



KŘEMEŽSKO

Ročník 22

PROSINEC 2012

Cena Kč 10,-



Př 2013

Mnoho štěstí, zdraví a osobních úspěchů
Vám v novém roce přeje

starosta městyse Křemže Ing. Josef Troup

Vážení a milí spoluobčané,

napsat tato tři slova mi trvalo asi pět vteřin. A pak, ani nevím jak dlouho, hodinu, dvě, jsem přemýšlel, co v této adventní době napsat „milého, důstojného, moudrého“. A celou tu dobu jsem vzpomínal, co dobrého nebo špatného mě za uplynulý rok potkalo, co já sám jsem udělal špatně nebo dobře. Tak jak asi přemýšlí většina z nás. Takový ale je přece čas adventu -vzpomínání, přemýšlení, rozjímání, očekávání, těšení se.

Možná řada z vás uplynulý rok vnímá jako období špatných zpráv, nejistot, problémů, obav z budoucnosti, tak jak je vstřebáváme z medií, pro která je špatná zpráva dobrou zprávou. Ale nikdy v historii našeho národa se nám přece nedařilo lépe, možná nám jen chybí hrdost na naši vlast a místo nadávání na něco, někoho jen prostě začít u sebe - slovy jednoho amerického prezidenta “Neptejte se co udělá vlast pro vás, ale co vy můžete udělat pro svoji vlast”.

A tak Vám všem, vážení a milí spoluobčané, přeji mnoho víry v naši dobrou společnou budoucnost, Vám a Vaším blízkým vše dobré v nastávajícím novém roce, setkání jen s dobrými lidmi a to nejdůležitější - zdraví a štěstí přeje Josef Troup, starosta městyse.

Návštěva v Rakousku

Díky kastelánce našeho „hradu“ Dívčí kámen, Ing. Tučkové, která pro hrad doslova dýchá, jsem měl možnost navštívit podobnou, i když menší, zříceninu v sousedním Rakousku, tzv. ruine Dobra“ Cílem naší výpravy do obce Pölla (cca 30km jižně od města Zwettl) bylo načerpat zkušenosti od našich sousedů, jak se o svoje památky starají, kde na to získávají peníze, jestli mají stejné byrokratické problémy jako jsou u nás.

I když jsme se s panem starostou obce Pölla, panem Johannem Mullnerem nikdy neviděli a návštěvu jsme plánovali pouze e-mailovou korespondencí, přijetí bylo úžasné. Pan starosta nám věnoval prakticky celý den a ve velmi příjemné atmosféře jsme se dozvěděli spoustu informací nejen o památce Dobra, ale i o životě v jejich obci.

Návštěva ruine Dobra nám doslova vyrazila dech - tak fantasticky a hlavně pro návštěvníky upravenou historickou zříceninu předtím nikdo z nás neviděl. Jak jsme se dozvěděli, je to výsledek mnohaleté práce místního občanského sdružení (pro zajímavost: obec má 1000 stálých obyvatel a občanské

sdružení které pracovalo na zřícenině Dobra, má 80 členů-obdivuhodné) a systému zaměstnávání z různých důvodů sociálně znevýhodněných občanů obce (bohužel se naše výprava shodla, že u nás zatím díky lidským vlastnostem jako je např. závist, by tento systém nemohl fungovat).

Z celé návštěvy jsme si odnesli spoustu informací, zkušeností a hlavně opakované poznání, jak jsme si se sousedy z Rakouska blízcí. Pozvali jsme pana starostu, radu a zástupce místního občanského spolku k návštěvě Křemže a věřím, že to po našich zkušenostech z obce Pölla nebude jen formální a oficiální návštěva.

P.S. Doporučuji velmi návštěvu zříceniny Dobra u obce Pölla. Je to jen hodinu cesty od českých hranic a návštěvník, který odbočí z hlavní trasy z Halámek do Vídně, bude jistě překvapen krásou místního kraje.

Ing. Josef Troup, starosta



České jabloně

Blaník - plody jsou střední až nadprůměrné velikosti, kuželovitého tvaru s malými žebry. Slupka je lesklá, ojínená, středně tlustá, základní barvu překrývá červené rozmyté líčko téměř na celém povrchu plodu. Dužnina je světle krémové barvy, středně pevná, rozplývavá, středně až více šťavnatá. Chuť je navinule sladká, aromatická, velmi dobrá až výborná. Plodnost je brzká, velká a pravidelná. Sklizeň se provádí koncem září, konzumně dozrává v listopadu, dá se skladovat do února až března. Odolnost proti strupovitosti je rezistentní (Vf), proti napadení padlím jabloňovým je střední až vyšší a vyšší je i odolnost proti fyziologickým poruchám dužniny. Odrůda je vhodná pro přeroubování zdravých stromů a lze ji vysazovat ve všech polohách vhodných pro jabloně. **Více o odrůdě na internetu – Google: Blaník - nová perspektivní odrůda.**



Petra - plody jsou střední až nadprůměrné velikosti, kulovitého až kuželovitého, méně pravidelného tvaru. Slupka je lesklá, hladká, slabě masná, středně tlustá, základní barvu má zeleno žlutou překrytou červeným žháním přecházející v rozmyté líčko v rozsahu asi 3/4 povrchu plodu. Dužnina je bílé barvy, středně tuhá až měkká, středně šťavnatá. Chuť je navinule sladká, slabě aromatická, velmi dobrá v teplejších lokalitách až výborná. Plodnost je brzká, dosti vysoká a pravidelná. Sklizeň se provádí koncem srpna až v polovině září, konzumně dozrává v září, dá se skladovat do listopadu. Odolnost proti strupovitosti je rezistentní (Vf), a proti padlím jabloňovým je vyšší. Petra je nenáročná odrůda, kterou můžeme pěstovat ve všech polohách vhodných pro jabloně.

Tábor - plod je větší velikosti, kulovitého až ploše kulovitého tvaru. Slupka je lesklá, hladká, středně tlustá až slabší, základní barvu má zeleno žlutou překrytou červeným líčkem většinou ve formě žhání, částečně přecházející v rozmyté líčko v rozsahu 3/4 povrchu plodu. Dužnina je žlutavé barvy, jemné konzistence, nadprůměrně šťavnatá, středně pevná. Chuť je navinule sladká až nasládlá, slabě aromatická velmi dobrá. Růst je nadprůměrný, koruny vytváří vzpřímené, později rozložené, středně husté. Plodnost je raná, velká a při probírce pravidelná. Sklizeň se provádí koncem září, konzumně dozrává v říjnu a dá se skladovat do února. Proti napadení strupovitosti je rezistentní (Vf) a proti napadením padlím jabloňovým je vyšší. Podnože lze použít velmi zakrslé až středně vzrůstné. Středně náročná na polohu, půdy vyžaduje dobře zásobené živinami a vláhou. Kvalitní a atraktivní odrůda pro přímý konzum. Můžeme ji vysazovat do všech oblastí vhodných pro pěstování jabloní. Nejlepší kvality dosahují plody ve středních a teplejších polohách.

Vltava - plody jsou nadprůměrné velikosti, kulovitého až kulovitě kuželovitého tvaru. Stopka je středně dlouhá, silnější až středně silná. Slupka hladká, středně silná, slabě masná základní barvu má zeleno žlutou překrytou červení ve formě žhání přecházející v rozmyté líčko na 1/2 až 3/4 povrchu plodu. Dužnina je středně pevná, krémové barvy, jemná, středně až více šťavnatá. Chuť navinule sladká až nasládlá, aromatická, velmi dobrá až výborná. Růst je bujný, koruny vytváří vzpřímené později rozložené, středně husté. Plodnost raná dosti vysoká, pravidelná. Sklizeň se provádí asi v polovině září, konzumně dozrává v říjnu, skladovat ji lze do ledna. Odolnost proti napadení strupovitostí je rezistentní (Vf), proti napadení padlím jabloňovým je vyšší. Podnože lze použít velmi zakrslé až polozakrslé, v horších půdních podmínkách lze pěstovat i na bujných podnožích na kterých též dobře plodí. Požadavky – středně náročná na polohu, půdy vyžaduje dobře zásobené živinami a vláhou. Plody jsou chutné, atraktivního vzhledu, vhodné pro přímý konzum i zpracování. Odrůdu lze pěstovat ve všech polohách vhodných pro jabloně bez chemické ochrany proti houbovým chorobám.

**Bližší informace o odrůdách
můžete získat na kontaktech telefon:
317 814 354, 728 044 917,
e-mail: kumstapetr@seznam.cz**



K n i h o v n a městyse Křemže

ZAVŘENA

20. prosince 2012 – 2. ledna 2013





Okénko lékaře

Vánoce, Vánoce přicházejí... A co s tím koncem světa...

A opět tu máme advent, čas přípravy na Vánoce, pachtíme se po nákupech a těšíme se na nejkrásnější svátky v roce. Ze všech stran na nás útočí koledy, aby povzbudily naše šílenství po nákupech. Koledy jsou sice vánoční písně, ale překrásné adventní a rorátní písně stejně prakticky nikdo nezná. Hospodyňky smýčejí své domovy a křesťané smýčejí i svoje duše, aby se připravili na příchod Ježíška. Zrodí se nám Spasitel...

A o Vánocích se všichni snažíme, věříci i nevěřící, abychom se k sobě chovali lépe než předtím. Aspoň u té večeře, abychom na sebe byli hodní. Co kdyby Ježíšek nepřišel... Ovšem přijetí té jeho spásy spočívá v tom, že to, jak jsme na sebe hodní, nám vydrží déle, než jen u večeře. Někteří z nás se snaží z té vánoční spásy žít celý rok.

