mění cena díla dle změnových listů.
- Dodatek č. 1 ke smlouvě o dílo č. 194/17 uzavřené se společností BES s.r.o., dne 21. 9. 2017, kterým se mění doba plnění a cena díla.

ze dne 5. 6. 2018

Rada obce Kamenice schválila:

- Několik žádostí o přidělení obecních bytů.
- Podání návrhu na zahájení exekuce k vymáhání pohledávky vůči odsouzenému p. M. Š.
- Uzavření několik budoucích smluv se společností ČEZ Distribuce, a.s. o zřízení a vymezení věcného břemene - osobní služebnosti v kat. území Štiřín a Těptín.
- Zrušení zadávacího řízení na veřejnou zakázku „Chodník Ládví - Valnovka" a vypsání nového výběrového řízení.
- Poskytnutí příspěvku Lince bezpečí, z.s. ve výši 10 000 Kč a uzavření darovací smlouvy.
- Uzavření Smlouvy o dílo - Oprava Štiřínských studánek - Ringhofferova studna se společností Stavix s.r.o. Praha za nabídkovou cenu 307 875,67 Kč bez DPH.
- Souhlas obce k provedení opravy komunikace, jako jedním ze spoluvlastníků pozemku parc. č. 239/15 k. ú. Štiřín.

Zuzana Gašpar, Kancelář obce Kamenice

HLEDÁ SE VHODNÝ KANDIDÁT

Koncem května se na náš úřad obrátil Krajský soud v Praze s prosbou, zda bychom mu pomohli najít vhodné kandidáty do funkce přísedících u soudu. Jedná se o funkci veřejnou, řídící se zák. č. 6/2002 Sb. o soudech, soudcích, přísedících a státní správě soudů, a za kterou náleží odměna.

Kandidát na přísedícího musí splňovat tato kritéria:

- státní občanství České republiky
- plnou svéprávnost a bezúhonnost
- věk nejméně 30 let
- trvalý pobyt nebo stálé pracoviště ve Středočeském kraji

V případě zájmu kontaktujte vedoucí Kanceláře obce paní Drahomíru Žáčkovou, tel. 313 034 883, e-mail: zackova@kamenice.cz

VOLBY DO ZASTUPITELSTEV OBCÍ

V souvislosti s přípravou konání voleb do zastupitelstev obcí, které se uskuteční ve dnech 5.- 6. 10. 2018 Obecní úřad Kamenice, jakožto registrační úřad, tímto podle ust. § 21 odst. 4 zák. č.491/2001 Sb., o volbách do zastupitelstev obcí a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zák. o volbách do zastupitelstev obcí") zveřejňuje:

Potřebný počet podpisů na peticích podle § 21 odst. 4 zákona č. 491/2001 Sb., zákona o volbách do zastupitelstev obcí podporujících kandidaturu volebních stran typ nezávislý kandidát a sdružení nezávislých kandidátů:

Registrační úřad	Obec	Minimální počet podpisů pro nezávislého kandidáta:	Minimální počet podpisů pro sdružení nezávislých kandidátů:
Kamenice	Kamenice	135	314
Kamenice	Kostelec u Křížků	29	50
Kamenice	Křížkový Ujezdec	12	17
Kamenice	Radějovice	22	31
Kamenice	Sulice	77	134

Kandidátní listiny se podávají registračnímu úřadu – Obecnímu úřadu Kamenice do úterý 31. července 16.00 hodin.

Drahomíra Žáčková, vedoucí správního odboru

EUROVIA VINCI

TISKOVÁ ZPRÁVA

Praha 6 - Na dalším úseku dálnice D1 začnou o tomto víkendu práce, konkrétně mezi km 12-16 ve směru na Prahu. V daných místech bude kompletně vyměněn povrch komunikace. Uvedené práce si vyžádají dopravní omezení v místě. Práce provede EUROVIA CS PRO ŘSD ČR do konce srpna 2018.

Na dálnici D1 v úseku km 12 – 16 dojde ke kompletní výměně povrchu vozovky včetně výměny betonových a ocelových svodidel, k opravě odvodnění, dopravního značení, mostů a protihlukových stěn. Vše tak, aby byl průjezd místem komfortní, plynulý a hlavně bezpečný.

„Práce byly rozděleny do 4 navazujících etap dle postupu prací tak, aby byl v místě maximálně možně zachován provoz. Každopádně práce se neobejdou bez dopravního opatření v místě, které zaručí dostatečný a bezpečný prostor pro provedení prací a bezpečnost pracovníků. Proto bychom chtěli požádat všechny řidiče o dodržování stanovených rychlostí," sdělila Iveta Štočková, tisková mluvčí EUROVIA CS.

Během **1. etapy do konce června bude doprava vedena v režimu 3 + 1 + 1 jízdní pruh.** Doprava bude vedena v části dálnice směrem na Brno, kde budou 3 pruhy a 1 protisměrný oddělený dočasným svodidlem a v části dálnice na Prahu, kde bude probíhat oprava, pak bude další jeden jízdní pruh na Prahu.

V rámci **2. etapy od konce června do poloviny července bude doprava vedena v pravém jízdním pásu (směr na Brno)** v režimu 3+1 s oddělením protisměrných jízdních pruhů pomocí dočasného svodidla. V levém jízdním pásu (směr Praha) bude veden jeden jízdní pruh v rychlém jízdním pruhu.

V tomto termínu bude také uzavřena levá strana Exitu 15 Všechromy tj. sjezd ve směru od Brna a nájezd ve směru na Prahu. Objízdná trasa bude vedena po dálnici D1 s možným otočením na Exitu 12 Modletice a Exitu 21 Mirošovice.

Od poloviny července do začátku srpna v průběhu **3. etapy** povede doprava v místě levým jízdním pásem (směr Praha) v režimu 2+2 s oddělením protisměrných jízdních pruhů pomocí dočasného svodidla. V pravém jízdním pásu (směr Brno) bude veden jeden jízdní pruh v odstavném pruhu.

V rámci **4. etapy od začátku do konce srpna bude provoz veden v levém jízdním pásu (směr Praha**) v režimu 2+2 s oddělením protisměrných jízdních pruhů pomocí dočasného svodidla. V pravém jízdním pásu /směr Brno) bude veden jeden jízdní pruh v rychlém jízdním pruhu. Současné bude v tomto termínu uzavřena pravá strana Exitu 15 Všechromy tj. sjezd ve směru od Prahy a nájezd ve směru na Brno. Objízdná trasa bude vedena po dálnici D1 s možným otáčením na Exitu 12 Modletice a Exitu 21 Mirošovice.

Práce v tomto místě budou následně pokračovat na jaře 2019, kdy se bude pracovat v úseku 12-9 km ve směru na Prahu.

Kontakt prodalší informace:
Iveta Štočková
tisková mluvčí
vedoucí útvaru komunikace a marketingu
T: 224 951 349
Gsm: 731 602 380
E: iveta.stockova @ eurovia.cz
www-eurovia.cz

PODĚKOVÁNÍ SMĚŘUJE DO OÚ KAMENICE

NÁVŠTĚVA AREÁLU HROBKY RODINY RINGHOFFERŮ – 13. 5. 2018

My, nadšení příznivci Geocachingu, bychom rádi poděkovali Odboru správy majetku obce Kamenice, jmenovitě paní ing. Daně Boxanové a paní Petře Novotné, za umožnění přístupu do areálu hrobky rodiny Ringhofferů.

Poděkování patří také hlavně panu Janu Pišnovi, který nám ve svém volném čase podal formou vyprávění obsáhlý odborný výklad o životě, historii, úspěších v podnikání rodu Ringhofferů a také o hrobce samotné. Všichni jsme seděli a ani nedutali, protože pan Pišna vyprávěl tak poutavě, jako by vše zažil. Prostě člověk na svém místě.

Sešlo se nás 42. Před tímto famózním zážitkem jsme vyčistili od odpadků část cesty od filiálního kostela sv. Františka z Assisi k hrobce Ringhofferů a také okolí samotné hrobky. S elánem a nadšením jsme se všichni zúčastnili obou akcí a počasí nám také přálo.

Byl to opravdu zážitek, který si budeme dlouho pamatovat. Podaří-li se příští rok obě akce skloubit, rádi bychom je zopakovali.

D Í K Y , D Í K Y , D Í K Y

Nadšení příznivci Geocachingu

LADŮV KRAJ

www.laduv-kraj.cz

Svazek obcí, Masarykovo náměstí 83, 251 01 Říčany, IČ: 708 99 088
Kancelář – Říčany, Olivova ul.1800/2 (budova Na růžku)
Kontakt: Ing. Jana Kolorosová, tel.:727 865 138, laduv-kraj@laduv-kraj.cz

hledá zaměstnance

Specialistu na 0,3 úvazek (12 hod/týdně), od 1.10. 2018, místo výkonu práce - Říčany

Hrubá měsíční odměna cca 8.000 Kč/0,3 úvazek

Pracovní činnosti a úkoly převážně:

- **podílení se na činnostech směřujících k propagaci činností svazku obcí (aktualizace sociálních médií--web, FB, Instagram, propagace svazku na regionálních akcích)**
- **příprava Informačního zpravodaje o činnosti CSS a svazku obcí**
- **organizování a příprava setkání, vzdělávacích seminářů pro starosty obcí**
- **komunikace se zástupci obcí vyhledávání příležitostí pro společné postupy obcí, zajišťování přenášení informací mezi jednotlivými obcemi, aby mohlo efektivně docházet ke sdílení dobré praxe**
- **organizační pomoc při přípravě a realizování projektů meziobecní spolupráce a projektu obcí (např. stezky, akce pro veřejnost)**
- **plnění dalších úkolů spojených s realizací projektu Centra společných služeb**

více informací: Jana Kolorosová, tel.efon: 727 865 138, laduv-kraj@laduv-kraj.cz

ČERVEN VE ZNAMENÍ HER A RADOVÁNEK

Začátek měsíce jsme v naší mateřské škole pomyslně otevřeli Dnem dětí.
Protože se celý školní rok nese v pohádkovém duchu, tak i v tento den to nemohlo být jinak. Na děti čekaly soutěže, ve kterých se mohly stát pohádkovými postavami a vyzkoušet si, jaké to je být Jeníčkem a loupat perníček, vodníkem hlídajícím své dušičky, vlkem běžícím k babiččině domečku, Smolíčkem pacholíčkem prchajícím z liščina doupěte či statečným Honzou, který přemohl draka. Samozřejmě nemohl chybět ani karneval, na kterém se opět díky šikovným a nápaditým rodičům, objevilo mnoho nádherných masek. Mohli jsme tak například vidět, jak spolu tančí pravěký neandrtálec, břišní tanečnice, hasič, stále usměvavý klaun a vážený pan doktor v nepřeberném počtu půvabných princezen. V závěru na každého čekala sladká odměna.

