



Andělák listopad 2014



Životní jubileum oslaví

Langer Oskar 82 let

Kučera Josef 64 let



Oslavencům

SRDEČNĚ BLAHOPŘEJEME

Blahopřejeme novomanželům



Stanislava Fajmonová a Petr Brixel, Andělská Hora č.p. 131

Vítáme nového občánka Andělské Hory

Matthiase Kühnela Andělská Hora č.p. 136





Andělák listopad 2014

Městský úřad informuje



Kontakty, na kterých nás najdete

Městský úřad - 554 737 030, 554 725 713

e-mail: andelskahora@cbox.cz

starosta, 603 496 194,

místostarosta, 554 737 030

Marcela Kapounová, Jitka Eichlerová – 554 725 712, 554 725 714

Petr Svozil, technicko-hospodářský pracovník - 723 150 590

Tenisové kurty: paní Marcela Silnicová - 604155682

Internet: www.andelskahora.info

ID datové schránky Andělské Hory: [dd3bytd](#)



Pracovní doba

pondělí a středa **od 7.00 hod do 17.00 hod.**

úterý a čtvrtek **od 7.00 hod do 15.00 hod**

pátek **od 7.00 hod do 13.00 hod**

Pokladna

pondělí a středa **od 7.30 hod do 16.45 hod**

úterý, čtvrtek, pátek **7.30 hod do 13.00 hod**



Andělák listopad 2014

Polední přestávka: 12.00 hod do 12.30 hod



Víte, že

- vývoz komunálního odpadu provedou TS Bruntál ve dnech 4. a 18. listopadu 2014
- manželé **Brunhilde a Gerd Rothovi** napsali do časopisu Freudenthaler Ländchen v měsíci září, kde popisují, že byli na zájezdu v České republice a zastavili se také v Andělské Hoře, kde se zrovna pořádala tradiční Annenská pouť na Annabergu..

474

Freudenthaler Ländchen

September 2014



Engelsberg

**Brunhilde & Gerd Roth, Meerkamp 47,
26133 Oldenburg, Tel. 04 41/4 57 31,
E-Mail: gerd.roth@ewetel.net**

Geburtstag feiern im Oktober:

82. Frau **Erna Steinhäuser**, am 3.10.,
Hermann-Hesse-Straße 17, 73092
Heiningen

86. Herr **Rudolf Jursitzka**, am 10.10.,
Hölderlinstr. 20, 71088 Holzgerlingen

87. Frau **Helma Riedel**, am 15.10., Gothaer Str. 12, 96472 Rödental

90. Herr **Rudolf Krail**, am 18.10., Frühlingsstr. 118, 83435 Bad Reichenhall

Den Geburtstagskindern wünschen wir Gottes Segen!

Liebe Engelsbergerin, lieber Engelsberger,

mit diesem Heft halten Sie die erste Ausgabe in der Hand, für die wir als die neuen Ortsbetreuer für Engelsberg zu-



die Sie erzählen möchten, das tägliche

Manželé popisují, jak se šlo alejí s křížovou cestou ke kostelu na Annabergu, kde příchozí poutníky očekávala mladá skupina Dobrovolných hasičů z Andělské Hory ve stánku s občerstvením. Na místě mezi kostelem a bývalou hájovnou byly postavené dva stany, které chránily přítomné účastníky před sluncem. Mimo to si mohli přítomní poutníci odpočinout na lavicích, které byly rozprostřeny



Andělák listopad 2014

kolem kostela.

Pod dalším stanem byl improvizovaný oltář, kde pan farář z Malé Morávky konal bohoslužbu. Této mše se zúčastnilo více jak 100 věřících, kteří zpívali a modlili se. Ke konci mše, před požehnáním, byli poutníci informováni o tom, že oprava kostela a okolí bude ukončena v tomto roce.

Několik stánků nabízelo přítomným poutníkům možnost se občerstvit pitím, zmrzlinou, klobáskami a různými dobrotami, aby doplnili vydanou sílu na zpáteční cestu. Také malé dárky, nebo hračky pro děti, bylo možno zakoupit.

V každém případě manželé věří, že Anennská pouť se v roce 2015 bude konat již v opraveném kostele.

Po konci požehnání pan starosta Miroslav Novotný nabídl návštěvníkům malé koláčky a tím započala volná zábava.