Ježíšek. Narodil se nám Kristus Pán. A my se nad ním v Betlémě tetelíme něhou jako nad každým dítětem. Tedy někteří se tetelí při obcházení Betlémů, jiní jsou jen jako důstojný doprovod a ty zářící oči nechávají svým ratolestem.

Z toho betlémského dítěte vyroste chlap Ježíš Kristus a světu káže potřebu obnovy v lásce, pravdě a svobodě. Jenže kněžská hierarchie káže zákony, příkazy a poslušnost. On káže o lásce, pravdě a svobodě. A tak kněžská hierarchie se ho snaží zbavit. Když Ježíš dosáhne třiatřiceti let, podaří se ho kněžím za pomoci lůzy a zákulisních jednání u římského místodržícího Piláta obvinít a odsoudit k potupné smrti na kříži. Ano, byla to vůle Boží, aby zemřel na kříži. Nešlo to jinak. A Ježíš se svobodně rozhodl tuto vůli Boží vzít na sebe, aby člověk mohl být spasen v lásce, pravdě a svobodě. Jak my lidé jsme přijali tuto šanci na proměnu společnosti? Víme všichni.

A co říkáme konci světa? Dožijeme se vůbec letošních Vánoc? Konec světa očekávali lidé již v apoštolské době, přestávali pracovat a očekávali nečinně příští, že museli být apoštoly umravňováni. O konci světa mluvila Sibyla a mnozí z nás mají pocit, že se její proroctví právě nyní naplňuje. O konci světa mluvil Nostradamus a pokud vím, tak jím vyjmenovaná řada papežů končí. Ve škole jsme se učili o konci světa podle našich astronomů, který se nás netýkal, protože byl od nás vzdálen na miliardy let. V padesátých letech se hodně mluvilo o konci světa v souvislosti s tendenčním výkladem Janova proroctví. Konec světa byl mnohokrát mnohými sektami vyhlášen, ale nedočkali jsme se ho. Letos se bojí lidé konce světa předpovězeného v Mayském kalendáři na letošní předvánoční dobu. Druhý příchod Ježíše Krista ohlašuje Písmo na konci

světa a příznaky zde uváděné jsme vnímali již v padesátých letech a vnímáme je i dnes. Mnozí se maily obsahující nejrůznější proroctví o konci světa podle vzdělání jednotlivých současných proroků. Podobná aktuální proroctví jsme četli v éře komunismu. Sionské protokoly z konce devatenáctého století popisující vývoj společnosti, prorokovaly židovský holocaust, a končí zvláštním předáním moci, kterému budou předcházet rebelie lidí, které vlády nebudou schopny zvládat. Od dětství si uvědomuji riziko demokracie, že se vlády mohou chopit gaunerů a obyčejní, normální lidé mají vymalováno na stovky let. Zažili jsme to po druhé světové válce a náznak zažíváme i dnes.

Jako by mnohá ta proroctví směřovala ke konci světa. Ti z nás, co se vyšvihli mezi nejbohatší lidi světa, se asi konce světa bojí. To tak bývá. My obyčejní o tolik nepřijdeme. A křesťané v tom mají většinou jasno: „Já jsem s vámi až do skonání věků,“ řekl Ježíš Kristus apoštolům. A spravedliví křesťané mají po smrti přichystán příbytek úplně někde jinde. Vsetečkové se ptají, jestli tam bude dost krásných děvčat, a gurmáni se ptají, jestli tam bude dost bašty. My obyčejní se tomu smějeme.

Tak jakž? Budou Vánoce? Budou!

**Radostné Vánoce věřícím,
nevěřícím i pochybujícím přeje
MUDr. Bohumír Šimek**



Z kroniky obce Křemže

Po vyjítí zemského zákona ze dne 25. května 1876 v příčině bezpečnosti ohně ustaven byl pro celou tehdejší spojenou obec Křemži dobrovolný hasičský sbor, jehož stanovy byly místodržitelstvím v Praze ze dne 14. ledna 1882 schváleny. V roce 1882 vydán byl obecní správou zvláštní řád pro hasení požáru.

V čele sboru hasičského stáli František Lekeš v roce 1881 až 1885, Jan Hajer v r. 1885 až 1887, Jakub Stanko v r. 1887 až 1904, Frant. Valenta v r. 1904 až 1907, Vojtěch Stanko od r. 1907 do r. 1910, Fr. Soukup od r. 1910 do dnešního dne (psáno v r. 1923 – pozn. redakce)

Dne 14. září 1884 zakoupil hasičský sbor pro obec novou řádnou čtyřkolovou stříkačku od firmy R. A. Smekal v Praze.

Zavedeno bylo konání stráže požární o poutích a při divadelních představeních. Každoročně konají se za asistencí kominického mistra a 1 člena obec. výboru přehlídky domů, půd a komínů. V roce 1910 pořízen byl obcí nový dvoudílný posunovací žebřík, který v r. 1912 zaměněn byl za trojdílný mechanický žebřík od firmy Rohlík v Česk. Budějovicích.

Zapsal kronikář Vojtěch Schneider, převzato bez úprav

Kuchyně v českých domácnostech jsou samá „elektronika“

Praha, 26. listopadu 2012 – Bez elektrických pomocníků už si Češi vaření nedokážou představit. Dokazuje to i nedávný průzkum společnosti ELEKTROWIN, který přinesl zjištění, že Češi v kuchyni nemají elektrické zatím snad jen válečky na těsto. Mezi téměř samozřejmou základní kuchyňskou výbavu patří lednice, rychlovarná konvice a elektrický sporák. Vlastní je přes 90 % domácností. Stejně tak je pro ně nezbytností mikrovlnka (85 %) nebo kuchyňský robot (76 %).

V polovině českých kuchyní jsou šlehače, mixéry, odšťavňovače, ve třetině pak kávovary, elektrické nože a další „usnadňovače“ přípravy nejrůznějších pokrmů a nápojů.

Čemu naopak české „hospodyňky a hospodáři“ příliš nepropadli, jsou sklo-keramické desky a myčky nádobí. Pokud jde o sklo-keramickou desku, je zajímavé, že její příznivci jsou především obyvatelé panelových domů. 93 % z nich si totiž bez ní podle svých slov nedokáže představit život. Pětina vlastníků rodinných domků by ale vůbec nechyběla. Co se myčky na nádobí týká, pro více než tři čtvrtiny obyvatel je

zbytečná. Umýt nádobí klasicky v ruce prý není žádný problém. Tento názor ale nejvíce zastávají muži, kteří však nádobí myjí podstatně méně často než ženy.

Z kuchyňských elektrospotřebičů Češi nejvíce nakupují rychlovarné konvice. „Nejčastějšími důvody jsou porucha, zastaralý design, nedostatečná funkčnost nebo vysoká spotřeba energie,“ říká Roman Tvrzník, generální ředitel kolektivního systému ELEKTROWIN. Mezi elektrická zařízení, která v českých domácnostech vydrží nejdéle, patří sporák. Lidé jej obměňují jednou za více než 10 let.

Průměrné stáří kuchyňských elektrospotřebičů v domácnosti je 3 – 5 let. „Delší dobu mají lidé pouze lednici, sporák nebo kuchyňské roboty,“ upřesňuje Roman Tvrzník a dodává: „Ve chvíli, kdy lidem spotřebiče doslouží, je však bohužel většina z nich vyhozena do kontejnerů se smíšeným odpadem. Přitom více než 90 procent použitých materiálů lze recyklovat. Proto bych rád upozornil, že vysloužilé elektrospotřebiče patří do zpětného odběru nebo do kontejnerů na elektroodpad.“



ZŠ a MŠ Křemže

Dopravní problém ve školní ulici

Již krátce po svém nástupu do funkce jsem vnímal jako potencionální nebezpečí vozidla vjíždějící do prostoru před školou. Po dohodě s Úřadem městyse Křemže jsme jednosměrný zákaz vjezdu rozšířili na celou smyčku před ZŠ. Auta se začala otáčet ve Školní ulici a bezpečí bylo dočasně zajištěno. Vzhledem k tomu, že se v dalších letech rozšířila školka o třetí oddělení a ve škole také postupně stoupal počet žáků, se situace začala opět zhoršovat. Napomáhá tomu samozřejmě stále narůstající počet rodičů, kteří své děti dováží automobilem i z relativně blízké vzdálenosti (části Křemže, Chlum). To považuji za nešťastné i z výchovného a zdravotního hlediska. Současné děti potřebují co možná nejvíce pohybu a pravidelná rozcvička v podobě chůze je ideální. Dle strážlivého odhadu se totiž počet aut vjíždějících do Školní ulice během uplynulých čtyřech let více než zdvojnásobil. Opakovaně jsem se snažil rodiče posílat na spodní parkoviště a děkuji všem, kteří tak doposud činí. Ze spodního parkoviště je však problematický výjezd. Na dopravním inspektorátu leží žádost na zrcadlo, které by výjezd zkvalitnilo. Přesto si dopravní situace ve Školní ulici žádá komplexní řešení, a tak jsem požádal o spolupráci projektanta s dopravního inspektorátu. S panem starostou a tímto odborníkem jsme pak hledali řešení přímo na místě v čase dopravní špičky, tedy v době okolo 7,45 hod. V současné době je projekt zpracováván a na jaře se budeme těšit na výslednou realizovanou variantu. Tou bude s největší pravděpodobností využití plochy u bývalého kina pro průjezdné parkoviště, čímž by se vyčistil prostor před školou. Školka i lékaři by navíc získali parkovací místa, která tolik potřebují.

Jiří Tham, ředitel ZŠ a MŠ Křemže



Školní stravování

Sestavování jídelníčku ve školní jídelně má určitá pravidla.