Další, už dlouho dětmi očekávaná akce, byl výlet do FUN Parku Žirafa v Čestlicích, na který se nám po menších (nebojím se říct již takřka pravidelných) obtížích podařilo na druhý pokus vypravit. Zde se děti mohly do sytosti vyřádit na různých prolézačkách, houpačkách, klouzačkách, nafukovacích hradech a skluzavkách, trampolínách, kolotočích a bazénku s plastovými míčky.
Nakonec se přeci jen odložení výletu vyplatilo, neboť ten den vydatně pršelo a v areálu naší MŠ bychom si tolik legrace neužili. I když skákání v loužích a ráchání se v bahně má pro některé děti také něco do sebe.

Adéla Šabková uč. MŠ Kamenice

VŠEM BUDOUCÍM PRVŇÁČKŮM PŘEJEME MNOHO ŠTĚSTÍ V JEJICH DALŠÍ ŽIVOTNÍ ETAPĚ!

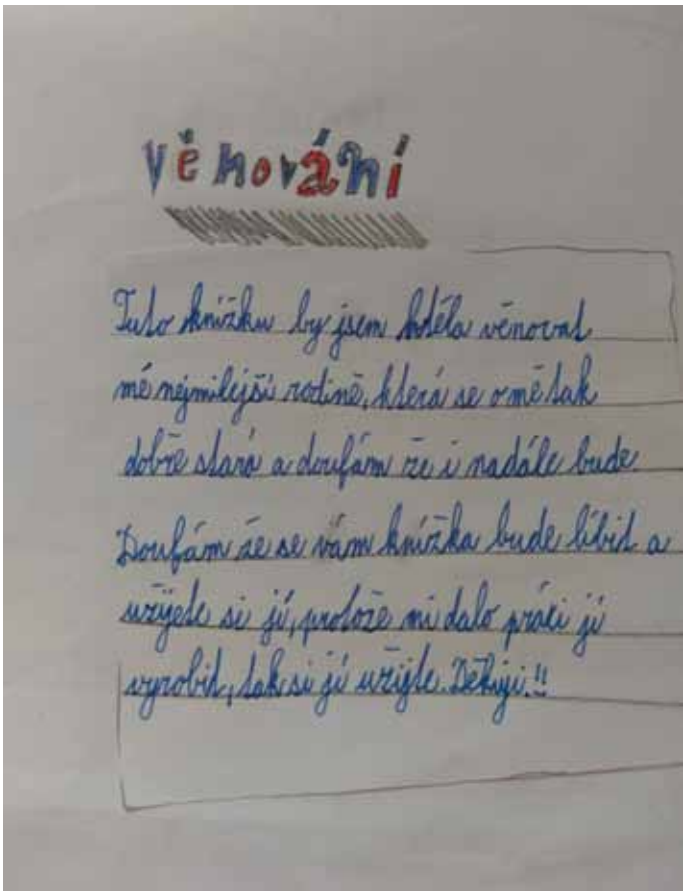
ŠKOLNÍ PARLAMENT PILNĚ PRACOVAL

Školní parlament působil na naší škole již čtvrtým rokem. Pokračovali jsme v tom, co se nám osvědčilo – v systému organizace schůzek, přenášení informací ze tříd a do tříd, ve spolupráci s vedením školy a třídními učiteli, se školní stravovnou a hlavně v organizaci akcí pro naše spolužáky.

V závěru školního roku se nám obzvlášť vydařil Sportovní den (1. června) a akce Jídelníček na přání. Na závěr Sportovního dne jsme opět zorganizovali i charitativní běh, za startovné jsme získali téměř 6 tisíc, které na začátku příštího roku již podruhé předáme zástupci organizace UNICEF.

A teď už nás čekají krásně dlouhé prázdniny!

Členové parlamentu ZŠ Kamenice



CO JE ČJ+ A MA+?

Rodiče třeťáků, čtvrťáků a páťáků to už vědí, ale možná je ještě pár obyvatel naší obce, kteří tyto názvy neslyšeli. Pro ně, a samozřejmě i pro ostatní, jsou následující řádky.

V každé třídě se najde pár dětí, které mají výborné výsledky v matematice nebo v českém jazyce nebo v obou předmětech. Tyto děti se ve 3.– 5.třídě mohou zúčastnit jednou týdně v rámci vyučování tzv. ČJ+(český jazyk plus), tedy hodiny, kde neprobírají gramatiku, nepíšou diktáty, ale rozšiřují si slovní zásobu formou hry, dabují filmy, vymýšlejí příběhy, domýšlejí dialogy k obrázkům…

Například třeťáci si letos napsali dokonce svoji vlastní knihu. Vymysleli si příběh, který doplnili ilustracemi, přidali něco o autorovi a ve většině knih bylo i věnování někomu milému, blízkému. Nakonec knihu opatřili deskami s obrázky a svázali ji. Práce je bavila, protože si vše připravili a vymysleli sami a výsledek jejich práce záležel jen na nich.

Podobně probíhá i výuka v hodinách M+ (matematika plus), ale místo vytváření příběhů se děti pokoušejí vyřešit zdánlivě neřešitelné a pořádně zapeklité příklady, mají čas na logické úvahy a různé matematické hry a šifry. Výhodou těchto hodin je také nízký počet žáků ve třídě, což umožňuje učitelce reagovat na všechny dotazy a probrat je s dětmi.

Lenka Kremlová, učitelka ZŠ

HRY NAD HAMERSKÝM RYBNÍKEM

Že jsme stále malí na to, abychom připravili akci pro jiné spolužáky? Nenechte se mýlit. Elán a nápady nám rozhodně nechybí. Po domluvě jsme se rozhodli v půlce června uspořádat zábavné dopoledne pro naše mladší spolužáky, konkrétně pro 1.C. Po důkladné přípravě jsme pro prvňáčky vymysleli zábavné úkoly, které jsem rozmístili na různá stanoviště v lesíku nad

Hamerským rybníkem. Děti například stavěly domeček pro lesní skřítky, hádaly lesní zvířata, trefovaly se na cíl, řešily šifry... Kdyby bylo potřeba, byli jsme připraveni jim při plnění úkolů pomoci a na všechna stanoviště jsme je doprovázeli, ale ony to zvládly skvěle samy. Všichni jsme si to pěkně užili a zažili spoustu legrace.

Žáci 3.C

SBOHEM LÁSKY, MY JEDEME DÁL…

Žáci 9.B se společně se třemi žáky z 9.A vypravili začátkem června na deset slunných dní na italský poloostrov Gargano, do letoviska Vieste. Cesta byla dlouhá a úmorná, ale pobyt byl náramně povedený. Během něj jsme se také vydali lodí do mořských jeskyní a měli možnost se vykoupat na krásné oblázkové pláži. Užívali jsme si teplého moře, velkých vln,každovečerních pizza – párty a hlavně sami sebe. Vždyť to bylo naposledy, kdy jsme takto společně trávili čas. Vzpomínali jsme na okamžiky, které jsme společně zažili, na místa, která jsme společně viděli, ale hlavně jsme se velmi nasmáli a dobře pobavili. Týden nám utekl jako voda a nám nezbylo než se rozloučit a vydat se každý svou novou cestou. Držte nám palce, ať se nám daří alespoň tak dobře jako tady v Kamenici.

Žáci 9.B a Pavla Ježová

CO TAKHLE JÍDELNÍČEK NA PŘÁNÍ

V týdnu od 4. do 8. června proběhla v naší škole zajímavá akce. Děti ze žákovského parlamentu sepsaly oblíbená jídla našich žáků a požádaly paní vedoucí školní stravovny, zda by podle seznamu mohla sestavit „jídelníček na přání“. Paní kuchařky nám vyhověly, i když to dalo určitě hodně počítání a práce. A tak jsme každý den měli jinou dobrotu, např. i pizzu, velký řízek, rajčatovou polévku, lasagne, zmrzlinu, pudink… , a to ocenily jak děti, tak i učitelé.

Chtěli bychom i touto cestou poděkovat paní kuchařkám za celoroční péči o naše bříška a za ochotu, se kterou s námi spolupracují.

Parlamentáci

„Jsem naživu. Teď jenom jím a nic jiného kromě jídla nedělám. Když se pak vydám na cestu, budu jenom na cestě. Když budu muset bojovat, umřu možná stejně tak dobře, jako kdykoli jindy. Protože já nežiju ani ve své minulosti, ani ve své budoucnosti. A když budu moci vždycky zůstat v přítomnosti, budu šťastný."

Paulo Coelho

Milí příznivci Klubu seniorů, dovolujeme si vás pozvat na tyto zářijové akce:

3. 9. – Toulky krajinou Kamenicka s holemi nordic walking, cvičení s holemi v přírodě a táboráček v nivě s opékáním a kytarou. Okruh bude připraven tak, aby jej všichni zvládli, a ti, kteří se nemohou přidat z časových důvodů, přijďte až k místu táboráku v 17.30 hod. Přihlášky do 2. 9. (z důvodu nákupu občerstvení).
Cena: 50 Kč/os. (na občerstvení), při nepříznivém počasí zpívání U Partyzána.
Sraz u KD Kamenice v 15.30 hod.

13., 27. 9, 11., 25. 10. – pravidelné setkání s kytarou od 16.00 hod. restaurace U Partyzána.
Přijďte si zazpívat – repertoár již máme úctyhodný, anebo si jen tak popovídat.

19. 9. – Celodenní zájezd do Litoměřic – Zahrada Čech.
Jedno z vašich přání bylo podívat se na veletrh Zahrada Čech, který probíhá v termínu 14.–22. 9. 2018. Zveme vás tímto do krásného královského města na soutoku Labe a Ohře v severních Čechách na okraji Polabské nížiny. Je známé nejen pro svoji úrodnou půdu, která se stala základním předpokladem k bohatství a rozvoji města, ale i pro svou malebnost, atmosféru a jedinečné historické památky. Královským městem se staly Litoměřice v rozmezí let 1219 a 1228. Historické jádro města je od roku 1950 městskou památkovou rezervací. Je známé také díky nejrecitovanějšímu českému básníkovi K. H. Máchovi. Připravujeme pro vás příjemnou prohlídku města s průvodcem během dopoledne. Poté chvilka na krátké občerstvení a přesun na 42. ročník veletrhu pro všechny zahrádkáře, chalupáře, kutily a milovníky přírody.
Přihlášky do 9. 9. 2018
Cena: senioři 65+ 200 Kč/300 Kč ostatní (v ceně: prohlídka města s průvodcem, vstupenka na veletrh a příspěvek na bus).
Platby: 10. 9. od 18:00 do 19:00 hod. v restauraci Na Rynku.
Sraz u KD Kamenice v 7.15 hod., odjezd v 7.35 hod. Předpokládaný návrat do 18.00 hod.