Dveře kostela byly otevřené, takže přes mříže se mohli účastníci poutě podívat dovnitř kostela, kde však pouze viděli lešení, zakrytý oltář, velké praskliny ve zdech i stropu kostela. Rovněž zvenčí bylo lešení kolem celého kostela. To vše dokazuje sílu a znalost všech lidí, kteří se snaží o to, aby kostel byl opět opraven ke své kráse.

Vedly se různé debaty, fotografovalo se, prostě pout' jak má být.

Bronhilde a Gerth Roth

Chtěl bych touto cestou poděkovat naší občance, paní Hermíně Kühnelové, že tento článek přeložila z německého časopisu Freudenthaler Länchen.

Miroslav Novotný- starosta města



Andělák listopad 2014

Zastupitelé Města Andělská Hora

Kandidát	věk	hlasy		Navrhující strana	Politická příslušnost	Pořadí zvolení
		abs.	v%			
<i>Caletková Hana</i>	33	35	17,58	NK	BEZPP	1
<i>Dlabačová Janka</i>	59	91	15,68	NK	BEZPP	3
<i>Langer Ladislav</i>	52	54	14,43	NK	BEZPP	2
<i>Lengsfeld Jar.,Ing.</i>	41	101	17,41	NK	BEZPP	2
<i>Novotný Miroslav</i>	49	170	29,31	NK	BEZPP	1
<i>Svobodová Simona</i>	36	66	17,64	NK	BEZPP	1
<i>Vavřík Dušan</i>	70	80	26,40	NK	BEZPP	1



Andělák listopad 2014



V Andělské Hoře dne: 9.10.2014

Poděkování

Jménem SDH a JSDH bych chtěl srdečně poděkovat panu starostovi Miroslavu Novotnému za skvělou spolupráci v uplynulém volebním období. Ač tato spolupráce neprobíhala vždy hladce, po projednání všech argumentů ve většině případů došlo k pozitivním výsledkům, zejména si velice si ceníme a děkujeme za zahájení výstavby zázemí pro hasiče z Andělské Hory, ale také při přípravě různých kulturních a společenských akcí. Přejeme mnoho úspěchů v nadcházejících komunálních volbách, ale také v osobním a pracovním životě a budeme se těšit na spolupráci po případném znovuzvolení do funkce starosty města. S pozdravem

Petr Černota

Velitel SDH a JSDH Andělská Hora

Volby v Karlově Studánce: policejní dohled a napjatá atmosféra



Napjatá atmosféra panovala během prvního dne voleb v Karlově Studánce. Starostka obce Radka Chudová vyškrtla ze seznamu voličů šestadvacet lidí s odůvodnění, že se přihlásili k pobytu v obci účelově, aby ovlivnili komunální volby. Vyškrtnutí voliči hrozili, že budou blokovat volební místnost.



Andělák listopad 2014

Aby k tomu nedošlo, hlídkovala u volební místnosti na obecním úřadu policie. Někteří z vyškrtnutých voličů se pokoušeli odvolit, to jim ale volební komise neumožnila. Volební komise také rozhodla, že do místnosti pro volby bude pouštět maximálně dva voliče najednou, odůvodnila to malou velikostí místnosti. V Karlově Studánce stojí proti sobě dvě kandidátky, Hnutí sociálně slabých a Sdružení nezávislých kandidátů – Spokojení občané.

Za kandidátkou Hnutí sociálně slabých je Ludvík Zifčák, do jehož místního hotelu se vyškrtnutí voliči přihlásili k trvalému pobytu. Obdobná situace byla v Karlově Studánce před čtyřmi lety, volby se zde potom opakovaly.

Autor: Dalibor Otáhal

V neděli 12.10.2014 proběhla ve svatostánku v Malé Morávce Děkovná dožínková mše pod vedením P. Mgr. Marka Žukowského. Tato akce byla velice zdařilá a moc velké díky za ni.

Miroslav Novotný





Andělák listopad 2014

At' lidé s trvalým pobytem na úřadě přijdou o řidičák i živnosták, žádají obce.