Kuchařky musejí dodržovat tzv. spotřební koš. Do tohoto koše jsou zavedeny všechny potraviny, ze kterých se uvaří oběd. Každý měsíc se vyhodnotí v gramech a procentech, zda jsou dodrženy výživové hodnoty mléka, zeleniny, luštěnin, ryb, cukru, tuků atd. Vaříme pro čtyři věkové skupiny a snažíme se vyhovět všem. Pro mateřinky méně solíme a kořeníme, dospělým více ochucujeme. Začátkem školního roku si žáci napíší jídla, která chtějí mít na jídelníčku. Převážně to jsou hranolky,

smažený sýr, hamburgery, steaky, ale také špagety, krupičná kaše, buchtíčky, lívance „jako dělá babička“, palačinky aj. Jsou to jídla, která jim rádi uvaříme, ale také jídla, která z kapacitních nebo výživových vařit nemůžeme.

Devadesát pět procent žáků se stravuje ve školní jídelně, což svědčí o kvalitě obědů. V žádné kuchyni se nikdo nezavděčí všem strávníkům. Proto se snažíme, aby děti jedly alespoň částečně zdravě a obědy jim chutnaly.

Za kolektiv zaměstnanců vedoucí ŠJ Krnáčková Marie

Besedy pro žáky v Knihovně městyse Křemže

Dne 14. 11. 2012 navštívili knihovnu žáci 6. třídy Základní školy v Křemži. Připravila jsem pro ně knihovnický kvíz, v kterém si zkusili odpovědět na otázky, které se týkaly řazení knih v knihovně, on-line katalogu a dalších knihovnických služeb. Vyhledávali přitom konkrétní knihy, jestli je má knihovna ve svém knižním fondu.

Mohli se přitom volně pohybovat po knihovně, využít k tomu on-line katalog knihovny i internet. Na závěr jsme si řekli správně odpovědi.

Ve druhé části besedy jsem se zaměřila na „**Čtení s porozuměním**“. Prečetla jsem jim úryvek z této knihy: Annette Neubauer – Případ pro mistrova žáka.

A potom žáci odpovídali na otázky, které se vztahovaly k přečtené ukázce.



Dne 26. 11. 2012 navštívili knihovnu žáci 9. třídy Základní školy v Křemži.

I pro ně jsem připravila podobný knihovnický kvíz, aby co nejlé-



pe uměli vyhledat požadovanou knihu v knihovně. K tomu jsem připojila i několik literárních otázek. A na závěr jsme si opět řekli správně odpovědi.



M. Průchová, knihovnice



Koutek pro zdraví

Zdravěji na Vánoce

Vánoce zrovna nepatří mezi svátky střídmého jídelníčku. Co ale letos trochu odlehčit cukroví? Přinášíme tipy, čím nahradit klasickou mouku nebo bílý cukr!

Klasické přísady, kvůli kterým je cukroví tak nezdravé, se dají úplně jednoduše vyměnit za zdravější suroviny. Bílý cukr, bílá pšeničná mouka, levný tuk, kypřící prášek... Žádnou z těchto věcí při pečení vánočního cukroví nepotřebujete. A věřte nebo ne, pokud použijete místo alespoň části bílé mouky mouku špaldovou celozrnnou a místo bílého cukru obilné slady případně pro začátek v kombinaci s nerafinovaným přírodním cukrem, výsledek vás mile překvapí!

Cukroví bez cukru?

Samotný název tuto možnost popírá. Co se však děje s našim tělem, když spořádáme táč vanilkových rohlíčků? Řepný cukr neboli glukóza se velmi rychle vstřebává do krve. Nastalou hyperglykemií naše tělo vyrovná inzulínem. Jeho působení však vyvolá opětovný pokles hladiny cukru v krvi, tedy hypoglykemií, a my dostáváme chuť na další kousek. Pokud k těmto opakujícím se výkyvům dochází příliš často, zatěžujeme slinivku břišní, což nakonec může vést k cukrovce.

„Sladte jinak – rozinky, rozemleté datle, med, ovoce, obilné slady a sirupy.“

Cukr je navíc kyselinotvorný. Naše tělo pH vyrovnává, v určité fázi však k tomu musí využít rezervy minerálních látek, o které

takto ochuzujeme části těla, kde jsou zapotřebí. Řídnou nám pak kosti, kazí se zuby a máme křeče v lýtkách.

Přebytky cukru se ukládají v játrech jako glykogen, který se uvolňuje do krve ve formě mastných kyselin. Ty se přeměňují na tuk, jenž se ukládá nejen v částech těla, kde ho neradi vidíme, ale také tam, kde ho sice nevidíme, ale kde škodí mnohem výrazněji – v tepnách a orgánech.

Jinak je to s obilným sladkem. Vyrábí se výhradně z obilí, nejčastěji z ječmene, pšenice, kukuřice a rýže. Vypadá podobně jako med, ale má nižší sladivost. Skládá se převážně ze sladového cukru maltózy, kterou tvoří dvě molekuly glukózy a dalších polysacharidů, které se štěpí pomalu a dodávají energii postupně. Obilné slady mají tedy nižší glykemický index a mohou je bez obav užívat jak cukrovkáři, tak lidé pokoušející se zhubnout.

Obilné sirupy a slady jsou nesrovnatelně zdravější a pro organismus přínosnější než cukr. Pokud chcete sladit cukrem, použijte pro začátek alespoň přírodní nerafinovaný cukr, ve kterém zůstaly zachovány minerály a melasa. Postupně přidávejte různé druhy sirupů a sladů. Můžete si vybrat z několika druhů, které



se výrazně liší chutí. Pšeničný a ječný slad se klasicky používají v kuchyni běžného strávníka, rýžové a kukuřičné sirupy jsou pak také vhodné pro bezlepkovou dietu, protože jsou vyráběny z bezlepkových obilovin. V nabídce je také datlový, agávový či javorový sirup. Když použijete slady a sirupy při pečení, počítejte s tím, že sirupem těsto rovnou i zvlhčujete. Část bílého cukru můžete nahradit třtinovým a část některým z obilných sladů.

Velmi prospějete svému zdraví pokud ve své kuchyni nahradíte část bílé mouky moukou celozrnnou. Bílá mouka zatěžuje trávení, zalepuje střeva, zahleňuje tělo, urychluje stárnutí, ubírá nám vitalitu a způsobuje nadýmání. A přitom nepřináší žádné živiny.

„Nahradte ve svých receptech část bílé mouky moukou celozrnnou.“

Něco málo k historii mouky

Mouku lidé vyráběli už po staletí. Dříve ji mleli nejčastěji mezi otáčejícími se kameny, na tzv. kamenných mlýnech. Každá mouka byla tehdy celozrnná, protože obsahovala všechny části obilného zrna.

V 19. století však došlo k zásadní změně výroby mouky. Obilná zrna se začala vymílát, to znamená, že před mletím byla odstraňována jak vnější vrstva, tak klíček a zůstávala pouze vnitřní moučná část, jejímž umletím vzniká tzv. bílá mouka. Hlavním důvodem této zavedené technologie byl požadavek na delší trvanlivost mouky (oleje obsažené v klíčku jsou důležité pro výživu, ale také způsobují, že se mouka s obsahem klíčku rychleji kazí).

Vymíláním jsme tak získali bílou mouku, která má sice delší trvanlivost, ale je zbavená velké většiny živin původně obsažených v zrna. Bílá mouka je oproti celozrnné ochuzena přibližně o 60% vápníku, 76% železa, 85% hořčíku, 78% zinku, 77% vitamínu B1, 80% vitamínu B2 a 86% vitamínu E.

Nabídka sortimentu je široká a rozmanitá. To je také jednou z předností zdravé výživy, větší rozmanitost a následně také pestrost živin a minerálů. Do pečení lze přidat celozrnnou pšeničnou, celozrnnou špaldovou, celozrnnou žitnou, celozrnná ječnou či celozrnnou pohankovou moukou. Pracovat lze také rýžovou, jáhlovou, kukuřičnou, sójovou či amarantovou a další moukami. Vše naleznete v bio i nebio kvalitě.



Jak na celozrnnou mouku?

- kupujeme ji pokud možno v biokvalitě - umělé pesticidy použité při pěstování mají tendenci se ukládat právě v obalu zrna
- kombinujeme ji (alespoň zpočátku) s bílou moukou - celozrnná má být asi třetina až polovina
- při jejím použití většinou potřebujeme více tekutin než při použití mouky bílé
- většinou naopak potřebujeme méně tuku a cukru

Poznejte některé z nich blíže ...

Celozrnná špaldová mouka

Špaldová mouka má stejné použití jako mouka pšeničná. Pšenice špalda je prastará obilovina, která nebyla šlechtěna, tudíž si zachovala mnoho důležitých a cenných látek. Špalda obsahuje zejména hodně hořčíku a vitamínů skupiny B. Špalda obsahuje i vitamin B17, jenž působí preventivně proti nádorovému bujení. V jejím zrna se nacházejí důležité živiny - včetně vlákniny. Špalda je snáze stravitelná než klasická pšenice a dají se z ní připravit i výtečné a trvanlivé moučníky.

Celozrnná ječná mouka

Ječná mouka má extrémně nízký obsah lepku, nedoporučuje se tedy péci pouze z ječné mouky. Do pečení přidejte zhruba dvacet procent. Pečivo s přídavkem celozrnné ječné mouky pomáhá při žaludečním kataru, dyspepsii (špatném trávení), žaludečních a dvanácterníkových vředech, zánětu žaludku, tenkého střeva a kolitidě. Ječmen v jakékoliv formě — čišťené celé zrna, vločky, celozrnná mouka a sladové zrna a mouka – snižuje hladinu celkového cholesterolu, LDL cholesterolu (špatného cholesterolu) a triglyceridů. Konzumace ječmene a jiného celozrnného obilí se ukázala být účinná při prevenci arteriosklerózy. Proto by ho do své stravy měli zařadit všichni, kdo jsou ohroženi ischemickou chorobou srdeční.