Na říjen pro vás připravujeme:

- Cyklus „Tajemné toulky Prahou" – Strahovský klášter a Loreta
- Exkurzi do prezidentské kanceláře a hradních archivů, obojí s průvodcem.

Více se dočtete v zářijovém čísle zpravodaje.

Přihlaste se na našich kontaktech: 773 222 369 nebo 721 865 938.

A pokud jste se ještě neodvážili přidat se mezi kamenické seniory, zkuste to! Jsou to moc prima lidi - veselí, rádi zpívají, zajímají se o druhé a přitom vám do ničeho nemluví a nedávají rady do života. Naslouchají. Jsou neuvěřitelně stateční, protože i přes své handicapy se snaží zapojit do všech aktivit a mají sílu vše zvládat. Leccos zažili, mnoho věcí znají a vědí. Mají náš obdiv za to, jak si i přes mnohá úskalí umějí život užívat, bavit se a vymýšlet nové sny, které většinou lze zrealizovat, a tak je to pro nás čest plnit jim tato většinou skromná přání. Velmi jim za to děkujeme! Cítíme se v jejich přítomnosti obohacené a těšíme se na nové společné zážitky. Přejeme všem příjemně prožité léto.

Marie Hajdušková a Marie Grafnetter

V květnu a červnu jsme si užili:

již III. a IV. vycházku v rámci cyklu „Tajemné toulky Prahou" – Zahrady Pražského hradu a historické památky Malé Strany (ohlédnutí za Malou Stranou bude uvedeno v zářijovém čísle zpravodaje), táborák s opékáním špekáčků, zpívání U Partyzána a také jednodenní zájezd na lomy Amerika a Mexiko a hrad Karlštejn.
Zde jsou články a fotografie od samotných aktérů, našich seniorů. Posuďte sami, jak se nám výlety povedly.

HRAD KARLŠTEJN

Po návštěvě památky prvořadého významu pro dějiny české státnosti v dubnu t.r. Vyšehradu se uskutečnila 6. 6. prohlídka další mimořádné středověké pevnostní architektury - Karlštejna, spojeného s postavou evropských dějin Karlem IV. Přízeň počasí umožnilo po nepříznivé zácpě na Pražském okruhu úvodní prohlídku lomů Českého krasu, které jsou kamenným základem uvedené pevnostní stavby. Okružní pochod kolem Velké a z části i Malé Ameriky zvládli všichni svým tempem a připravili se tak na pěší výstup k dominantě - vyčnívající památce z údolí Berounky. Časová rezerva pořadatelů a znalosti místopisu umožnily i těm nejpomalejším odpočinkové a občerstvovací tempo výstupu na nádvoří purkrabství a následné schodišťové zdolávání tří věží hradu. Prohlídka s profesionálním průvodcem oběma obrazárnami, depositem archeologie a kaplemi byla zakončena dominantní kaplí sv. Kříže, která ohromila svoji impozantní krásou, účastníky ztišila a uvedla do krátkého ale upřímného rozjímání. Sestup dolů už byl jen upomínkou na zdolané kilometry a stovky schodů, které i pro zdravotně hendikepované neznamenaly nechutenství ke shlédnuté a navštívené kráse díla Karla IV. a našich romantických stavitelů z obrození, kterým vděčíme za záchranu této památky. Dík patří organizátorkám za námět, přípravu a obětavost přímo při uskutečňování historických exkurzí. Těším se, že další budou následovat i do budoucna.

Burian Ivan

MALÉ OHLÉDNUTÍ ZA TŘETÍMI TOULKAMI TAJEMNOU PRAHOU

Vyrazili jsme 23. 5. 2018 v ranních hodinách autobusem z Kamenice. Praha nás přivítala nádherným počasím. A naše osvědčená průvodkyně Ivana Tatková milým úsměvem a erudovaným výkladem. Pražský hrad je skvost a jeho zahrady tu krásu umocňují.

První zastávka byla v severních zahradách u Letohrádku královny Anny, pak kolem Míčovny s nádhernou fasádou a přes hradní nádvoří do zahrad jižních.

Člověk neví, co dřív obdivovat. Krásné vyhlídky na Prahu nebo upravené zahrady s fontánami. A je tu krátká přestávka na občerstvení a pokračujeme přes hradní vinice do malostranských zahrad.

Paní průvodkyně nás během procházky upozorňuje na díla slovinského architekta Josipa Plečnika, „dvorního" architekta T. G. Masaryka. A teď přes Fürstenberskou zahradu do Ledeburské, kde končíme. Obě jsou tvořeny terasami a jsou nádherné. Všichni zíráme, jaká kouzelná místa se skrývají za zdmi paláců. Když si vzpomenu na pohled z hradeb, který se nám skýtal v 70. a 80. letech 20. století na tyto zahrady, jsem moc ráda, že je vše jinak.

Děkujeme našim milým organizátorkám a samozřejmě paní průvodkyni Ivaně Tatkové za krásný den a těšíme se na další akce.

Za Klub seniorů Blanka Lerchová

NĚKOLIK TIPŮ PRO SENIORY, JAK PŘEŽÍT LÉTO BEZ ÚJMY

V posledních letech představuje pro seniory horké léto velký nápor na organismus. Také letos nás čeká léto s extrémně vysokými teplotami. Důležité je osvojit si návyky, které seniorům umožní užít si léto naplno a přitom se nevystavit riziku. Chce to jen trochu disciplíny, plánování. Nabízíme Vám pár rad, jak přežít léto bez újmy.

1. DODRŽUJTE PITNÝ REŽIM

V létě je pro organismus nesmírně důležité zajistit dostatek tekutin. Nejvhodnější je čistá voda, neslazené čaje a přírodní šťávy. Nápoje by neměly být příliš vychlazené. Na konzumaci alkoholu zapomeňte. Z domu odcházejte vždy s pitím při ruce.

2. VYBERTE SI VHODNÉ OBLEČENÍ

Výběr oblečení je velmi důležitý, protože nesprávný materiál zabraňuje odpařování potu. Oděv by měl být lehký, jednovrstvý z přírodních materiálů. Nejvhodnější jsou světlé barvy. Boty by měly být pohodlné a otevřené, vyrobené z kvalitních materiálů. Pořiďte si slaměný klobouk. Ochrání vás před přímým sluncem.

3. ZŮSTAŇTE V KONTAKTU

Horka v kombinaci s dehydratací mohou způsobovat bolesti hlavy, dezorientaci, nevolnost, mdloby. Je proto důležité, abyste byli vždy v kontaktu se svými blízkými. V případě potřeby byste měli být připraveni přivolat si pomoc. Proto je nutné mít s sebou mobilní telefon s uloženými čísly, na které můžete v případě nouze zavolat.

4. KONZUMUJTE ZDRAVÁ JÍDLA

Těžká a mastná jídla se ve vedrech nedoporučuje konzumovat. Takové potraviny zatěžují žaludek a obírají vás o energii. Tělo by mělo přijímat potraviny, které se dají snadno strávit. Nejvhodnější jsou zeleninové saláty, polévky, ryby či čerstvá zelenina. Z masa je nejvhodnější drůbež.

5. DOPŘEJTE SI ODPOLEDNÍ SIESTU

Odpočinek je pro tělo velmi důležitý. Proto si po obědě dopřejte krátkou siestu. Organismus se zregeneruje a nabere novou energii. Zároveň se vyhnete nejsilnějšímu slunečnímu záření, které je právě v odpoledním čase.

6. NASTAVTE SI SPRÁVNOU TEPLOTU

Ideální je pořídit si klimatizaci. Ale pozor! Rozdíl mezi venkovní a vnitřní teplotou by měl být cca 5 stupňů. Přes den zatahujte žaluzie, zabráníte tím přehřátí bytu.

7. NEBUĎTE CELÝ DEN NA SLUNCI

Na přímém slunci se zvyšuje riziko přehřátí organismu a kolapsu. Budete-li venku, používejte sluneční brýle a pokrývku hlavy. Střídejte pobyt na přímém slunci s pobytem ve stínu. Pokud se vám začne točit hlava, sedněte si do stínu a doplňte tekutiny. Na zadní část krku přikládejte mokrý studený kapesník.

8. VYZKOUŠEJTE VLAŽNOU SPRCHU

Pokud vám je příliš teplo, vyzkoušejte vlažnou sprchu. Začínejte s teplejší vodou a postupně přecházejte ke vlažné. Začínejte od chodidel a postupujte směrem nahoru. Vlažná sprcha vás příjemně osvěží a zbaví vás potu.

9. NALAĎTE SE NA LÉTO

Obklopte se letními věcmi – fotky z dovolené či obrázky oblíbených destinací. Hodně větrejte. Ráno si dopřejte nenáročné cviky, abyste se probudili a nastartovali své tělo. Obklopte se květinami a příjemnými barvami. Dopřejte si nápoj z čerstvého ovoce a ranní procházku na čerstvém vzduchu.

Zdroj: http://www.rehabilitace.info/zdravotni/

SPOLEK KAMENICKO INFORMUJE

Na začátek nejdůležitější zpráva:
Všechny jabloně v Šalvějové ulici ve Štiříně bez úhony přečkaly svou první zimu. V péči o ně pokračujeme od časného jara. Výsadbou totiž práce nekončí! Začalo to v únoru dodatečným obalením všech stromků králičím pletivem. Vedla nás k tomu neblahá zkušenost – na tři roky starém stromořadí na loukách mezi Všedobrovicemi a Štiřínem se letos vyřádila srnčí zvěř. Z jedenadvaceti jabloní přežilo deset…
V březnu se jablůňky v Šalvějové dočkaly odborného řezu. V dubnu jsme jim ve spolupráci s Líznerovými dopřáli dostatečnou zálivku. Koncem května jsme vypleli a prokypřili půdu v „mísách" kolem každého stromku. Líznerovi posekali svou technikou trávu po obou stranách ulice.
Z jedné z nejzanedbanějších ulic v Kamenici se – péčí místních lidí a s přispěním obce – v průběhu čtyř let „vyloupla" úhledná a čistá ulice. V budoucnu se (snad) stane součástí našich dalších plánů na zkrášlení a revitalizaci okolí Štiřínského rybníka.