Počty lidí hlášených na úřední adrese, tedy s trvalým pobytem na obecním úřadě, rok od roku neúprosně rostou. Velmi často přitom nejde o bezdomovce. Jsou to vychytralci, kteří se pokoušejí vyvrát nad exekutory, nad oběťmi vlastních podvodů nebo se snaží skrýt před policejními, soudními a úředními obsílkami. Ministerstvo vnitra chce proto zneužívání úředních adres vystavit stopku. „V současné době pracujeme na věcném záměru zákona o evidenci obyvatel a rodných číslech, který by měl řešit i uvedenou problematiku. Podle Legislativního plánu prací by měl být předložen vládě do března 2015,“ sdělila Právu mluvčí úřadu Hana Malá.

Odebrat živnosták a řidičský průkaz

Jaké přesné řešení ministerstvo vnitra plánuje, zatím není jasné. Ani to, zda bude chtít možnost mít trvalý pobyt hlášený na úřadě pouze omezit, nebo úplně zakázat. Ze statistik, které ministerstvo poskytlo Právu, však jasně vyplývá, že není na co čekat. Například k 1. lednu evidovalo ministerstvo téměř 360 tisíc lidí s trvalým pobytem na úřadě. Za posledních pět let se počet více než zdvojnásobil.

„Mělo by to (připravovaný zákon – pozn. red.) řešit i tuto problematiku, aby to číslo kleslo,“ uvedla Malá.

Po změnách volají například města a obce. „Je to neustále rostoucí nepořádek ve státě. Naprostá většina těch lidí nejsou bezdomovci, jenom jsou vyčuraní,“ říká kladenský primátor a šéf Svazu měst a obcí Dan Jiránek (ODS). Obce to zatěžuje kvůli tomu, že jim chodí pošta pro lidi, kteří jsou oficiálně bez domova, ale i proto, že mnohdy samy zbytečně platí



Andělák listopad 2014

poštovné, když se někomu snaží doručit zásilku v rámci správního řízení. Třeba kvůli pokutě. A nejde jen o obce, ale i o policii nebo soudy.

„Je potřeba zabránit masívnímu zneužívání,“ uvádí Jiránek rezolutně. A zároveň nabízí možné řešení. „Svaz měst a obcí trvale navrhuje, aby takoví lidé neměli živnosták, neměli řidičák, neměli pas a podobně. Protože jestli jsou to opravdu bezdomovci, tak samozřejmě tyto věci nepotřebují,“ míní Jiránek. „Podle nás by to byl elegantní způsob, jak ty lidi přinutit, aby se hlásili opravdu na adresu, kde se zdržují. Nikoli na umělou adresu ohlašovny,“ dodal pro Právo Jiránek.

Před exekutorem neochrání

Řešením by podle něho ale nebyl úplný zákaz. Je totiž třeba myslet na lidi, kteří skutečně nemají kde bydlet. Například bezdomovci nebo matky s dětmi v nouzi.

V některých budovách, v nichž sídlí obecní úřady, navíc podle Jiráňka fakticky někdo bydlí. V současné době je podle Jiráňkových slov nemožné tyto obyvatele odlišit od těch, kteří na úřadě žijí jen naoko.

Častým důvodem, kvůli kterému si lidé zařizují bydliště na úřadě, jsou dluhy. Názor, že úřední adresa dokáže ochránit před exekutorem, je ale podle zástupců Exekutorské komory České republiky pouhou fámou.

„Skutečný pobyt neplatí a místo, kde má uložené svoje věci, je soudní exekutor schopen na základě informací od různých institucí a orgánů dohledat během několika minut,“ uvedl k tomu člen prezidia komory Jiří Prošek.

„Účelové jednání dlužníka tak pouze neúměrně a zbytečně zaměstnává úředníky obecních úřadů,“ doplnil na toto téma pro Právo Prošek.



Andělák listopad 2014

Pokud chce dlužník prostřednictvím odhlášení trvalého pobytu pouze docílit toho, aby mu nebylo možné doručit poštu, je tím podle mluvčí komory Petry Báčové sám proti sobě, když pak neví o tom, co se děje. Navíc platí fikce doručení. To znamená, že i když si dotyčný úřední zásilku nepřeveze, po deseti dnech se považuje za doručenou.

Úřední adresy využívají i podnikatelé

Úřední adresy často využívají i nepoctiví podnikatelé. Typicky živnostníci, kteří si nechají předem zaplatit za práci, kterou pak neodvedou. Když se je jejich podvedení zákazníci následně snaží najít, zjistí, že tito podnikatelé oficiálně bydlí na obecním úřadu.