Celozrnná pohanková mouka

Pohanka je vysoce nutričně a dieteticky hodnotná plodina. Je významným zdrojem vlákniny, minerálních látek a vitamínů (zejména vitamínů řady B a vitamínu E). Pohanka je zvláště bezkonkurenčním zdrojem rutinu, který vrací pružnost cévám a přináší úlevu při křečových žilách. Pravidelná konzumace pohanky léčí hemeroidy. Pohanková mouka je přirozeně bezlepková, navíc výborně pojí. V kuchyni plně nahradí mouku pšeničnou. Kromě pečení ji lze také využít do slaných těst, polévek a omáček, placek, pomazánek.

*Renáta Křížová
Zdravá výživa pod Kletí*

**(Použité zdroje: Biopotraviny pro Vaše školy,
www.magazinzdрави.cz, www.nazeleno.cz, www.vitalia.cz,
www.nasevyziva.cz).**

Dne 17. 11. 2012 se ve Chmelné na tradičním dni seniorů setkala na 120 našich milých spoluobčanů.



Tereza Linhová - první vicemiss v Miss Hasička ČeskoSlovensko 2012.

Na jaře letošního roku přišli za Terezou Linhovou kamarádi z hasičského sboru s návrhem, že by se měla přihlásit do soutěže Miss Hasička ČeskoSlovensko 2012. Doma jí to rodina schválila a vypravila ji do světa na zkoušky (casting).

Pátého května mi její otec poslal z Prahy SMS tohoto znění: „Tak starosto, Ďabíka vybrali do finále mezi 14 nejlepšími, dobrý ne?“

Od té doby jsme Tereze posílali hlasy, a to tak usilovně, že se ve finále stala Miss Facebook. Na finálový galavečer do Prahy jsme ji jeli podpořit společně s jejími kamarádkami, kamarády, rodinou a hasiči. Když hned při zahájení Terezu vybrali mezi 8 super finalistek, byla naše radost nesmírná. Současně s volbou Miss Hasička probíhala soutěž Hasič roku 2012. V týdeníku Českokrumlovsko 5+2 z 8.11.2012 byl uveřejněn rozhovor, kde Tereza odpovídá na otázky reportéra Romana Šperňáka: „Do poslední chvíle jsme nevěděli, kdo na tom jak je.“ Měla na mysli úspěch či neúspěch v disciplínách promenáda ve speciálních dresech, promenáda v hasičských kalhotách, jejíž součástí byl i rozhovor.

Moderátor Libor Bouček se mě ptal hlavně na přítele. Jestli fandí a tak. Tereza mu bez zaváhání odpověděla, ani se nezačervenala a sklidila zasloužený mohutný potlesk. Po rozhovoru následovala volná disciplína. Tereza předvedla tanec, který byl ve srovnání s ostatními finalistkami velmi dobrý. Následovala promenáda v plavkách a poté ve večerních šatech. Tereza se při nich nesla po molu velmi sebejistě, přirozeně a bez sebemenšího zaváhání, jako by celý život nedělala nic jiného.

A přišlo vyhlášení. Jak už jsem vás informoval v minulém Křemežsku Tereza byla vyhlášena jako první vicemiss Hasička ČeskoSlovensko 2012 a jako Miss Facebook. Protože Miss Hasička ČeskoSlovensko 2012 byla vyhlášena Slovenka Dominika Adamčiová, tudíž Tereza je nejhezčí Češka. Hasičem roku byl zvolen Lukáš Dacík z jihomoravské obce Vlčnov.

Po ukončení soutěže jsme vyrazili k domovu, ale vinou technické závady na autobusu jsme noc strávili v Benešově na benzínové pumpě. Ale vůbec nám to radost nepokazilo. V brzkých ranních hodinách, když se střídaly směny hasičů ve Křemži, jsme dorazili domů.



Tereze Linhové, hasičce z Chlumu, děkuji za to, že v Praze úspěšně reprezentovala dobrovolné hasiče z Chlumu, že dokázala porazit ostatní soutěžící, ukázala, že i obyčejné děvče z vesnice na to má a přeji jí mnoho dalších úspěchů v tomto směru.

Bürger Václav
starosta SDH Chlum



Kamínky, o.s. a Montessori centrum Indigo si Vás dovoluje pozvat na přednášku **Kristýny Beránkové**

Šťastné děti potřebují hranice

Budeme si povídat o výchovných principech, které učiní šťastnými jak děti, tak i rodiče. Řeč bude o samostatnosti, schopnostech dětí a o tom, kdy je pro jaký návyk vhodné období a co s tím, když jsme ho propásli. Jak docílit toho, aby si po sobě dítě uklízelo, nevztevalo se, samostatně se oblékalo od 2 let, ve školce se naučilo dobře vycházet s ostatními dětmi a do školy šlo samostatně a připravené? Seznámíme se s Montessori metodou a pomůckami. Řeč bude také o vhodných dárcích na Vánoce.



Kdy: ve čtvrtek 13. prosince od 18 h

Kde: v knihovně městyse Křemže
vstupné dobrovolné



Náboženská obec Církve československé husitské
v Křemži a Kamínky, o.s. srdečně zvou na



Vánoční setkání

Přijďte si poslechnout koledy, odpočinout a naladit se na vánoční notu. Společně budeme zpívat, vyrábět velký betlém, ozdoby a pít vánoční čaj. Společné dílo pak ozdobí Husův sbor. Ozdobičky si odnesete domů. Vyrábění zvládnou i malé děti. S sebou vezměte i nějaké cukrovíčko nebo jiné občerstvení.

Kdy: v neděli 23.12. 2012 od 16 h

Kde: Husův sbor v Křemži

Případné informace: M. Heřmanová, 728 523 700,
I. Vacková, 774 953 244



MC Křemílek – program na prosinec Klub pro maminky s dětmi je otevřen

každé pondělí od 9:00 do 11:00

a každý čtvrtek od 9:00 do 11:30.

Přijďte si pohrát, zacvičit s písničkou, malovat a tvořit.

Vstupné: 20,-Kč dospělý, děti zdarma.

www.kremilek-kremze.cz



Jihočeský kraj



Výtvarný program klubu

6. 12. 2012 čtvrtek

Andílek a hvězdy – z barevného papíru

vystříhneme andílky a hvězdičky a nalepíme je na krásnou stuhu, kterou pověsíme doma na okénko.

13. 12. 2012 čtvrtek

Vánoční řetěz – kdo by neznal tradiční řetěz z papírových proužků!
My si ukážeme, jaké další řetězy můžeme z barevných papírů vykouzlit.

20. 12. 2012 čtvrtek

Vánoční cukroví – jak se těsto míchá, válí, vykrajuje, to vše si s dětmi vyzkoušíme, pak naše výtvořky upečeme a sníme!

Vánoční prázdniny: během vánočních prázdnin

bude klub uzavřen. Začínáme 3. 1. 2013

MC Křemílek přeje všem pohodové Vánoce

a hodně štěstí do nového roku.

Akce klubu

10. 12. 2012 pondělí

Zdravý úsměv - Jak naučit děti správné technice čištění chrupu a napomoci ke vzniku celoživotního návyku spojeného s čištěním zubů? Prezentace s praktickými ukázkami. Každé dítě dostane dáreček – zubní kartáček. Začátek v 10:00 v MC Křemílek

15. 12. 2012 sobota

Adventní tvořivé odpoledne – 13:00- 18:00.

Celé odpoledne budeme tvořit a vyrábět vánoční dekorace, budeme hrát deskové hry a soutěžit, prostě si sobotní odpoledne hezky užijeme! Pokud bude sníh, postavíme velkého sněhuláka! Den s programem je určen pro děti od 6 let. Na tento den je nutné se předem přihlásit na mc.kremilek@centrum.cz.

20. 12. 2012 čtvrtek

Vánoční Křemílek – společně u stromečku
zaspíváme koledy a rozbalíme dárečky.

Spolupořádáme:

14. 12. 2012

Vypouštění balonků s přáním Ježíškovi - přijďte podpořit pokus o rekord v počtu vypuštěných balonků. Balonky budeme rozdávat v 15.00 hod. V 15.15 hod vypustíme balonky s přáníčky pro Ježíška. Na náměstí před radnicí bude opět připraveno občerstvení, zahřeji nás veselé koledy a vánoční punč. Přijďte si koupit Kouzelné vánoční oříšky!



Vítání adventu pátek 30. 11. 2012 náměstí Křemže



Dětská mikulášská diskotéka neděle 2. 12. 2012 Vertigo





**Pátek 14. 12. 2012
od 15.00 hodin**



**Přijďte podpořit pokus o rekord v počtu
vpuštěných balónků.**

Balony budeme rozdávat v 15.00 hod.

**V 15.15 hod vypustíme balónky
s přáníčky pro Ježíška.**

**Na náměstí před radnicí bude opět připraveno
občerstvení, zahřejí nás veselé koledy
a vánoční punč.**

Přijďte si koupit Kouzelné vánoční oříšky!



Badminton

Vánoční badmintonový turnaj, sestup z Kletě

Letošní příjemně dlouhé vánoční svátky zakončí badmintonisté TJ Sokol Křemže tradičním turnajem smíšených dvojic. Turnaj pořádají po šestatřicáté v posledních letech vždy druhý svátek vánoční – stejně tomu bude i letos. 26. prosince se v tělocvičně základní školy sejdou členové a příznivci místního badmintonového oddílu, aby společně strávili příjemné vánoční chvíle.