Květnová vlastivědná vycházka nás vedla z kamenického dvora rodiny Gillernových přes Skuheř až do Kostelce u Křížků.
Honza Pišna nás jako vždycky uchvátil, takže všichni účastníci se těší na další pokračování v příštím roce. Začneme tam, kde jsme letos skončili, tedy u rotundy sv. Martina. Rozhodně přijďte!
A nejlepší zpráva na konec. Podařilo se nám získat peníze z programu Velkopopovického pivovaru Kozel lidem na projekt Poznej Kamenicko, jehož cílem je podpořit šetrnou turistiku. Místním obyvatelům i návštěvníkům chceme připomenout a přiblížit nejvýznamnější historické památky ve specifickém území, které bylo silně ovlivněno podnikatelskou rodinou Ringhofferových, jejíž význam byl po 2. světové válce mnohdy cíleně upozaďován.
Kamenice je místem, kde v 90. letech 20. století našlo domov mnoho městských obyvatel, především lidí z Prahy. Nežijí zde tedy pouze „starousedlíci". Z tohoto důvodu je, domníváme se, dobré pěstovat v lidech pocit sounáležitosti s místem, které je jejich domovem a jehož historie je zajímavá a bohatá.

Jelikož se mílovými kroky přiblížilo léto, přejeme všem čtenářům Zpravodaje z Kamenice krásné dny plné prázdninové pohody.
V září se pak můžeme společně vydat na geologickou vycházku. Bližší informace najdete na www.kamenicko.cz a na FB.

Text a foto Michaela Valentová a Jana Kohlová

LETNÍ - PRÁZDNINOVÝ PROVOZ KNIHOVNY:

PONDĚLÍ a ČTVRTEK	8.00 - 18.00 hod.
Od 23. 7. 2018 do 10. 8. 2018	**ZAVŘENO**

ČERVNOVÉ NOVINKY V KNIHOVNĚ:

- Dům na samotě, Michaela Klevisová
- Obchodník, John Grisham
- Macbeth, Nesbo Jo
- Blesková povodeň - Code Red 1, Chris Ryan
- Cizí země, Charles Cumming
- ROBOKALYPSA, Daniel H. Wilson
- Hněv Boží, José Rodrigues dos Santos
- Pohádky Vlasty Buriana, Vlasta Burian
- Zlatá truhlice českých pohádek
- Z pohádkové postýlky, Jiří Žáček
- Cesta do Zlatého města,
- Zachrání doktor Proktor Vánoce?, Nesbo Jo

INFORMACE „do ruky“ PRÁZDNINY 2018

ZAMĚSTNANCI OÚ KAMENICE
přejí občanům všech kamenických osad
příjemné prožití letních dní
a bezpečný návrat z dovolených
i prázdninových pobytů.

Pavel Čermák, starosta

OBECNÍ ÚŘAD

KONTAKT: 323 673 105
www.kamenice.cz, e-mail:
podatelna@obeckamenice.cz

ÚŘEDNÍ HODINY NA OÚ KAMENICE
Pondělí a středa:
7.30–12.00 hodin 13.00–17.00 hodin

KULTURNÍ CENTRUM

KULTURNÍ AKCE

ZÁŘÍ

9. září od 13.00 hod. KD Kamenice
Veletrh sportovních a kulturních akcí
Vstup zdarma

22. září
Podzimní slavnosti
Ve stylu první republiky a oslav 100 let české státnosti
Vstup zdarma

25. září od 19.30 hod. KD Kamenice
Promítej i Ty: Život začíná po stovce
Dokument festivalu Jeden svět
Vstup zdarma

ŘÍJEN

4. října od 19.30 hod. KD Kamenice
Divadlo Kalich: Titanik
Vstupné 450 / 400 / 350 Kč

16. října od 19.30 hod. KD Kamenice
Filmová hudba a slavné melodie
Symfonický orchestr Dalibora Havlíčka
Vstupné bude upřesněno

23. října od 19.30 hod. KD Kamenice
Viliam Poltikovič: Smrt jako brána
Diskuse a promítání ukázek z připravovaného filmu
Vstupné 50 Kč

30. října od 19.30 hod. KD Kamenice
Promítej i Ty: Krev v mobilech
Dokument festivalu Jeden svět
Vstup zdarma

LISTOPAD

9. – 10. listopadu od 19.30 hod. KD Kamenice
Ochotnické divadlení I.
Festival ochotnických divadelních představení
Vstupné 290 / 150 / 100 / 50 Kč

KC KAMENICE

13. listopadu od 19.30 hod. KD Kamenice
Koncert skupiny Olympic
Vstupné 600 / 550 Kč

16. – 17. listopadu od 19.30 hod. KD Kamenice
Ochotnické divadlení II.
Festival ochotnických divadelních představení
Vstupné 290 / 150 / 100 / 50 Kč

24. listopadu od 17.00 hod. KD Kamenice
Hafla show
Studio Jesenice
Vstupné bude upřesněno

25. listopadu od 14.00 hod. KD Kamenice
Mikulášská nadílka Klubu žen Kamenice
Vstupné bude upřesněno

26. listopadu od 19.30 hod. KD Kamenice
Aneta Langerová
Koncert s kapelou a smyčcovým triem
Vstupné 480 / 420 Kč

27. listopadu od 19.30 hod. KD Kamenice
Promítej i ty: Punkový syndrom.
Dokument festivalu Jeden svět
Vstup zdarma

PROSINEC

4. prosince od 19.30 hod. KD Kamenice
Jiří Mára: Cestování s hendikepem po Austrálii a Tanzánii
Přednáška o cestování
Vstupné 80 Kč

8. prosince od 8.00 hod. KD Kamenice
Kamenický pohár
Vstupné 100 Kč

10. prosince od 19.30 hod. KD Kamenice
Divadlo Artur: Hledám milence, zn. spěchá!
Vstupné 350 / 300 / 250 Kč

18. prosince od 19.30 hod. KD Kamenice
Promítej i ty: H20mx
Dokument festivalu Jeden svět
Vstup zdarma

BOHOSLUŽBY . . .

Kostel sv. Martina v Kostelci u Křížků: neděle 10.15 hodin

Kostel sv. Františka z Assisi v Kamenici: sobota (s nedělní platností) 16.00 hodin

Kostel Panny Marie Sněžné ve Velkých Popovicích: neděle 8.30 hodin

OHLÉDNUTÍ ZA UPLYNULOU SEZONOU

Vážení příznivci kulturního života v Kamenici,
chtěli bychom vám touto formou poděkovat za vaši důvěru a přízeň, kterou jste nás zahrnovali po celou sezonu 2017/2018. Tento rok jsme se měli možnost setkat při tradičních komunitních akcích, které pro vás pořádáme ve spolupráci s obcí Kamenice. Začali jsme v září, kdy jsme si na Veletrhu sportovních a zájmových příležitostí pro malé i velké v Kamenici a okolí vybírali, jakým koníčkům se budeme věnovat. Obdivovali jsme spolu nestárnoucí krásu vozů Tatra na Podzimních slavnostech při výročí 200 let od narození barona Ringhoffera; připili jsme si punčem na Vánočních trzích; zatančili si na Kamenickém plese; vyhnali zimu Masopustem; spálili čarodějnici a proletěli se na koštěti při Běhu čarodějnic; propadli jsme kouzlu komiksu na Dni rodiny a sezonu zakončili sportovním zápolením při Kamenických obecních hrách.
Potěšilo nás, s jak velkým zájmem se u vás setkaly koncerty a hudební vystoupení. Měli jsme možnost shlédnout talentované žáky popovické ZUŠky v rámci festivalu ZUŠ Open, premiéru jejich nového muzikálu a také vystoupení taneční. Kouzelnou atmosféru navodil předvánoční koncert Ireny Budweiserové nebo vánoční vystoupení špičkového uměleckého souboru Chorea Bohemica. Užili jsme si naživo vidět a slyšet velká jména a stálice české hudební scény – koncert Michala Prokopa a Framus Five bychom mohli prohlásit za legendární; zazpívali jsme si klasické táborákové hity na koncertu Františka Nedvěda a skupiny Tiebreak a koncertní sezonu zakončili dvojkoncertem a společným vystoupením Vladimíra Mišíka s ETC a Ivana Hlase s jeho triem.
Kdo spíše než hudbu raději ocení divadelní kousky, nemohl uniknout vystoupením místního Ochotnického spolku Tyl. Pravidelně jsme se královsky bavili při zápasech Ochotnické Impro (šou), kde spolu zápolí lokální herecké spolky. Na podzimním Ochotnickém divadlení jsme shlédli čtyři vynikající představení. Kromě ochotníků jsme vyprodali kamenický kulturák s představením „Vím, že víš, že vím“, ve kterém excelovala Simona Stašová a Michal Dlouhý. Bavili jsme se při komedii s kriminální příchutí „Rukojmí bez rizika“. Na své si přišli také děti s řadou divadelních vystoupení pro školáky i děti předškolního věku, včetně velmi oblíbeného Černého divadla.
Příznivce filmového umění jsme každé poslední úterý v měsíci přivítali v rámci projektu „Promítej i ty“ a shlédli řadu inspirativních dokumentů. Přijel za námi také pan režisér Viliam Poltikovič promítnout svůj film Fatum a diskutovat na téma vůle a osudu v životě každého z nás.
Nově jsme rozhodli věnovat více prostoru přednáškám o cestování. Začali jsme ve velkém stylu s Radkem Jarošem a procházeli se po Himalájích, s Romanem Suarem jsme navštívili Island a Nepál, s fotografiemi Vladky Kennett jsme měli možnost pocítit atmosféru Nového Zélandu a s Jirkou Márou jsme doletěli až do Japonska.
Které akce se vám nejvíce líbily? S jakým programem bychom vám udělali opravdu radost?
Budeme se těšit se všemi členy týmu Kulturního centra Kamenice, že vás i nadále budeme mít možnost potěšit tím, co vás skutečně zajímá a baví.

Kateřina Čadrová

18. ROČNÍK KAMENICKÉHO PÍSKÁNÍ

Přinášíme vám krátkou fotoreportáž z 18. ročníku tradiční soutěže žáků flétnových kurzů v Kamenici.

Děti byly skvěle připraveny a nechyběl ani zdravý soutěžní duch. V sále bylo veselo a živo.
Rozhodovat bylo velmi těžké, protože všem to pískalo moc hezky. Pro nás jsou vítězové všichni.
Přejeme všem krásné prázdniny a těšíme se na shledanou za rok.

KC Kamenice

LÉTO V HLAVNÍ ROLI

JAK BUDEME V LÉTĚ JEZDIT AUTOBUSEM

Informujeme o výluce na linkách 337 a 651 (uzavírka silnice III/6031 v úseku Nespeky – Pyšely z důvodu rekonstrukce komunikace) s předpokládaným termínem ukončení 31. 8. 2018

Linky 337 a 651 budou v úseku Nespeky až Pyšely vedeny objízdnou trasou ulicemi a komunikacemi Benešovská, Spojovací, I/3 a Čtyřkolská. Zastávka Pyšely, Hotel Doly bude dočasně zrušena. Vlivem této uzavírky dále z provozního hlediska dochází k časovým posunům navazujících spojů na lince 335.