„Vezměte si třeba, že živnostník nabízí lidem nějaké služby, ale tvrdí, že bydlí na magistrátu. Jak ho člověk, který bude chtít něco reklamovat, může sehnat? Nemůže,“ podotýká Jiránek.

Obce to zatěžuje kvůli tomu, že jim chodí pošta pro lidi, kteří jsou oficiálně bez domova, ale i proto, že mnohdy samy zbytečně platí poštovné, když se někomu snaží doručit zásilku v rámci správního řízení. Třeba kvůli pokutě. A nejde jen o obce, ale i o policii nebo soudy.

„Je potřeba zabránit masívnímu zneužívání,“ uvádí Jiránek rezolutně. A zároveň nabízí možné řešení. „Svaz měst a obcí trvale navrhuje, aby takoví lidé neměli živnosták, neměli řidičák, neměli pas a podobně. Protože jestli jsou to opravdu bezdomovci, tak samozřejmě tyto věci nepotřebují,“ míní Jiránek.

„Podle nás by to byl elegantní způsob, jak ty lidi přinutit, aby se hlásili opravdu na adresu, kde se zdržují. Nikoli na umělou adresu ohlašovny,“ dodal pro Právo Jiránek.

Informační zdroj: Jiří Hardoš, PRÁVO Za MěÚ - Andělská Hora, Jitka Eichlerová



Andělák listopad 2014

Přinášíme poděkování v původním znění

Váženy paní Eichlerová

Děkuji vám a paní Kühnelová za uvítání ve Andělské Hoře. Strávili jsme moc krásný čas. Moje babička si pamatuje kostel sv. Anny: Ona cestovala se svou babičkou. To je hodně dlouho - asi 90 roků! :) Moje babička má 100. narozeniny v prosinci.

Když vy nebo paní Kühnelová uslyšíte něco o rodině Merfort, můžete odeslat informace na tuto e-mail adresu - děkuji. Předci byli tkalců ve Andělské Hoře a pak obchodníci. Otec mé babičky (Josef Merfort) se narodil 1885 ve Andělské Hoře. Jeho otec (Alois Merfort) byl obchodník - živil v domě 123. V roce 1890 učinil sčítání lidu. Moje babička slyšel, že předek byl starosta - ale nevíme zda je to správné.

Pošlu v příloze dva dokumenty (navštěva a foto s babičkou).

S pozdravem,
Jördis Kutscher





Andělák listopad 2014

Naše školy informují rodiče – a nejen je

Mateřská škola ve Světlé Hoře

Podzimní sluníčko nás stále zahřívá a šimrá svými paprsky, a tak je pro nás děti podzim radostný a veselý. Kouzlíme barvičkami, čteme si příběhy související s podzimem, zpíváme přírodě a radujeme se ze společných her a zábavy.

V úterý **14. října** přijelo do naší školky divadlo s představením Polámané hračky, O lakomé Markétce a O Kubovi a sirkách. Příběhy byly moc pěkné a zároveň pro děti poučné.

Ve čtvrtek **16. října** přijela do naší školky **Policie ČR**. Ne, neobávejte se, v naší školce je vše v pořádku. Policisté si přijeli za dětmi popovídat o své práci, ale i nebezpečí, které může děti potkat, jak se mu vyhnout a ukázali dětem nejen všechny pomůcky, ale i policejní auto.

Ve čtvrtek **23. října** jsme se sešli na společném tvoření rodičů a dětí – **PODZIMNÍČKOVÍ**. Každý, kdo přišel, si mohl vytvořit podzimníčkové prostírání, ježkova jablíčka i hrušky a udělat něco užitečného na zimu pro ptáčky – semínkovou kouli, kterou bude každý moci dát na své okno či do krmítka.

V sobotu **25. října** jsme přivítali nové občánky Světlé Hory programem veselých dětských písniček a básniček.

Co nás čeká?

V pondělí **3. listopadu** pojedeme s předškoláčky do **základní školy** na projektový den, abychom si nejen něco vytvořili, ale především se setkali s kamarády, kteří jsou již prvňáci.