Někteří se zúčastní turnaje aktivně a zahrají si jistě kvalitní turnaj. Vždyť v poslední době vyrostla v oddíle celá řada mladých nadějných badmintonistů, kteří patří k výkvetu nejen oddílového či krajského, ale i celostátního badmintonu. Pořadatelé se těší na výkony Petra Berana, Jindry Kukače, Michaely Koudelkové nebo nově vycházející naděje Z. Matouškové. Ale i starší členové oddílu budou ve své domácí tělocvičně jistě předvádět kvalitní badminton. A protože očekáváme tradiční účast hráčů z dalších oddílů, kteří každoročně předvádějí výborné výkony a nejednou získali věčně putovní pohár, je jisté, že k vidění bude hodnotný sport.

Ostatní, kteří se nezúčastní setkání přímo na hřišti, uvidí nejen pěkný badminton, ale setkají se s řadou známých, kteří prošli v minulosti řadami úspěšného badmintonového oddílu i s mnoha tradičními diváky z řad příznivců a sponzorů Křemežského badmintonu.

Turnaj začíná 26. prosince v 9.00 v tělocvičně základní školy. Přijďte se s nimi rozloučit s úspěšným rokem 2012.

Na úplný závěr roku plánují badmintonisté TJ Sokol Křemže další tradiční akci – Sestup z Kletě. Letošní rozložení závěrečných dnů v roce umožňuje po několika letech uspořádat tu původní, originální akci.

V sobotu 29. prosince se začneme odpoledne scházet v restauraci na vrcholu Kletě – každý podle svého gusta – pěšky či lanovkou. Po šestnácté hodině se potom vydáme dolů do údolí, kde po osmnácté zahájíme tradiční posezení. Tentokrát to bude v Restauraci Pod Kletí – v té v Holubově u nádraží, tam co je Obecní úřad Holubov.

Slavnostní zahájení bude v 19.30 tak, aby se mohli připojit i ti, kteří se nemohli zúčastnit cesty dolů. Jistě bude co hodnotit a o čem diskutovat, vždyť rok 2012 byl pro oddíl velmi úspěšný. Jen namátkou: družstva dospělých vyhrála krajský přebor smíšených družstev – „A“ tým přebor I.třídy, „B“ tým přebor II.třídy, „A“ družstvo se pak zúčastnilo kvalifikace o I. ligu a nevedlo si špatně. Přidali jsme i řadu individuálních úspěchů – medaile z přeborů republiky, Petr Beran ve svých teprve 13 letech je už stabilním členem juniorské reprezentace České republiky, Z. Matoušková se po necelých dvou letech treningu probjovala mezi elitu hráček ČR do 13 let. Tohle a ještě i mnohé další probereme na našem setkání 29. 12. 2012.

Zveme všechny přátele badmintonu, hráče současné i dřívější, příbuzné, sponzory – přijďte s námi na závěr roku 2012 strávít příjemné chvíle.

MUDr. Václav Koudelka

Turnaj pro neregistrované 2012

V sobotu 17. listopadu uspořádali badmintonisté TJ Sokol Křemže již jedenatřicátý ročník „Turnaje pro neregistrované“. Každoročně mají zájemci možnost vyzkoušet si, jak pěkný, ale zároveň náročný je to sport. Když navíc mají možnost změřit síly se sobě rovnými, přináší jim to uspokojení ze hry a pohybu.

V letošním ročníku se k turnaji přihlásili hned tři místní borci, kteří v uplynulých letech stáli při vyhlásování vítězů na nejvyšším stupínku. Tedy z Křemže tentokrát přišlo několik favoritů. Měli však zdatné soupeře z mnoha míst jihu Čech. Soutěžící přijeli nejen z Českých Budějovic, ale i z Písku, Horní Plané, Trhových Svinů i Českých Žlebů.

K turnaji se přihlásily čtyři ženy – ta nejzkušenější z nich se díky svým badmintonovým kvalitám přihlásila do soutěže mužů. Z dalších tří dosáhla nejlepších výsledků a vítězství Martina Mikešová z Českých Budějovic.

Muži se podle vlastního uvážení přihlásili buď do skupiny „Elite“ /tedy mezi ty zkušenější/, nebo do skupiny těch méně zkušených.

Ve skupině těch, kteří teprve sbírají badmintonové zkušenosti, byl jediný domácí zástupce – byť tentokrát v „barvách“ Litvínovic – Aleš Motejl. Prokázal oproti minulým ročníkům herní zlepšení, které mu stačilo na pěkné dvanácté místo.

Mezi osmi účastníky skupiny „Elite“ měli domácí hned trojnásobné zastoupení.

Všichni si v dopoledních semifinálových skupinách vybojovali postup mezi čtveřici finalistů, kteří bojovali o první až čtvrté místo. Do finále postupovali vždy první dva hráči ze čtyřčlenných semifinálových skupin. Třetí a čtvrtý hráč ze semifinále se pak účastnil turnaje „B“ finále o páté až osmé místo. Tady stojí za zmínku konečné páté místo Renaty Divišové z Českých Žlebů, která hraje badminton slušné úrovně a za sebou nechala tři mužské účastníky „malého finále“.

Nejkvalitnější badminton se hrál odpoledne ve finálové skupině, do které se spolu s třemi zkušenými domácími borci probjoval i Jiří Vrchota z Horní Plané. Tento zkušený sportovní všeuměl byl již po několikáté nejstarším účastníkem turnaje, ale předváděl vynikající výkon založený na vynikající fyzické kondici a velkém badmintovém umění. Po vyrovnaných soubojích skončil na čtvrtém místě mnohonásobný vítěz minulých ročníků J. Reitinger. Dlouho o prvenství usiloval P. Klinkl, který hrál v barvách Krasetína, Nakonec byl třetí. J. Vrchota vybojoval druhou příčku. Prvenství vybojoval Miloš Veselý, který sice měl horší nástup do soutěže, postupně se jeho výkon zlepšoval, aby nakonec vydřel vítězství a vrátil prvenství do Křemže.

Při závěrečném hodnocení soutěžící ocenili práci pořadatelů a poděkovali zejména mladým hráčům místního oddílu – Z. Matouškové, M. Jandovi a P. Beranovi, kteří se na výbornou zhostili rozhodování zápasů. Naopak pořadatelé ocenili výkony hráčů věcnými cenami, věnovanými sponzory turnaje.



Ceny od sponzorů



Nástup účastníků před turnajem a vítěz kategorie mužů

MUDr. Václav Koudelka



SKIAREÁL LIPNO – NEJPOHODLNĚJŠÍ RODINNÉ LYŽOVÁNÍ

Letošní novinky jenom potvrzují, že Skiareál Lipno zaslouženě patří k nejlepším v České republice. Na své si v zimě přijdou děti, jejich rodiče, snowboardisté i lyžaři. Návštěvníci Lipna naleznou v areálu kompletní zázemí a komplexní služby na špičkové úrovni, které nemají konkurenci.

FOXPARK PLNÝ ZÁBAVY, OSVĚTLEN A ZDARMA

Hlavní novinkou je osvětlené výukové hřiště Foxpark kapitána Lipánka, které bude v provozu i při večerním lyžování, tedy od 18 do 20 hodin. Protože si svých návštěvníků vážíme, v letošní sezóně poskytneme na vstup do tohoto nejmodernějšího a nejkvalitnějšího parku pro začínající lyžaře opět stoprocentní

slevu. Lyžaři si tu budou moci nově dát teplý nápoj a večer bude možné část areálu sjíždět na sánkách či bobech. Hry a soutěže jsou samozřejmostí.

Z LYŽÍ DO KORUN STROMŮ

Další novinkou je zimní provoz unikátní Stezky korunami stromů, která v létě doslova uchvátila turisty nejen z České republiky. Lyžaři si budou moci na vrcholu Kramolína půjčit speciální boty, uschovat lyže, vyjít si udržovanou cestou do výšky až 40 metrů a poznat zimní Šumavu či Novohradské hory a za dobré viditelnosti i vrcholky Alp. Doposud toto nebylo možné.

www.skiareallipno.cz

PRODEJ KAPRŮ

zahájíme v sobotu

22. 12. 2012

a budeme pokračovat

do vyprodání

Děkujeme všem zákazníkům
za přízeň a přejeme do nového
roku hodně zdraví a pohody.

-Žáčková-





Fotbalisté Křemže v listopadu 2012

Oblastní I. B třída

11. kolo: Křemže – Chlum odloženo pro nezpůsobilý terén. První a nečekaný nápor zimy odložil utkání soupeřů ze spodní poloviny tabulky na 17. listopadu.

12. kolo: České Velenice – Křemže 2:1 (1:1). V dalším důležitém utkání začali Křemežští dobře a už od 8. minuty vedli po trefě Brabce zpoza vápna – 0:1. Pak ale začal úřadovat nepřesný sudí, který po necelé půlhodině hostům nesmyslně vyloučil brankáře Končoka. Mezi tyče musel jít z pole Matějka, který udržel čisté konto až do závěru půle, kdy domácí brankou Fialy do šatny vyrovnali. V pokračující přesilovce pak domácí rozhodli o cenné výhře trefou střídajícího Sokola ze 75. minuty.

Sestava Křemže: Končok – Čondl, Edelman, Fleischmann, Brabec – Novák (65. Rienessl), Novotný, Chromý, Matějka – Panský, K. Rolník.