V rámci 2. etapy uzavírky II/603 dochází na lince 337 k přidání dvou ranních spojů v 5.54 a v 6.30 ze zastávky Kamenice, Ládví směr Kamenice.

Na základě podnětů cestujících dále dochází na lince 339 k časovým posunům ranního spoje v 6.50 (nově v 6.45) a odpoledního spoje v 15.35 (nově v 15.25) z Týnce nad Sázavou v rámci umožnění přestupu v nově zřízené zastávce Týnec nad Sázavou, Čakovice, U Hřiště. Tato zastávka (směr Týnec) bude navíc přemístěna od fotbalového hřiště k nově zbudovanému chodníku blíže k zastávce pro směr opačný.

Dále dochází k úpravě večerního spoje v pracovní den s odjezdem ve 21.30 ze zastávky Budějovická, který bude stejně jako vybrané spoje linek 337 a 339, veden přes Čakovice*Řehenice*Babice do zastávky Kamenice, Ládví.

Jízdní řád linky 335:

http://www.obeckamenice.cz/res/archive/086/012146.pdf?seek=1528188601

Jízdní řád linky 337:

http://www.obeckamenice.cz/res/archive/086/012147.pdf?seek=1528188602

Jízdní řád linky 339:

http://www.obeckamenice.cz/res/archive/086/012148.pdf?seek=1528188602

Zdroj: http://www.obeckamenice.cz/aktualni-informace/informace-k-vyluce-a-lince-337-a-651-uzavirka-useku-nespeky-pysely/

PRÁZDNINY U SOUSEDŮ aneb KDY SE NEMAČKAT NA SILNICI V KOLONĚ

V zemích na jih od nás prázdniny začínají dříve. Pro naše cesty k moři je podstatné vědět, že v Chorvatsku a Itálii už prázdniny běží (**Itálie od 8. června**) nebo brzy začnou (**Chorvatsko 18. 6.**). Znamená to, že města a městečka budou plná dětí a omladiny. Totéž platí pro Maďarsko (**od 18. 6.**) či Slovinsko (**od 26. 6.**).

U NÁS ZAČÍNAJÍ PRÁZDNINY VÍKENDEM 30. 6.–1. 7.
Tímto víkendem se budou hltit naše silnice a silničky, protože započne odvážení ratolestí na chaty, k babičkám, na tábory a podobně.
Pro cesty k moři je dobré znát

PRÁZDNINY U SOUSEDŮ.
Současně s českými prázdninami začínají prázdniny v Polsku, Rakousku, Slovensku a Švýcarsku.
Postupné zahajování prázdnin v Německu začíná 5. 7. Půjde o tři spolkové země, včetně Berlína, ale volno už budou mít v dalších čtyřech spolkových zemích, jako je třeba Sasko. Bavorsko, jedna z nejlidnatějších německých zemí odstartuje prázdniny až 30. července.

DOPORUČENÍ?
Protože mnoho lidí vyjíždí k moři, je rozumné vyhnout se výjezdu na dovolenou 30. 6. až 1. 7. 2018.
Obecně platí, že pokud je to jen trochu možné, j**e třeba volit jiný nástupní termín na dovolenou než je sobota**. Lépe je vyjet v neděli, nejlépe pak v běžný pracovní den (v pátek časně zrána).
Pokud jde o čas, je třeba počítat s tím, že mezi 13 až 15 hodinou nás může přepadnout nejvyšší únava.
Na cestu je dobré vyjet bez spánkového deficitu, který nastupuje, jestliže jsme noc před cestou spali méně než 5 hodin, protože v opačném případě se mnohonásobně zvyšuje pravděpodobnost zavinění dopravní nehody.
Na dovolenou je třeba jet ve vhodný termín a čas, v klidu a při dodržování dopravních předpisů. Pak si domů přivezeme hezké vzpomínky.

Zdroj: http://www.uamk.cz/aktuality/2368-hura-prazdniny-nebo-pozor-prazdniny

LETNÍ SLUNCE UMÍ ROZPÁLIT AUTO NA 80 STUPŇŮ. ŠKVÍRA V OKNĚ NEPOMÁHÁ

Dítě nebo zapomenutý pes v horkém autě nemají šanci přežít. Podle statistik dochází k těmto tragédiím rok co rok. Teplé dny s sebou nepřinášejí pouze dovolené, užívání si sluníčka a koupání, ale také mnohá rizika. Tím největším rizikem je zapomnětlivost rodičů a majitelů psů. Jestliže necháte zvíře nebo dítě v rozpáleném autě, které ani nemusí být na přímém slunci, podepíšete jeho ortel.

V rozpáleném autě může během pouhé půlhodiny teplota vystoupat na neuvěřitelných 60 °C a dále stoupat až na 80 °C. Pak opravdu svému psovi neulevíte, ani když mu otevřete okénko. Pes snáší horko mnohem hůř než zimu, protože se neumí potit. Kolaps může přijít během několika minut.

Smrt nastává v důsledku přehřátí a úpalu

Vzduch v autě se přestane hýbat a začíná divoce žhnout. Malé dítě v tomto prostředí opravdu trpí, protože ještě nemá dostatečně vyvinutou termoregulaci a jeho tělo si neumí s vedrem pořádně poradit. Děti mohou zemřít už po pouhé čtvrthodině. Dítě připoutané v autosedačce trpí mnohem více než dítě, které sedí na volno. Dítě svázané autosedačkou se totiž nemůže hýbat, což mu zpomaluje krevní oběh.

Co cítí dítě a pes v rozpáleném autě?

V první fázi nastupuje dehydratace. Tělo se snaží s horkem vyrovnat, co možná nejvíce se ochlazuje potem (což u psů není možné, protože nemají potní žlázy). Když tělu dojdou tekutiny, sbírá vodu z životně důležitých orgánů.

DÍTĚ: V prvních fázích začíná být dítěti jednoduše horko. Vrtí se, potí se. Po chvilce začíná mít žízeň, která vede po dvaceti minutách k dehydrataci. Kvůli tomu se mu začíná točit hlava a také ho pobolívá. Bolest hlavy později přejde v nesnesitelné třeštění. Dítě pláče, má žízeň, je mu horko a volá o pomoc.
Ve druhé fázi dítě prudce zrudne a hodně se potí. Pot z něj doslova lije. Tělo se snaží ochladit. Když pot dojde a tělo už nemá kde brát vodu, kůže se rozpálí a je suchá. Mohou se objevit i puchýře. Začne zrychleně dýchat a je mu na zvracení. Po pár minutách i zvrací. Ve třetí fázi dostane z horka prudkou horečku a nastupuje zimnice. Už se nepotí, nemá v sobě ani kapku vody. Tělo si bere poslední zbytky vody z orgánů. Veškeré zásoby byly jinak vyčerpány.
Vinou zimnice se začne nekontrolovatelně třást a dostává prudké křeče. Pomalu přestává vnímat a už nemá ani sílu plakat. Postupně utichá a upadá do bezvědomí, ze kterého se již neprobudí, protože umírá. Celý tento proces trvá u malých dětí, které neumí regulovat teplo tak dobře jako dospělí, maximálně hodinu.

PES: Fyziologická hodnota tělesné teploty u psa se pohybuje v rozmezí 37,5 až 39°C. Hypertermie znamená zvýšení vnitřní teploty těla nad fyziologickou hodnotu. U psa nazýváme hypertermií stav nad 39°C. Při zvýšené teplotě se rozšiřují cévy v kůži, čímž se postupně ochlazuje vnitřní prostředí organismu. Pokud tento proces nestačí a selže i mechanismus pocení na tlapkách, vnitřní teplota stále stoupá. Postupně vlivem nedostatečného okysličení krve dochází k poruchám kardiovaskulárního systému, kolapsu organismu vedoucímu až k bezvědomí. Při teplotě nad 42°C může stav dospět až k denaturaci proteinů v buňkách a následné smrti.

Hromadění tepla v uzavřeném autě

Venkovní teplota	Teplota ve vozidle dle času			
	5 minut	10 minut	30 minut	60 minut
20°	24°	27°	36°	46°
22°	26°	29°	38°	48°
24°	28°	31°	40°	50°
26°	30°	33°	42°	52°
28°	32°	35°	44°	54°
30°	34°	37°	46°	56°
32°	36°	39°	48°	58°
34°	38°	41°	50°	60°
36°	40°	43°	52°	62°
38°	42°	45°	54°	64°
40°	44°	47°	56°	68°

Nikdy nenechávejte děti a zvířata v autě!

PRVNÍ POMOC

- Ujistěte se, jestli dítě/pes vnímá a je při smyslech. Jestliže ano, buďte s ním v kontaktu, snažte se s ním mluvit, ťukat na okénko a okamžitě zavolejte záchrannou službu a hasiče. Jestliže dítě/pes ztrácí vědomí, je malátné, na záchranku nečekejte a vyrazte okénko.
- Jestliže dítě/pes nereaguje na ťukání a třesení s autem, neváhejte okamžitě vyrazit čímkoli okénko a vyndat je ven.
- Uložte dítě či psa do chládku.
- Poskytněte první pomoc jako při úpalu.

DÍTĚ

- Dejte jim chlazenou vodu (ne ledovou).
- Postupně snižujte teplotu studenými zábaly nebo vlažnou sprchou od končetin přes trup k hlavě, aby se krev měla čas stáhnout a chladit vnitřní orgány (pozor aby nenastal opačný extrém – podchlazení!).
- Nenuťte je do žádného pohybu, nechte je odpočívat.

PES

Důležité je **postupně** organismus ochladit. Psa umístíme do stinného/chladného místa a poté můžeme začít s ochlazováním studenou vodou, nejprve na tlapkách, po chvíli přidáme nohy, břicho a hrudník. Lze namočit i hlavu a krk. Pokud je pes při vědomí, můžeme mu dát napít vody, **nikdy však ne ledové** a jen po troškách.
V žádném případě psa neponořujeme do vody, nebalíme do mokrých ručníků apod. Prudké zchlazení může způsobit šokový stav organismu. Při hypertermii dochází k rozšíření cév, při špatném zchlazení (např. zabalení do mokrého studeného ručníku) dojde k rychlému stažení těchto cév a tím pádem i k rychlému nárůstu krevního tlaku. Krevní oběh ani orgány na toto nejsou připraveny a organismus upadá do šoku

POLICIE PŘIPOMÍNÁ

Blíží se čas letních dovolených. Lidé na delší či kratší dobu opustí svá obydlí.

Nepodceňujte zloděje. Jsou čím dál tím chytřejší a drzejší. Vyplatí se být dostatečně opatrný, i když se vám odjezd o hodinu prodlouží. Na co byste neměli zapomínat?