Na čtvrtek **20. listopadu** připravujeme společné setkání rodičů a dětí na téma **RODINA**, na které všechny srdečně zveme. Přijďte se pobavit, zasmát i něco smlsnout, protože bude vařit celá rodina.



Andělák listopad 2014

Konec měsíce listopadu nám přinese tolik očekávanou dobu, dobu předvánoční a tak nás ještě čeká **29. listopadu** milé setkání u **vánočního stromu**, kde chceme i my přispět k předvánoční atmosféře pásmem koled a básní.

Michaela Horáková, zástupkyně ředitele pro MŠ

Základní škola v Andělské Hoře



Dne 9. 10. 2014 jsme započali tolik očekávanou rekonstrukci našich školních budov. Jsme velice rádi, že investice za bezmála 25 000 000 korun dopadla dobře, vyřešily se všechny administrativní záležitosti a rekonstrukce začala. Pochopitelně velmi děkujeme zřizovateli za to, že se tato aktivita uskutečnila, což je pro nás velmi dobrý důkaz o zachování naší školy.

Po dobu rekonstrukce bude dočasně zablokován hlavní vchod budovy druhého stupně, přístup do budovy je možný přes šatny, kde je od pondělí 13. 10. 2014 zřízena služba z řad pracovníků Města Andělská Hora. Rovněž lze kdykoliv kontaktovat vedení školy na čísle 603 717 216. Kolem stavby jsou vybudovány koridory, čímž je zabezpečen bezpečný vstup do obou budov.

Každý pátek je naplánován kontrolní den, kdy se vedení školy dozví vždy plány stavby nadcházejícího týdne – proto bedlivě sledujte naše webové stránky, zpravodaje a deníčky svých dětí, kde budeme o všem informovat.

Děti jsme řádně poučili, aby dbaly zvýšené opatrnosti, např. pohyb mezi budovami musí být vždy za účasti pedagoga apod. Prosíme tedy, abyste omluvili obtížnější přístup do budovy, a zároveň věříme, že i vy se těšíte na nový „kabát“ naší školy.

Naši žáci se za asistence pana učitele Peňáze účastní nového projektu: **Sazka**



Andělák listopad 2014

Olympijský víceboj, což je jeden z klíčových projektů Českého olympijského výboru v rámci dlouhodobé kampaně na podporu sportu a zdravého životního stylu – Česko sportuje.

Jeho hlavním cílem není soutěžit o nejlepší výkony, ale v průběhu běžných hodin tělesné výchovy zapojit co nejvíce žáků 1. – 9. ročníku základních škol do 8 měřitelných disciplín a zároveň je motivovat k tomu, aby sportovali i ve svém volném čase. Po splnění všech 8 disciplín sestaví tým odborníků z **Českého olympijského výboru** žákovi individuální zprávu, tzv. Sportovní vysvědčení. Díky němu bude možné každému dítěti poradit, jaké jsou jeho silné stránky, doporučit mu cviky na rozvoj slabších schopností a stanovit jeho pohybový typ spolu s okruhy sportů, ve kterých bude nejlépe rozvíjet svůj talent.

Vedle toho žáci ještě získají doporučení na vhodné sportovní kluby v jejich okolí. Další součástí tohoto víceboje je tzv. **Olympijská hlídka**. Jde o motivační program pro školy. Na vybraných školách bude zorganizován moderovaný hodinový sportovní program, který bude obsahovat společnou „rozcvičku“, možnost zasportovat si s českými olympioniky, krátkou besedu a další zajímavý program. **Protože se naše škola zaregistrovala do Sazka olympijského víceboje mezi prvními ZŠ v republice, získala tímto zdarma sportovní náčiní v hodnotě 5.000,- Kč a především Sportovní žákovské knížky se samolepkami pro žáky 1.– 3. ročníku.** Díky těmto knížkám budou moci děti plnit různé zábavné pohybové i výchovné aktivity i mimo vyučování. Zároveň se budeme snažit být aktivní v plnění daných disciplín víceboje, abychom na naší školu „přilákali“ Olympijskou hlídku, což by byl zcela jistě veliký zážitek pro všechny naše žáky.