13. kolo: Křemže – Suchdol 4:1 (1:1). Na křemežském hřišti se tentokrát děly věci! Domácí šli po čtvrt hodině do vedení, když sólo proměnil Kamil Rolník. Za dalších deset minut ale kuriózně chyboval gólman Ševčík a výhozem poslal z ruky balon do vlastní branky na 1:1. A pak se začalo červenat. Ve 30. minutě putoval předčasně pod sprchy hostující Záruba po faulu na Rolníka. Přesilovku domácí využili šest minut po pauze, kdy po přituknutí Kaňky zblízka doklepával Kamil Rolník na 2:1. Po hodině hry neudržel nervy na uzdě hostující Soudek a za urážku rozhodčího přišla druhá červená karta zápasu. Z následného trestného kopu našel Edelman ve vápně Jaroslava Kaňku, který první trefou v křemežském dresu zvýšil už na 3:1. Potom se červenalo i na druhé straně, když byl po faulu na unikajícího hráče vyloučen domácí stoper Filip. A čtyři minuty před koncem přišla ještě čtvrtá(!) červená karta utkání. Při sólu Rolník obešel i brankáře Rácika, ten jej ještě před vápnem strhl za dres – a hosté hráli v osmi. Do branky šel hráč z pole, kterého z následného přímého kopu překonal Michal Chromý a stanovil v divoké partii konečný výsledek 4:1.

Sestava Křemže: Ševčík – Čondl, Filip, Fleischmann, Stráský – Kaňka (85. Stejskal), Chromý, Novotný, Matějka – Edelman, K. Rolník.

Dohrávka 11. kola: Křemže – Chlum 2:1 (0:0). Od začátku se hrál vyrovnaný fotbal bez šancí. První vzruch přinesla až 34. minuta, kdy po zbytečném faulu viděl domácí Chromý červenou kartu – a Křemežské čekalo více než poločas dlouhé oslabení. Nástup do druhé půle ovšem vyšel na jedničku. Hlavička matadora Anderleho v 50. minutě ještě skončila na tyči, ale za další dvě minuty se už skóre měnilo. K trestnému kopu z 35 metrů se postavil Michal Fleischmann a jeho dalekonosná střela prolétla až do branky – 1:0. A v 54. minutě bylo domácím ještě veseleji. Do vápna pronikal Rolník, byl faulován – a pískala se penalta. Osvědčený exekutor desítek Chromý již nebyl na hřišti, a tak na sebe jako správný kapitán vzal zodpovědnost Karel Čondl a nedal Valešovi šanci – 2:0. Hosté pak přece jen zvedli hlavy a vynutili si tlak, ale většina jejich pokusů končila

mimo tyče. Snížení přišlo až v 81. minutě, kdy se po faulu v šestnáctce pískal druhý pokutový kop zápasu. Ten sice Končok hostujícímu Hešíkovi vystihl, ale na dorážku už byl krátký – 2:1. V 88. minutě se ale síly na hřišti vyrovnaly, když byl po druhé žlutě vyloučen Flaška – a důležité tři body zůstaly pod Kletí.

Sestava Křemže: Končok – Čondl, Brabec, Fleischmann, Stráský – Kaňka, Chromý, Novotný, Matějka – Anderle (90. Troup), K. Rolník.

Pátou podzimní výhrou si Křemežští polepšili na osmé místo poločasové tabulky, když na kontě mají 16 bodů při záporném skóre v poměru 21:33. Nejlepším střelcem týmu byl Michal Chromý, který v první polovině sezony zaznamenal šest zásahů do černého.

Okresní soutěž muži

11. kolo: Velešín B – Křemže B 3:1 (1:0), za hosty: P. Kouba.
Dohrávka 10. kola: Křemže B – Horní Planá B 0:3 (0:2).

Křemežské béčko zakončilo první polovinu sezony s bilancí tří výher, dvou remíz a šesti porážek (s pasivním skóre v poměru 19:30), získalo jedenáct bodů a přezimuje na desátém místě dvanáctičlenné tabulky soutěže. Nejlepším střelcem rezervy je opět matador Václav Anderle, který se na podzim trefil osmkrát.

Okresní přebor mladší žáci

Dohrávka 1. kola: Holubov – Křemže 0:18 (0:6), branky: Čadil 5, Hejl 4, Maruška 3, Čizmar 2, Matoušková 2, Havlíček, Březina.

Naši nejmenší benjamínci přezimují v průběžné tabulce přeboru mladších žáků na prvním místě s bilancí pěti výher a jedné porážky při vysoce aktivním skóre v poměru 61:11 o tři body před druhou Zlatou Korunou.

Text a foto Karel Vosika



V posledním podzimním utkání křemežské áčko v dohrávce udolalo nepříjemnou Jiskru z Chlumu u Třeboně v poměru 2:1, i když více než poločas hrálo o deseti bez vyloučeného režiséra a nejlepšího střelce týmu Michala Chromého (vlevo, v souboji s hostujícím Beničkem).

Vedení oddílu badmintonu TJ Sokol Křemže přeje všem svým členům, přátelům, příznivcům a sponzorům hodně pohody o svátcích vánočních, veselého Silvestra a do roku 2013 hodně sportovních i osobních úspěchů a zejména pevné zdraví a hodně chuti do hry. Všichni členové oddílu pak tímto děkují všem sponzorům a příznivcům za podporu projevenou v roce 2012 a do příštího roku jim přejí hodně zdraví, štěstí a spokojenosti a těší se na další spolupráci.

Zaměstnanci ordinace
MUDr. Václava Koudelky
přejí všem svým pacientům
klidné prožití závěru roku 2012,
pohodu a klid o vánočních svátcích
a do roku 2013 hodně zdraví,
štěstí a spokojenosti.

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
PEDAGOGICKÁ FAKULTA, KATEDRA HUDEBNÍ VÝCHOVY**



POŘÁDÁ
VE SPOLUPRÁCI S OBECNÍM ÚŘADEM V KŘEMŽI

A D V E N T N Í K O N C E R T
JIHOČESKÉHO UNIVERZITNÍHO ORCHESTRU
A SMÍŠENÉHO SBORU KATEDRY HV

SÁL RADNICE - 12. 12. 2012 v 18:00 HODIN



Vzpomínka na Vlád'u Štindla

Někdy v r. 1972 mě oslovila o školní přestávce Vladka, jestli nechci přijít na trénink orieňtáku, tak jsem přišel a tam jsem Vlád'u poprvé potkal. Měl jsem za sebou již dvouleté základy z tradičního Sokola s nástupy a pořadovým cvičením, zato Vládovi metody více vyhovovaly moji nevybouřené povaze, málo se cvičilo, hodně se improvizovalo a taky blblo, k tomu to bylo i o hormonech, neboť jsme měli společné tréninky s děvčaty a mohli jsme se před nimi předvádět. V létě jsme jezdili na soustředění pod stan, Vlád'a vždy podporoval týmového ducha a věnoval se i dětem, kterým to moc nešlo, zato byly základem dobré party. A když to se zlobením někdo přeháněl, dostal za trest „kládaře“, což bylo projetí pěšinky na hlavě s klouby dlaně proti srsti.

Vládova sportovní kariéra začala v padesátých letech, v zimě běhal na lyžích, v létě pak branné závody, ze kterých se později zrodil i orientační běh, u jehož základů stanul nejen ve Křemži, ale i v celé republice. Při Sokole založil oddíl Orientačního běhu, kterému předsedal téměř padesát let, v sedmdesátých letech odběhal náš oddíl národní ligu orientačního běhu a prakticky celé období je jedním z nejúspěšnějších oddílů v Jihočeském kraji.

Ze žákovských tréninků jsem přešel v roce 1979 na páteční tréninky dospělých, kde se po tradiční běhací rozcvičce a občas i náradí hrávalo ragbíčko na žíněnky, po několika úrazech se začal hrát kultivovanější basketbal, který jsme zde pak hráli i s neběžci více než dvacet pět let.

V roce 1972 nakreslil svoji první mapu „Kokotín“, celkem jich nakreslil většinou na severozápadním hřbetu Blanského lesa čtrnáct, spoluzakládal oddíl turistů, byl aktivním členem horské služby a zaníceným lyžařem, hlavně jeho zásluhou vznikl moderní lyžařský areál ve Chmelné, kde později připravoval a projížděl lyžařské stopy. Pořádal dvacet let přespolní běh Na střelnici, v letošním roce pak jako ředitel závodu již 38. ročník OB závodu O Štít podkletí. Na další ročník měl rozkreslenou mapu nad Holubovem, tu však již nestihl dokončit.

**Byl naším vůdcem a osobností, která nám bude
v Blanské kotlině chybět.**

Pavel Zimmermann



SPOLEČENSKÁ KRONIKA

NARODILI SE NOVÍ OBCÁNCI



Ema HADRAVOVÁ
Křemže 17.11.2012

Vojtěch ZEMAN
Stupná 16.11.2012

ŽIVOTNÍ JUBILEA



ŽIŽKOVÁ Vlasta
Křemže 75 let

ŠEBESTA Vlastislav
Křemže 80 let

BOROVKOVÁ Vlasta
Mříč 80 let

SCHNEIDEROVÁ Růžena
Chlumeček 90 let

NAVŽDY JSME SE ROZLOUČILI



Vladislav ŠTINDL
Chmelná 75 let

Jan PUFR
Křemže 88 let

Zveme Vás na
DIXIELAND A SWING NA RADNICI

Kapela **DIXIE OUTSIDERS CB**
 vystoupí opět v sále radnice Křemže

V PÁTEK, 14. PROSINCE 2012
OD 19:30 HODIN

Těšíme se na všechny naše příznivce.