1. Myslete na půdu

Vstup na půdu i vikýře v době nepřítomnosti vždy pečlivě uzavřete. Nezapomeňte na světlíky, které je dobré zajistit bezpečnostním zámkem.

2. Žebřík odneste daleko

Všechna okna a zasklené plochy zavírejte. Nenechávejte v dosahu domu žádný žebřík. Myslíte si, že se malým oknem se nikdo neprotáhne? Abyste nebyli překvapení!

3. Vnitřní prostor

Věnujte pozornost vnitřním dveřím. Zabezpečte vchod do garáže, na půdu nebo do sklepa. Tak eliminujete případný vnik zloděje do obytné zóny.

4. Okna

Používejte závěsy či žaluzie. Okna v panelových bytech v přízemí raději opatřete mříží. Zvláštní pozornost věnujte balkonu. Ten před odchodem několikrát zkontrolujte. Nejlépe jej chrání pevné rolety nebo venkovní žaluzie.

5. Obejděte všechny dveře

Myslete na všechny vstupní dveře (přední, zadní, boční, veranda, terasa, balkonové). Nepodceňujte pevné zárubně a zámek alespoň 3. nebo 4. bezpečnostní třídy.

6. Dvojí jištění

Budete klidnější, když i v zavřené garáži necháte kola zamčená speciálním zámkem. Motocykl, kočárek, zahradní techniku či grily ukotvěte ještě k podlaze nebo ke stěně.

7. Kontrola plotu

Prevence je základ. Projděte plot, zda se v něm nenachází díry. Na vstupní brance by neměl chybět kvalitní zámek. Bez kvalitního plotu by vám nejspíš pojišťovna odmítla zaplatit případnou škodu.

8. Aby škody proplatila pojišťovna

Kvalitní zámek je základ u každé nemovitosti. Navíc, když se zloděj dostane do domu bez porušení zámku, budete mít problém s pojišťovnou.

9. Požádejte souseda

Nechlubte se dovolenou na sociálních sítích nebo po sousedech. Klidně si nainstalujte falešný kamerový systém nebo alarm a na dveře použijte ceduli, kde budete oznamovat, že je objekt sledován. Samozřejmě požádejte sousedy nebo rodinné příslušníky, aby vám dům kontrolovali.

Zdroj: https://zena.aktualne.cz/bydleni/slabiny-vaseho-domu-zlodeji-ocei/r

POLICIE VARUJE!

Před novými praktikami tzv. tipařů

Nový způsob tipařů - značkovaní. Co to znamená? Pokud někde uvidíte, nebo dokonce na vlastních vratech (bráně či brance) najdete větev, která se tam přirozeně nemohla sama dostat, pak se zaručeně jedná o značku tipařů. Tipují si takto domy, zda tam někdo je. Pokud je po pár dnech větev stále na místě, je to jasný signál, že majitel není doma.
Nebuďte lhostejní, pokud uvidíte něco podobného třeba u sousedů. Odstraňte to. Možná je tím ušetříte nepříjemnosti (vykradení domu) po návratu z dovolené.

Zdroj: https://www.facebook.com/photo.php?fbid=2235275303165735&set=gm.1736849376404974&type=3&theater

Před falešnými zaměstnanci ČEZ

V poslední době se stále častěji setkáváme s případy, že se někdo vydává za zaměstnance ČEZ, Distribuce, a.s. a lstivým způsobem klienty obelhává s cílem získat vlastní prospěch.
Pamatujte, že pracovníci ČEZ vstupují do objektu jen k účelům definovaným v energetickém zákoně, např. z důvodu oprav a revize jejich zařízení, odečtu elektroměrů apod. a mají vždy u sebe služební průkaz s fotografií a jejich identitu lze ověřit na bezplatné kontaktní lince **800 850 860**. Zdroj:http://www.obeckamenice.cz/aktualni-informace/

Před vykrádači aut

Policie zaznamenala nárůst vykrádání aut. Nenechávejte ve svých vozech doklady, peněženky, notebooky, navigace, mobilní telefony atd. Zloději pod vidinou snadné kořisti se nezaleknou ani rozbití či poškození vozidla.
Myslete na to, když odcházíte od vozu. Zdroj: https://kromerizsky.denik.cz/cerna_kronika/policie_varuje_pred_kapsari_html

Před krádežemi volně odložených věcí.

NA PLÁŽI. Ideální příležitost pro zloděje je taška nebo batoh s peněženkou, mobilem a doklady nechané na dece u vody nebo „schované", přikryté pod dekou nebo oděvním svrškem.
V OBCHODĚ. Zákazníka upoutá zboží a tašku, zavěšenou na nákupním vozíku zase nenechavého zloděje. Chvilka nepozornosti a peněženka je fuč. **Dávejte si na své věci pozor!** Zdroj: http://www.policie.cz/clanek/policie-varuje-658888.aspx

Před šikanou na táborech

Rodiče by před odjezdem dětí měli zjistit, kdo tábor pořádá a jakou praxi v práci s dětmi mají vedoucí.
Je důležité, aby vyžadovali od svého potomka informace o pobytu. Pokud dítě napíše o negativních zážitcích, jako jsou tělesné tresty, nadměrná fyzická zátěž, nedostatek stravy a další, je nejlepší na místo přijet a vše prověřit.
Pokud se vyskytne podezření, že na táboře mohlo dojít k trestné činnosti, měli by se rodiče obrátit na policii.
V případě, že se chování dítěte nápadně změní po návratu domů, měli by rodiče kontaktovat rodiče dalších dětí a dopátrat se příčiny. Pokud se dítě ostýchá o negativních skutečnostech hovořit, může hovořit s odborníky z Linky bezpečí. Zdroj: https://zpravy.idnes.cz/policie-varuje-pred-sikanou-na-taborech-fcz-/doma.aspx?c=A010703_ostr_zpravy_inc

Před kapsáři, v létě mají tradičně žně

Nejjednodušším doporučením jak se chránit, je pozornost a opatrnost, zkrátka nedat zlodějům příležitost. Své věci je třeba mít stále na očích. Máme-li kabelku či tašku, pak je nosíme těsně u těla, nejlépe s rukou na zapínán. Není také dobré viditelně vystavovat obsah své peněženky či své šperky a jiné cennosti. Zbytečně přitahují nežádoucí pozornost. Majitelé kreditních karet by zase neměli mít zapsaný PIN kód přímo na kartě. Zdroj: https://kromerizsky.denik.cz/cerna_kronika/policie_varuje_pred_kapsari_html

POLICIE RADÍ

CYKLISTŮM

Přes léto je na českých silnicích velké množství cyklistů. Právě ti jsou jednou z nejohroženějších skupin účastníků silničního provozu a sami také řadu nehod zaviní. Jen loni policie vyšetřovala 2 625 nehod zaviněných řidičem nemotorového vozidla, tedy nejčastěji cyklistou, při kterých zahynulo 24 lidí. Nejdůležitější pro přecházení těchto nehod je prevence. Je proto potřeba při jízdě na kole dbát určitých zásad:

- Jezdi co nejblíže u pravého okraje silnice a sleduj pozorně provoz okolo sebe, abys mohl včas zpomalit nebo zastavit před možným nebezpečím.
- Nikdy nejezděte dva vedle sebe, ani dva ne jednom kole. Nevoz ani předměty, které by mohly tebe nebo další osoby zranit.
- Své úmysly dávej najevo včas a takovým způsobem, aby je ostatní řidiči i chodci správně pochopili.
- Při každé změně směru jízdy dej včas a zřetelně znamení paží. Před vybočením doleva se nezapomeň ohlédnout.
- Na přechodu pro chodce, zejména, když odbočuješ vpravo nebo vlevo, dej přednost přecházejícím chodcům.
- Tam, kde je hustý provoz, veď jízdní kolo raději opatrně po chodníku.
- Respektuj pokyny policistů, světelné signály a dopravní značky.
- Buď ohleduplný k ostatním účastníkům silničního provozu.
- Nezdržuj provoz zbytečně pomalou jízdou a nepřekážej ostatním řidičům.
- Při jízdě si vždy chraň hlavu před zraněním cyklistickou přilbou.
- Za snížené viditelnosti nezapomeň rozsvítit světlo.
- Oblékej si barevné a světloodrážející oblečení.
- Před každou jízdou na kole – i během jízdy - platí zákaz požívání alkoholických nápojů jako při řízení motorových vozidel.
- Pravidelně ošetřuj své jízdní kolo a dbej zejména na to, aby bylo řádně vybaveno a mělo v pořádku všechny součásti, které ti umožňují bezpečnou jízdu.
- Chovej se vždy tak, jak bys chtěl, aby se ostatní chovali k tobě.

Budeš-li všechny tyto zásady bezpečné jízdy dodržovat, snížíš tak nebezpečí možnosti úrazu, které hrozí nejen tobě, ale i ostatním účastníkům silničního provozu!

Zdroj: http://www.mnisek.cz/obcan/mestsky-urad/mestska-policie/straznici-radi-a-patraji/?more=419

https://www.e15.cz/finexpert/setrime/i-cyklista-by-mel-resit-pojisteni-nez-slapne-do-pedalu-1333504

HASIČI A LESY ČR připomínají

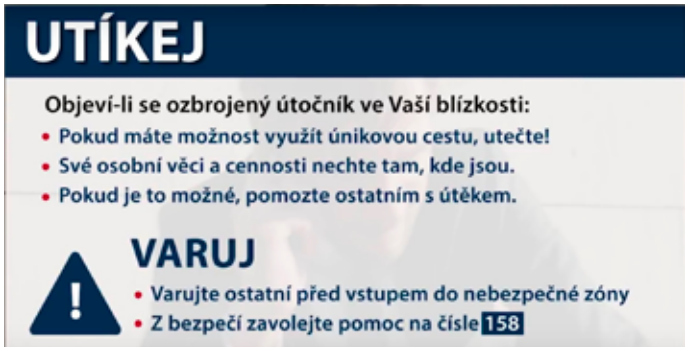
V tomto suchém období je potřeba dodržovat tyto zásady chování:
V lesích je zakázáno kouřit, rozdělávat otevřené ohně mimo vyhrazená místa až do vzdálenosti 50 m od okraje lesa. V lesích **je zakázáno odhazovat hořící nebo doutnající předměty.**
Je přísně zakázané vypalování trávy a porostů. Protože stačí jen vítr, který jiskry roznese. Za silného větru a extrémního sucha **je zcela nepřípustné rozdělávat oheň v přírodě, pod větvemi nebo na kořenech stromů, na suchém listí, jehličí nebo rašelině.**
Při rozdělávání ohně mějte vždy připravenu dostatečnou zásobu vody. Půda v jehličnatém lese je z hlediska možného vzniku a šíření požáru riziková. Hrabanka tvořená zetlelým jehličím může prohořet až do značné hloubky a oheň se může nepozorovaně šířit do všech stran. Oheň nikdy nenechávejte bez dozoru a ohniště opusťte až když se přesvědčíte, že je vše důkladně uhašeno. Pamatujte, že i ve zdánlivě zcela vyhaslém ohništi se mohou skrývat žhavé oharky a poryv větru je může znovu rozdmýchat a oheň roznese do okolí.