Paní učitelka Kyšová rovněž zahájila tradiční florbalovou přípravu pro žáky naší školy. V pátek 17. 10. 2014 začala letošní florbalová sezóna. První turnaj v rámci Okresní florbalové ligy se konal v Břidličné. Naši žáci (Dominik Fajmon, Petr Mako, Ondřej Hynek, Natali Bušiková, Lucie Krajčovičová, Adéla Gocalová a Marie Andrysová) změřili své síly s týmy z Vrbna, Karlovic, Albrechtic, Rýmařova, Bruntálu (dva týmy ZŠ Jesenické a ZŠ Okružní) a domácí Břidličné. Síly týmů jsou letos opět vyrovnané -





Andělák listopad 2014

my jsme se rvali udatně. Jako jediný tým jsme měli nejvíce dívek, kterým někteří vedoucí jiných týmů říkali „dračice“. Opět jsme ukázali, že umíme bojovat čistou hrou. Pořadatelé umožnili čekajícím hráčům na jejich zápas využít k odpočinku i sportu kousek jejich tělocvičny. Co říci na závěr. Snad jen mnoho štěstí do dalších sportovních akcí.

PŘESPOLNÍ BĚH V BŘIDLICHÉ - 1. 10. 2014

Ve středu 1. října se uskutečnilo v Břidličné okresní kolo závodu v přespolním běhu základních a středních škol, který je zařazen v kalendáři soutěží Asociace školních sportovních klubů. Naše škola vyslala na tento závod 21 žáků, kteří soupeřili s žáky z dalších 10 základních škol z okresu Bruntál v 6 kategoriích.

Zde jsou sportovci, kteří reprezentovali naši školu:



- Kategorie II. H (hoši 4. -5. ročník ZŠ) - **Andrys Matyáš** (V. A)
- Kategorie II. D (dívky 4. -5. ročník ZŠ) - **Kupková Kristýna, Jurmanová Terezie** (obě V. A)
- Kategorie III. H (hoši 6. -7. ročník ZŠ) - **Valenta René** (VI. A), **Jurman Václav** (VI. A), **Kameníček Rostislav** (VI. A), **Hynek Ondřej** (VII. A), **Mako Petr** (VII. A), **Rončák Radek** (VII. A)
- Kategorie III. D (dívky 6. -7. ročník ZŠ) - **Metelková Marie, Maňasová Klára, Hudcová Tereza, Andrysová Marie, Vaváková Tereza, Lengsfeldová Barbora** (všechny VII. A)
- Kategorie IV. D (dívky roč. nar. 2001 - 1998) - **Andrysová Terezie** (IX. A), **Kučerová Michaela** (IX. A), **Bušíková Natali** (VIII. A), **Kameníčková Zdeňka** (VIII. A), **Jurmanová Nikola** (VIII. A)
- Kategorie IV. H (hoši roč. nar. 2001 - 1998) - **Valenta Daniel** (VII. A)



Andělák listopad 2014

Všichni žáci se snažili v silné konkurenci podat nejlepší výkon v rámci svých možností. Mezi jednotlivci se nejlépe dařilo Natali Bušikové, která obsadila ve své kategorii 10. místo, Barboře Lengsfeldové (15. místo) a Ondrovi Hynkovi (17. místo).

Všem našim závodníkům patří poděkování za reprezentaci Základní školy v Andělské Hoře.

BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

Z důvodu častých dotazů, jak je naše škola zabezpečena proti vstupu cizích osob v souvislosti se smutnou událostí, která se stala na škole ve Žďáru nad Sázavou, níže uvádíme pokyn ředitele školy ze dne 21. 10. 2014.

Vážení rodiče,

naším společným zájmem je maximální bezpečnost žáků i zaměstnanců ve škole. Proto byl dnes vydán nový pokyn k zvýšení bezpečnosti, který vám specifikujeme níže. Chápeme, že se vám nemusí některá nařízení líbit, ale ono drobné nepohodlí není vysoká cena za vyšší bezpečnost dětí. Jedná se o následující opatření:

Budova prvního stupně

- *Budova je opatřena zvonky, proto se při ranním příchodu do školy hlase zvoněním na příslušnou třídu. K dispozici je také telefon na budovu prvního stupně s číslem 603 854 930. V případě potřeby je k dispozici i telefon na ředitelství 603 717 216.*
- *Přivádíte-li nebo vyzvedáváte dítě z 1. stupně, zvoňte na zvonek příslušné třídy, vstupujte pouze do vestibulu nebo do šatny svého dítěte. Neprocházejte šatnami k družině na druhou stranu!*