Vstupné dobrovolné

PŘÍJEMNÉ A KLIDNÉ PROŽITÍ
 VÁNOČNÍCH SVÁTKŮ, MNOHO ZDRAVÍ
 A ŠTĚSTÍ V ROCE 2013 PŘEJE ZA
 VŠECHNY ZAMĚSTNANCE ÚŘADU
 MĚSTYSE KŘEMŽE
 TAJEMNÍK MGR. JAN BORŠOVSKÝ.



Myslivecké sdružení Holubov
 vás srdečně zve na tradiční

MYSLIVECKÝ
PLES

konaný již desítky let

25. prosince

v sále kulturního domu v Holubově
 (U Nádraží)

Začátek: 25. 12. 2012 v 19:00 hodin

Hraje: K-Club

Vstupné: 100,- Kč

Bohatá myslivecká tombola!

KRÁSNÉ PROŽITÍ
 VÁNOČNÍCH SVÁTKŮ,
 VŠE NEJLEPŠÍ,
 HODNĚ ZDRAVÍ A ŠTĚSTÍ
 V ROCE 2013 PŘEJE

MIROSLAVA PRŮCHOVÁ,
 knihovnice



POTRAVINY NA DOUBKU

Pracovní doba
v období vánočních svátků:

Po	24.12.2012	Štědrý den	7:30 – 10:00 h
Út – St	25. – 26.12.2012		zavřeno
Čt	27.12.2012		7:30 – 11:00, 14:00 – 16:30 h
Pá	28.12.2012		7:30 – 11:00, 14:00 – 16:30 h
Po	31.12.2012	Silvestr	7:30 – 11:00 h
Út	01.01.2013	Nový rok	zavřeno

Inzerce

Provádíme veškeré malířské
práce včetně nátěrů fasád

Malby bytových
a nebytových prostor
(byty, domy, haly, kanceláře apod.)

Tel.: 773 086 017
e-mail: Lubos.Milis@seznam.cz
www.malirstvi-milis.webnode.cz



HANY – OBUV

Vánoční pracovní doba:

Hromadu dárků co srdce pohladí, rodinu,
přátele co nikdy nezradí, k bohatství krůček,
ke štěstí skok, nádherné Vánoce a nový rok 2013
přeje firma Hany Obuv

Ne	09.12.2012	Bronzová neděle	8.30 – 11.30 h
Po – Pá	10.12. – 14.12.2012		8:30 – 12:00, 12:30 – 17:00 h
So	15.12.2012		8:30 – 11:30 h
Ne	16.12.2012	Stříbrná neděle	8:30 – 11:30 h
Po – Pá	17.12. – 21.12.2012		8:30 – 12:00, 12:30 – 17:00 h
So	22.12.2012		8:30 – 12:00 h
Ne	23.12.2012	Zlatá neděle	8:30 – 11:30 h
Po	24.12.2012	Štědrý den	9:00 – 11:00 h
Út – St	25. – 26.12.2012		zavřeno
Čt – Pá	27. – 28.12.2012		8:30 – 12:00, 12:30 – 17:00 h
So	29.12.2012		8:30 – 11:30 h
Ne	30.12.2012		zavřeno
Po	31.12.2012	Silvestr	8:30 – 11:30 h
Út	01.01.2013	Nový rok	zavřeno
St	02.01.2013		8:30 – 12:00, 12:30 – 17:00 h



OVOCE – ZELENINA LENKA BOROVKOVÁ

Vánoční prodejní doba:



Po – Pá	17. – 21.12. 2012		8:00 – 12:00, 13:00 – 17:00 h
So	22.12.2012		8:00 – 11:00 h
Ne	23.12.201	Zlatá neděle	13:00 – 17:00 h
Po	24.12.2012	Štědrý den	8:00 – 11:00 h
Út – St	25. – 26.12.2012		zavřeno
Čt – Pá	27. – 28.12.2012		8:00 – 12:00 h, 13:00 – 17:00 h
So	29.12.2012		8:00 – 11:00 h
Ne	30.12.2012		13:00 – 17:00 h
Po	31.12.2012	Silvestr	8:00 – 11:00 h

Přejeme všem
pohodové Vánoce
a do nového roku
hlavně zdraví a štěstí.



HANA JAKUBCOVÁ – TEXTIL A KONFEKCE

Pracovní doba:



Ne	16.12.2012	Stříbrná neděle	8:30 – 12:00 h
Ne	23.12.2012	Zlatá neděle	8:30 – 12:00 h
Po	24.12.2012	Štědrý den	8:30 – 11:00 h
Út – St	25.-26.12.2012	svátky	zavřeno
Čt	27.12.2012		8:30 – 17:00 h
Pá	28.12.2012		8:30 – 17:00 h
So	29.12.2012		8:30 – 11:00 h
Po	31.12.2012	Silvestr	zavřeno

Přeji všem hezké svátky
a v novém roce 2013 hodně
zdraví a spokojenosti.



Správa CHKO Blanský les a Obec Holubov

si vás dovolují pozvat na tyto akce:

- ➔ **Přednáška Ing.arch. Michala Říhy - O permakultuře a přírodních zahradách**
kde: Informační centrum Holubov
kdy: čtvrtek 10. ledna od 18 hodin
- ➔ **Přednáška Ing.arch. Ondřeje Melouna - O krásách krajín evropských i českých**
kde: Informační centrum Holubov
kdy: čtvrtek 14. února od 18 hodin
- ➔ **Přednáška Dany Kindlmanové – Staré krajové odrůdy hrušní**
kde: Informační centrum Holubov
kdy: čtvrtek 14. března od 18 hodin

Oznámení: CHKO Blanský les nadále provozuje své **detašované pracoviště pro stavební problematiku** v Infocentru Holubov a to vždy **2. čtvrtek v měsíci od 8:00 do 14:00.**

Aktuální informace: www.blanskyles.nature.cz



STAVEBNÍ FIRMA JICA s. r. o.
Nový Doubek 184, 382 03 Křemže
p ř i j m e rozpočtáře – rozpočtářku
pro provoz ve Křemži.
Jiří Cába - tel. 776 744 375
e-mail: jica@jica.cz

Mgr. Václav Růžička

advokát



Poskytují komplexní právní služby v těchto odvětvích:

Občanské právo - smlouvy o převodu nemovitostí - kupní, darovací aj., dohody o převodu členských práv a povinností, věcná břemena, nájemní smlouvy, vymáhání pohledávek, náhrady škody, zastupování v občanskoprávních řízeních.

Obchodní právo - zakládání obchodních společností a družstev, poradenství a vyhotovování komplexní smluvní dokumentace, vymáhání pohledávek.

Pracovní právo - poradenství pro zaměstnavatele a zaměstnance, vznik a ukončení pracovního poměru, vymáhání pohledávek a nároků z neplatného rozvázání pracovního poměru.

Rodinné právo - zastupování v řízeních o rozvod manželství, o úpravě poměrů k nezletilým dětem, o stanovení výše výživného a vypořádání společného jmění manželů.

Trestní právo - zastupování klientů v celém trestním řízení před orgány činnými v trestním řízení - Policie ČR, státní zastupitelství, soudy, zastupování poškozených v trestním řízení.

Správní právo - zastupování klientů v přestupkovém řízení u obecních a městských úřadů, zastupování klientů před orgány státní správy i samosprávy - např. celní úřad, pracovní úřad, finanční úřad, živnostenský úřad apod.

Další informace na www.akvr.cz



Sídlo ▶ Náměstí 35 (budova Obecního úřadu)
382 03 Křemže, úřední hodiny - pondělí 9–16 hod.

Pobočka ▶ Krajinská 8, 370 01 České Budějovice

tel. +420 387 202 791 ▶ fax: +420 387 202 884



mobil: +420 739 079 032 ▶ e-mail: akruzicka@akvr.cz

REALITNÍ
SPOLEČNOST
ČESKÉ SPOLITELNY

BOARS s.r.o.
Budějovická obchodní a realitní společnost
Člen obchodní sítě Realitní společnosti České spojitelný



NABÍDNĚTE NAŠIM KLIENTŮM NEMOVITOSTI v Křemži a okolí

----- RD, byty, chaty, chalupy, pozemky -----

KONTAKT

tel.: 776 739 876, e-mail: daoudi@boars.cz

www.boars.cz



Město Netolice pořádá

Přivítání Paní Zimy a řemeslný trh

v neděli 9. prosince 2012 na netolickém náměstí

Trh - od 12.00 hod.

Malování na obličej (v muzeu), vánoční vazby, dřevěné hračky, koření, jmelí, ruční malba na textilie, keramika, šperky, vánoční ozdoby, andělé, paličková krajka, perníčky, trdlo, medovina, občerstvení...

Program:

14.00 - Zahájení, Strakonická dudácká muzika, zdobení stromečků - MŠ

14.30 - Vystoupení MŠ, vystoupení 9. A ZŠ

15.00 - Netoličtí Vrabčáci, dílničky - DDM, zdobení perníčků (muzeum)

15.30 - Pohádka pro děti "O Svatém Mikuláši" (DS Čelakovský Strakonice)

16.00 - Vystoupení dance, tanečky, aerobik, hopsinky - ZÚ DDM

Tři králové

16.30 - Beltina (keltská muzika)

17.00 - Přilet anděla a přivítání Paní Zimy
vypouštění balonků s přáním Ježíškovi

17.30 - Beltina (keltská muzika)

Změna programu vyhrazena



JÓGA

relaxace, protažení, posílení, zklidnění

*uvolnění těla i mysli
zlepšení tělesných funkcí a
pružnosti pohybového aparátu
prohloubení a zklidnění dechu*



PONDĚLÍ
od 17:15

KŘEMŽE
Křemílek

Příspěvek Kč 50,-



Přijít můžete kdykoliv. V případě dotazů píše na: jarple@post.cz.