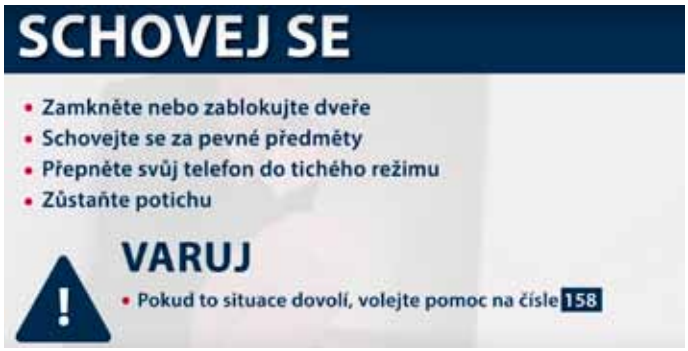
CO DĚLAT PŘI ÚTOKU?

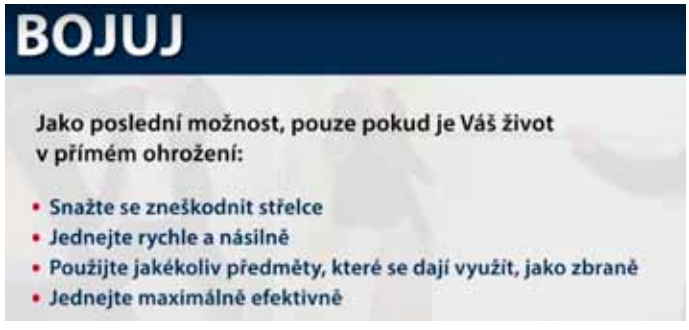
V dnešní době může nastat kritická událost, na kterou musíte být připraveni. Musíte umět reagovat.
Vaše přežití může záviset na tom, zda víte, co máte dělat.

Policie radí v preventivním videospotu, jak se zachovat při útoku ozbrojeného útočníka. Videospot najdete na adrese: https://www.youtube.com/watch?v=seKy2nXDx7s

Spot představuje tři možnosti, co v případě útoku ozbrojeného pachatele dělat. Český preventivní projekt radí, aby nejen utíkali nebo se schovali, ale také se bránili.







KOPEME S NEDOKLUBKEM

25.8.2018
11:00

ÚFA TÝM
JAKUBA KOHÁKA

HŘIŠTĚ
V KAMENICI

VÝTĚŽEK BUDE VĚNOVÁN
PORODNICI U APOLINÁŘE
PRO PŘEDČASNĚ NAROZENÉ DĚTI.

PROGRAM PRO DĚTI, MALOVÁNÍ NA OBLIČEJ,
14.00 - BENEFIČNÍ ZÁPAS
VÝBĚR KAMENICE - ÚFA TÝM JAKUBA KOHÁKA,
DRAŽBA. OBČERSTVENÍ ZAJIŠTĚNO

PARTNEŘI AKCE

nedoklubko

BENEFIČNÍ ZÁPASY

KAMENICE

KAMENICKÉ OBECNÍ HRY SLAVÍ 5. ROČNÍK

Již popáté měly týmy z Kamenice možnost se utkat v tradičních i méně tradičních soutěžních disciplínách. Jako příklad bychom mohli uvést speedminton, bezkontaktní kopanou, volejbal, multibiatlon či jablkolov. Zásadním rozdílem byla v letošním roce účast čtyř dětských družstev, která se vzájemně utkala v podobných soutěžích jako dospělí.

V letošním roce jsme si po dlouhé době nemohli stěžovat na úmorné vedro, místo něj nastoupilo lehce aprílové počasí. Všichni soutěžící však nástrahy počasí zvládli bravurně a celý den si i tak užili stejně jako organizátoři.

Tímto děkujeme všem účastníkům i organizátorům KOH 2018.

Jan Růža, vedoucí KC Kamenice

NAŠE MAŽORETKY PŘIVEZLY CELKEM 8 MEDAILÍ A TITULŮ

ze 13. ročníku Mistrovství Evropy

NAŠE ÚSPĚCHY Z MISTROVSTVÍ EVROPY V CHORVATSKU

Kadetky klasik - mistryně Evropy + postup na MS
Seniorky klasik - mistryně Evropy + postup na MS
Sólo flag junior - mistryně Evropy + postup na MS
Sólo 2 baton kadetky - mistryně Evropy + postup na MS
Miniformace 2 baton senior - mistryně Evropy + postup na MS

Kadetky pódio - I. vícemistři Evropy + postup na MS
Trio 2 baton senior - I. vícemistryně Evropy + postup na MS

Duo 2 baton kadet - II. vícemistři Evropy + postup na MS

Seniorky pódio - 5. místo + postup na MS

Sólo pom senior - 14. místo
Sólo baton senior - 14. místo

V Chorvatsku mažoretky nejen soutěžily, ale užily si také koupání v moři, tančení na pláži, vyjížďku na lodi a procházky městem Selce.

Jsme na všechny naše holky patřičně pyšné, protože jsme jediný středočeský mažoretkový soubor, který z Mistrovství Evropy domů přivezl titul Mistra Evropy.

Rády bychom poděkovaly za podporu rodičům děvčat, obci Kamenice, firmě Strojmetal Aluminium Forging s. r. o. a dalším sponzorům.

Nejsme jen mažoretkový soubor, jsme mažoretková rodina.

Holky děkujeme. Majka & Áňa

I PŘI BĚHÁNÍ LZE ODPOČÍVAT A KOCHAT SE KRAJINOU. . .

V dubnovém Zpravodaji z Kamenice jsem se dočetl , že: „I při běhání lze odpočívat a kochat se přírodou.“ s odkazem na seriál běžeckých závodů o Pohár Ladova kraje, kterých jste se mohli účastnit již druhým rokem.
Běh v mém podání je opravdu o kochání, proto mě také zmíněná výzva oslovila. Rozhodl jsem se závody vyzkoušet.
Proto vám nyní mohu zprostředkovat krátkou reportáží mé pocity z těchto běžeckých závodů, které jsou v současnosti velmi populární.

Jarní běh u kanálu v Senohrabech
První z řady závodů. Účast dospělých na závodu byla asi poznamenána tím, že se konal ve všední den.
Nicméně dle pořadatelů letos padl účastnický rekord, ale myslím si, že to bylo hojnou účastí v dětských kategoriích.
Léto letos dorazilo s předstihem, a přestože se závod konal v podvečer, tak bylo neskutečné horko. Na trati byl sice jen jeden kopec, ale běžela se dvě kola, takže zejména v tom druhém jsem byl rád, když jsem byl nahoře. Můj výkon byl mizerný, takže mi největší radost udělalo pití v cíli…

Pyšelský kopeček
Hned dva dny po mém senohrabském trápení následoval Pyšelský kopeček. U tohoto závodu jsem od samého začátku. Účastnil jsem se již po třetí. Dle mého názoru se jedná o závody pořádané na vysoké úrovni. Velmi si cením toho, že je zde vypisována kategorie Canicross = běh se psem, do které se hlásím. Preferuji totiž běhání se psím parťákem. Má to svoje nesporné výhody – pokud je pes tahoun, tak vám pomůže a pak šetříte síly, a když ne, tak se aspoň unaví a nemusíte s ním na procházku. Přestože je možné na tomto závodě volit ze tří délek tratí, já zůstal věrný 10,5 km. Startérem byla opět „jaderná baba“ Dana Drábová, která kolem sebe šíří dobrou náladu a jen tím dokresluje celkovou pohodu a skvělou atmosféru tohoto závodu.
Horko bylo opět k padnutí, ale naštěstí vedla značná část trasy lesem s dostatkem potůčků a rybníků, takže jsem nechával psa, aby se napil a ochladil. Na trati byly také dvě občerstvovačky i pro dvounožce, tedy pro všechny závodníky. Vzhledem k počasí a náročnosti trati jsem byl s naším výkonem velmi spokojený. Příjemným bonusem závodu je šance vyhrát nějakou z hodnotných cen v tombole. Já tedy nevyhrál nic, ale asi mám štěstí v lásce. Po závodě bylo ještě vystoupení hudebních kapel, tady se prostě pořadatelé starají nejen o váš „fyzický“ zážitek ale i o kulturní.
Závod Pyšelský kopeček vřele doporučuji. A ještě jedna rada - po doběhnutí do cíle nepospíchejte domů.

Běh krásné vyhlídky
Na prvního máje jsem nešel do průvodu a ani nejel na Petřín, ale vyrazil do Struhařova na Běh krásné vyhlídky. Na běhání bylo zase dost teplo, ale tím, že start byl v pozdním odpoledni, tak to celkem šlo. Trochu jsem litoval, že jsem nevzal na start svého psího parťáka, když jsem viděl, že dvě závodnice běží se psy. Ale v propozicích tahle možnost napsaná nebyla a „na drzovku“ jsem psa brát nechtěl, aby na mě nemusel čekat zavřený v autě.
Vyhlídky do krajiny byly na trase opravdu krásné. Určitě se na tenhle závod rád vrátím, ale příště i se psem.

MCC Kros Štiřín
Nově byl letos zařazen do seriálu závodů MCC Kros Štiřín. Z mého pohledu se jedná o závod pořádaný na vysoké úrovni.
Počasí letos opět závodníky řádně prověřilo, i když jinak než v minulých letech. Co bych letos dal za trochu deště v průběhu závodu… Start téměř v poledne, sluníčko svítilo a na loukách u Štířína téměř žádný stín.
Velmi jsem ocenil, že pořadatelé dávali láhev vody do „startovní“ tašky, kterou každý závodník obdržel při prezenci spolu se startovním číslem a dalšími upomínkovými předměty. Druhou lahev jsem pak dostal po doběhu v cíli. Ta přišla opravdu vhod.
I zde se na startu objevili dva účastníci se psem, ale tentokrát mě to, že jsem svého čtyřnohého parťáka nevzal, až tak moc nemrzelo. V tom horku by to bylo nejspíš trápení pro nás oba… I tak patří pořadatelům „palec nahoru“, za možnost startovat se psem.

Mnichovická běhna
Bohužel zde nemohu referovat, protože jsem byl nucen ze zdravotních důvodů závod vynechat.
Bona Vita běh byl letos zrušen.

Celkové hodnocení
Narazil jsem při přihlašování na pohárové závody na pár problémů, ale nic co by bylo neřešitelné. Mnichovická běhna má poměrně dlouho před závodem uzávěrku elektronických přihlášek, štiřínský Kros na svých stránkách tají výši startovného (nikde jsem ho tam nenašel), ale co mě „dostalo“ nejvíc, že se nedá nikde najít systém bodování jednotlivých závodů v rámci Poháru Ladova kraje. Pro body to ale člověk nedělá, aspoň to není můj případ.
Celkový dojem z pohárových závodů mám dobrý, pořadatelé jsou všude velmi vstřícní. Každý závod má trochu jinou atmosféru,takže žádný není ten nejlepší, každý je svůj, nezaměnitelný. A to je právě krásné.
Když bych to měl přirovnat ke koncertům, tak pokud chcete vyrazit na menší akci do klubu, tak si rozhodně nenechte ujít Běh krásné vyhlídky, pokud máte raději velké koncerty s profesionálním servisem pro návštěvníky, pak vyražte na MCC Kros do Štiřína nebo na Pyšelský kopeček.
Za rok zase na shledanou.

Vláďa Kalivoda

KOBERCE•VINYL•LAMINÁTOVÉ PODLAHY•ZÁCLONY•TAPETY

DIEGO®

ŠITÍ V AKČNÍ CENĚ
od 19 Kč/bm

-33% -50%

BOMBA CENA!

1 Závěs Rings
2 Závěs Roads
100% polyester,
v rolích širokých 150 cm,
194 Kč/bm

129,- Kč/m²

1 Candy organza
100% polyester, světle žlutá,
v rolích širokých 295 cm, ~~292~~ **144** Kč/bm
-50%
~~99~~ **49,-** Kč/m²

2 Závěs Carlos
ve více barvách, v rolích širokých 145 cm,
100% polyester, ~~239~~ **119** Kč/bm
-50%
~~165~~ **82,-** Kč/m²

BOMBA CENA!

Compact 0,2
tloušťka 2 mm, s 0,2mm nášlapnou vrstvou,
rozměry panelů: 91,4×15,2 cm,
2,22 m²/balík, **663,78** Kč/balík
* 2,78 m²/balík, **831,2** Kč/balík
Pro všeobecné domácí použití!

299,- Kč/m²

BOMBA CENA!

Aspin
šířka 2-4 m, tloušťka 2 mm

159,- Kč/m²

BOMBA CENA!

Metrážový koberec Monte Carlo
plstěný podklad, šířka 4 m, ve 13 barvách
(barvy krémová, hnědá, šedá i v 5m šířce)

199,- Kč/m²

BOMBA CENA!

Standard Plus 7 mm laminátová podlaha
vintage dub, 2,467 m²/ **416,92** Kč/balík

169,- Kč/m²

PRAHA, Obchodní 266, 251 01 Čestlice - Průhonice • **Tel: +420237777789**
Otevírací doba: Pracovní dny: 9 - 20 Sobota: 9 - 20 Neděle: 9 - 20
www.diego-cz.cz

POHŘEBNÍ SLUŽBA

Petra Bartáková a Tomáš Jelínek

Budějovická 1116, Jesenice u Prahy
17. listopadu 606, Říčany u Prahy

Provozní doba:
Po – Pá 9:00 – 16:00 So – Ne na telefonu
Provozovna tel: 602 156 595
Non stop tel: **702 285 384**
www.pohrebjelinek.cz
pohrebjelinek@seznam.cz

Pokud zesnulého odveze jiná než Vámi vybraná pohřební služba, nejste v žádném případě povinní u ní sjednávat pohřeb. Pohřební službu si vybírají pozůstalí a jen na nich záleží, ke které mají důvěru.

RE/MAX

KOMPLETNÍ REALITNÍ SLUŽBY

Prodáváte nemovitost?
Nabídněte ji mým klientům!
Hledám pro ně byty (i k pronájmu), rodinné domy a pozemky.

JARMILA VÁCLAVOVÁ
www.remax-czech.cz/jarmilavaclavova

606 377 788

V této lokalitě jsem doma!

TANEČNÍ
PRO DOSPĚLÉ (15. SEZÓNA)

SOKOLOVNA STRANČICE

S1: Začátečníci	15:15 – 16:50	**kurzy začínají v neděli 7.10.2018**
S2: Mírně pokročilí	17:00 – 18:35	
S3: Středně pokročilí	18:45 – 20:25	
S5: Speciál	20:35 – 22:15	

Info: tel: 603 238 090 e-mail: vasova@volny.cz
www.tanecni.net

REX
centrum bezpečí

REX - CENTRUM BEZPEČÍ

Firma poskytující lokalizační a střežící služby pro vozidla, domy i osoby, se sídlem v Kamenici-Ládví, **přijme pracovníka/ci na pozici:**

Pohotovost na telefonu

Požadujeme:
- základní znalost práce na PC
- pečlivost, spolehlivost a čistý trestní rejstřík
- zájem pracovat v noci a o víkendech

Nabízíme:
- práci vhodnou jako vedlejší pracovní poměr
- zajímavé ohodnocení
- vhodné i pro studenty nebo důchodce
- nástup možný ihned

Prosíme o zaslání životopisu na email:
zpravodaj@rex.eu

Budeme se na Vás těšit na pohovoru
1. REX SERVICES, a.s.

Vodoinstalatérství TOPA

VODA–TOPENÍ–PLYN

KOMPLETNÍ INSTALATÉRSKO-TOPENÁŘSKÉ PRÁCE
STROJNÍ ČIŠTĚNÍ KANALIZACE

Tel.: 777 145 460

- MONTÁŽE ROZVODŮ VODY, VYTÁPĚNÍ A PLYNU
- NÁVRH A MONTÁŽ PODLAHOVÉHO VYTÁPĚNÍ
- MONTÁŽE, OPRAVY KOTLŮ VŠECH ZNAČEK
- DODÁVKA A MONTÁŽE ČOV, VODOMĚRNÝCH A PŘEČERPÁVACÍCH ŠACHET A JÍMEK NA „KLÍČ“
- ODBORNÉ PŘIPOJENÍ SPOTŘEBIČŮ
- LOKALIZACE ÚNIKŮ VODY A JEJICH OPRAVA
- ČIŠTĚNÍ STUDNÍ, SERVIS ČERPADEL

ZEDNICKÉ A OBKLADAČSKÉ PRÁCE

- KOMPLETNÍ ZEDNICKÉ A OBKLADAČSKÉ PRÁCE
- REKONSTRUKCE BYTŮ, PROVOZOVEN, RD
- SÁDROKARTONÁŘSKÉ PRÁCE
- MALÍŘSKÉ PRÁCE
- FASÁDY
- POKLÁDKA PODLAHOVÝCH KRYTIN
- ZÁMKOVÉ DLAŽBY, CHODNÍKY, TERASY
- KOMPLETNÍ STAVEBNÍ A TECHNICKÁ ÚDRŽBA

CENOVÉ ROZPOČTY ZDARMA
777 145 460, tomaspavlicek@seznam.cz, WWW.TOPA.CZ
KVALITA/CENA/SLUŠNÉ JEDNÁNÍ/ZKUŠENOSTI

magic glasses OČNÍ OPTIKA

NAVŠTIVTE NAŠI OČNÍ OPTIKU V LETNÍCH MĚSÍCÍCH A VYUŽIJTE AKCE, KTERÉ JSME PRO VÁS S FIRMOU ESSILOR PŘIPRAVILI. JE JICH OPRAVDU MNOHO.

BRÝLOVÉ ČOČKY TRANSITION

30% SLEVA na všechny skladové brýlové čočky Transitions a Transitions XTRActive. Jedná se o adaptivní brýlové čočky, které se mění z čirých na tmavé a na všechny odstíny mezi tím, když přecházíte zvenku dovnitř a naopak.

KIDS 1+1

Ke každému páru brýlových čoček Junior Airwear Crizal Kids UV nebo Junior Airwear Crizal Prevencia získáte čočky Smile Kids nebo Orma SUN jako druhý pár pro stejného nositele za 1 Kč.

AKCE 1+1 JE ZPĚT!

Nebaví vás neustále hledat brýle na čtení nebo střídat brýle do dálky a na blízko? Řešením jsou multifokální brýlová skla Varilux – jedny brýle na všechny vzdálenosti. Nyní akce: dva páry Valirux za cenu jednoho!

ESSILOR SUN KOLEKCE

Sleva 20% na skladové brýlové čočky SUN nebo jako dárek k zakázce

Velký výběr slunečních a sportovních brýlí značky RELAX a jiné

OTEVÍRACÍ DOBA:
PO ZAVŘENO
ÚT 8.30 – 16.00 ST 8.30 – 17.00
ČT 8.30 – 12.00 (12.00 – 16.00 objednaní / po domluvě)
PÁ 8.30 – 15.00

Ve zdravotním středisku (budova OÚ) 1. patro, poslední dveře po levé straně) Tel.: 720 333 032, http://optikamazurova.cz/
Možnost individuální konzultace mimo otevírací dobu.
TĚŠÍME NA VAŠÍ NÁVŠTĚVU

ŘÁDKOVÁ INZERCE

- **NABÍZÍM KURZY** základní ovladatelnosti psa. Kurzy jsou vhodné jak pro štěňata tak pro dospělé psy. Tel.: 608 958 917, volejte po 20 hodině.
- **HLEDÁM DOBROU KAMARÁDKU** na pozvání na kávu, zákusky, setkání a seznámení. Tel.: 241 950 971
- **NABÍZÍM ZA ODVOZ** větší množství pneu z kamionu (možno i malé množství), po úpravě vhodně na prolézačky, zahradní dekorace, květinové stěny apod. Tel.:777 239 454

Léto s Kozlem

9.6. **Den Kozla**
9.00–20.00

14.7. | 11.8. **Grilování v pivovarském parku**
s kapitánem Národního týmu kuchařů a cukrářů AKC ČR Janem Horkým

29.9. **Klobáskofest**

od 21.30
Kozlovo letní kino

7.7. Samotáři
21.7. Tmavomodrý svět
4.8. Masaryk
18.8. Jedna ruka netleská

www.kozel.cz

ALKOHOL ZA VOLANT NEPATŘÍ
www.napivosrozumem.cz

Srdečně vás zveme na:

neděle

9.9.2018

Veletrh

sportovních a zájmových příležitostí pro malé i velké v Kamenici a okolí

13:00 – 16:00 hod.

Prostranství před Kulturním domem v Kamenici.

V rámci Veletrhu budete mít vy i vaše děti příležitost seznámit se s nabídkou možností trávení volného času v Kamenici a okolí. Jednotliví vystavovatelé si pro vás připravili nejrůznější představení, soutěže a tvořivé dílny.
Pro děti bude připravena velká nafukovací atrakce.

KULtura v KAmenici