Cvičíme s ohledem na možnosti našeho těla, nespěcháme...cviky, při kterých se necítíme dobře, vynecháme.



Krásné prožití vánočních svátků,
v novém roce 2013 hodně zdraví, štěstí,
spokojenosti, lásky a splněných snů
přeje všem svým klientům
Marie Kubecová, Křemže

Radniční restaurace Křemže



Vánoční otevírací doba:

čtvrtek	14.00-22.00
pátek	14.00-24.00
sobota	11.00-24.00
neděle	11.00-24.00
24., 25. a 26.12.	zavřeno
27. - 30.12.	11.00-23.00
Silvestr	11.00-16.00
Nový rok	zavřeno

Krásné prožití svátků vánočních a hodně zdraví, štěstí a lásky v novém roce 2013!



VLS
Vojenské lesy a statky ČR, s.p.
divize Horní Planá

RYBÁŘSTVÍ CHVALŠINY

VÁNOČNÍ KAPR

Prodej na sádkách ve Chvalšínách bude zahájen 17.12.2012

Otevírací doba:

17. - 21.12.2012 od 7⁰⁰ do 15⁰⁰
22. - 23.12.2012 od 7⁰⁰ do 17⁰⁰

více info na tel. 605206749




Prodej dalších druhů čerstvých ryb vlastní produkce je neomezen.
Otevírací doba na sádkách ve Chvalšínách je každý všední den od 7⁰⁰ do 15⁰⁰.

cena živých ryb:
kapr 70 Kč/kg
amur 70 Kč/kg
pstruh 120 Kč/kg

ŽIVÉ RYBY Z OLŠINY NA VÁŠ VÁNOČNÍ STŮL

Správa CHKO Blanský les a Obec Holubov
si Vás dovolují pozvat na přednášku



Ing. Arch. Václava Štěpána
Francie nejen gotická, Bretaň a Šampaň



Kde a kdy: Informační centrum Holubov,
ve čtvrtek 13. prosince 2012 v 18 hod





Vánoční prodejní doba

16. 12.	Stříbrná neděle	9.00 - 11.00
23. 12.	Zlatá neděle	9.00 - 12.00
24. 12.	Štědrý den	8.00 - 12.00
25. - 26.12.	svátek vánoční	zavřeno
27. - 28.12.		8 - 12 13 - 17
29. 12.	sobota	8 - 12
31. 12.	SILVESTR	8.00 - 12.00
1. ledna 2013	Nový rok	zavřeno

PF 2013

*Děkujeme za vaši přízeň v roce minulém.
I v příštím roce budeme dělat vše pro vaši spokojenost.
Na shledanou se těší Martin Iška
a kolektiv zaměstnanců*




aagneth
PROVIDER

www.aagneth.cz
+420 389 60 20 50

Připojení k internetu

- Tarify od 150 Kč měsíčně (včetně DPH)
- Rychlost připojení až 24 Mbit/s
- Žádné datové ani časové limity
- Skvělá odezva při on-line hraní (ping)
- Podpora a servis 24 hodin denně
- Smlouva bez závazku

Internetový obchod

- Bohatý sortiment
- Zboží skladem dopravíme do druhého dne

Servis PC

- Expresní doprava
- Diagnostika závady zdarma
- Servis hardwaru, Čištění PC, Instalace operačního systému, Montáž komponent, Odvírování, Upgrade pro zvýšení výkonu ...

Digitální Televize


- DVB-T přijímače a antény
- Satelitní komplety
- Odborná montáž a měření

Prodej na splátky

Obchod ve Velešíně

- Počítačové sestavy, značkové notebooky
- Tiskárny, Papíry, Tonerové a ink. náplně
- PC příslušenství, CD / DVD média, Software
- Spotřební elektronika, VoIP telefony
- DVB-T přijímače, DVB-T antény, Satelity

online obchod na www.aagneth.cz



Inzerce

ÚČETNICTVÍ

- Podvojně účetnictví
- Daňová evidence
- Zpracování mezd
- Zpracování DPH
- Daňové přiznání

Kotková Irena – Srnín 91
Mobil: 775 397 787

e-mail: kotkova.i@seznam.cz

Geodetické práce

Eva Pivoňková
Stupná 54, Křemže

Provádím vytyčení hranic,
vytyčení před stavbou,
všechny druhy geometrických plánů – budovy (pro
kolaudaci), rozdělení pozemků aj.,
dále zaměření inženýrských sítí,
polohopisu, výškopisu, skutečného stavu
a další geodetické práce.

PRODEJ VÁNOČNÍCH RYB



22.12. a 23.12.2012 Luční ulice 442, Křemže

Nabídka ryb:	Kapr 2,5 – 4kg	cena 65Kč/kg
	Kapr nad 4kg	cena 70Kč/kg
	Amur 2 – 4kg	cena 65Kč/kg
	Štika, candát	na objednání

Kontakt : Jan Velíšek
mob. : 602 447 540, 606 852 522





Uctění památky legionářů 1. světové války

Před několika lety vznikla díky panu Janu Zimmermannovi z Chlumu, který již bohužel není mezi námi, krásná tradice uctění památky občanů naší obce - legionářů z 1. světové války, kteří bojovali v Srbsku, Itálii a Rusku, kde položili svoje životy. I díky nim nyní žijeme ve své vlasti, České republice.

Tato vzpomínka se od té doby koná již tradičně 11. 11. (Den veteránů), v 11:00 hodin u památníku legionářů v Chlumu na návsi, za velké účasti občanů z Chlumu, Loučeje, Lhotky ale i mnoha jiných.

Letošní vzpomínka na naše legionáře byla nově a velmi důstojně, doplněna účastí příslušníků záloh armády České republiky (díky iniciativě pana Dr. Krejči, našeho občana a etnografa Jihočeského muzea), kteří spolu se zástupci

hasičského sboru položili věnce k legionářskému památníku. Samozřejmě nechyběl tradiční hudební doprovod Jana Čížka a smíšeného sboru z Chlumu a Křemže.

Ve 12:00 pak uctění památky legionářů pokračovalo u památníku legionářů na náměstí v Křemži, opět za zvuku naší hymny a následně vojenské večerky a položení věnce.

Díky navázané spolupráci s vojenskými zálohami armády ČR bychom rádi tradici založenou panem Zimmermannem z Chlumu rozšířili i do Chmelné, k památníku místních legionářů a k legionářskému hrobu na křemežském hřbitově.

Ing. Josef Troup, starosta

P.S. V průběhu letošního léta byla provedena kompletní výměna stavební části legionářského hrobu na hřbitově. Důvodem byly statické poruchy zdiva vyvolané jak špatnými základy, tak i narušením kořeny v minulosti nevhodně vysazených stromů. V současné době je provedeno nové zdivo legionářského hrobu na kvalitně provedené základy v návaznosti na komplexní rekonstrukci obvodové zdi a ostatních zařízení hřbitova. Následně bude provedena konzervace kovových desek, nápisu, schránky s prstí a uren a tyto budou opětovně instalovány.

Na rekonstrukci legionářského přispěl díky naší žádosti Jihočeský kraj dotací ve výši 50 tisíc korun.





Městys Křemže

vás zve na přednášku

Jiřího Barty

o knihách Klet', milovaná hora
a Knížecí stolec, tajuplná hora

Kde: sál radnice ve Křemži

Kdy: sobota 15. prosince 2012 od 18.00 hodin



Upozornění

Upozorňujeme občany,
že dne 31. 12. 2012
nebude Úřad městyse Křemže
přijímat žádné platby
v hotovosti

– např. za žetony na popelnice,
za ověřování atd.

**Děkujeme
za pochopení**

Dne 21. 12. a 31. 12. 2012
budou úřední hodiny
Úřadu městyse Křemže pouze
do 12:00 hodin.



Náš městys byl opět úspěšný
v třídění odpadu

Městys Křemže obsadil
3. místo v soutěži
„Jihočeši třídí odpady“,
a to za III. čtvrtletí 2012
v kategorii měst a obcí
s 2000 – 7000 obyvateli.

LIPNO DĚTĚM

aneb LIPENSKÝ PERNÍČEK

www.lipno.info
Lipno baví
 děti i rodiče



sobota

8. 12. 2012

10:00 – 15:30 hodin

Lipno nad Vltavou

- ♦ **tvůrivé dílny** (pečení vánočních perníčků, výroba přáníček, kreslení, lepení, vystřihování ad.)
- ♦ **malování na obličej**
- ♦ **čtení pro děti**
- ♦ od 14.30 hodin **pohádka pro děti** Jak statečný Honzík zoubky své zachránil
- ♦ **slosování o ceny**



A navíc pro účastníky dětského dne ve věku od 6 do 15 let:
 jízda tobogánem na Stezce korunami stromů Lipno zdarma*
A pro děti i dospělé účastníci se dětského dne:
 vstup na 2 hodiny do bazénu: dltě 60 Kč, dospělý 80 Kč
 * Tobogán Stezky korunami stromů bude v případě nepříznivé počasí uzavřen.

Více informací na
www.lipno.info,
 příp. na telefonu
 731 410 800

Těšíme se na Vás!

KŘEMEŽSKO - měsíčník
 Vydává: Městys Křemže
 Náměstí 35
 382 03 Křemže
 www.kremze.cz
 DIČ: CZ00245950

Zodpovídá: J. Troup
 Redakce: J. Boršovský, J. Cipinová,
 Petr Resch, Jan Mejzlík
 P. Brtínský
 MK ČR E 11574
 Uzávěrka: 30. 11. 2012

Tisk: Josef Posekany
 tel.: 387 312 242
 www.posekany.cz
 Počet výtisků: 450 ks