Andělák listopad 2014

Budova druhého stupně

- Budova je z důvodu rekonstrukce přístupna **vchodem z šaten dětí**, kterou do 7:30 hodin hlídá pan **školník**. V období od 7:30 hodin do 13:30 hodin je přítomna **služba** z řad pracovníků Městského úřadu Andělská Hora. Přijdete-li v tomto období ke škole, neváhejte zaklepat na vchodové dveře, případně zatelefonujte na telefon ředitelství 603 717 216.
- Po 13:30 hod. zůstávají dveře zamčeny a k dispozici je telefon na ředitelství 603 717 216.
- Po ukončení rekonstrukce bude zabudován **kamerový systém**, zároveň bude obnoven přístup do školy hlavním vchodem, který je osazen zvonkem a „mluvítkem“.
- Jdete-li za pedagogickými pracovníky školy nebo za svými dětmi v průběhu vyučování přímo do školy (nejen k šatnám), vstupujte po dobu rekonstrukce zásadně **vchodem přes žákovské šatny** – budova druhé stupně. Službu konajícímu pracovníkovi se řádně ohlaste, řekněte, za kým jdete a vyčkejte jeho pokynu.

Budova školní družiny

- Přivádíte-li nebo vyzvedáváte družinové dítě, dodržujte určený prostor a nevstupujte do školní družiny. **Zazvoňte na zvonek** a vyčkejte příchodu paní vychovatelky.

Školní jídelna

- Je-li vaše dítě nemocné, máte pouze první den jeho nepřítomnosti nárok odebrat stravu. Sdělte vedoucí školní



Andělák listopad 2014

*jídelny přes telefon 603 717 216 nebo e-mailem, o jakého žáka se jedná. Čekáte-li, až vaše dítě poobědvá, **nevstupujte spolu s ním do jídelny a zůstaňte prosím na chodbě.***

Pokud vám komplikujeme život, omlouváme se, ale zajištění bezpečnostních a hygienických podmínek vnímáme jako prioritu.

Mgr. Jan Vavřík, ředitel školy

Informace ze školní jídelny

V měsíci listopadu zavedeme pro děti novinku. Děti si budou moci sestavit jídelníček pro celou školu na jeden týden. Ti, kteří si myslí, že je to jednoduché poznají, že je to právě naopak. Každá třída dostane pokyny s hygienickými a nutričními požadavky o správné výživě a podle nich pak sestaví své návrhy. Uvidíme, zda se to dětem podaří. Zástupci vítězné třídy budou pozváni do ředitelny školy, kde proběhne schůzka s vedoucí školní jídelny a bude vybrán termín, kdy bude realizován jejich návrh. Zároveň se všichni strážníci budou moci těšit na nový domácí moučník.

Zájemci o placení stravného bezhotovostním způsobem se mohou zkontaktovat s vedoucí školní jídelny (paní Bohdana Víkartovská), která od 1. 9. 2013 řídí jídelnu v Andělské, ale také ve Světlé Hoře. Kontakt: 554 737 031.

Stravné na měsíc listopad (neplatíte-li bezhotovostně) můžete zaplatit už v předposledním úplném listopadovém týdnu v **pondělí 24. listopadu.**

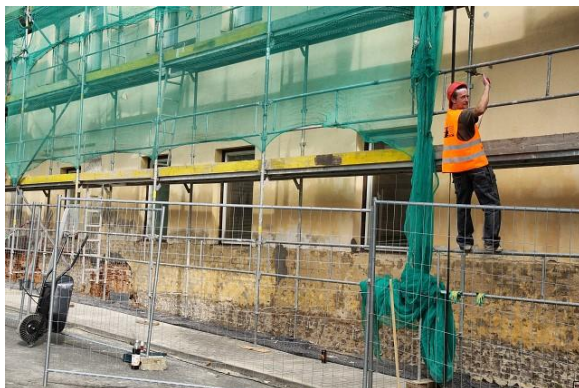
Co nás čeká v listopadu?

- Třídní schůzky – 6. listopadu
- Projekt Malý mezi velkými – STAGE – 12. listopadu (VII. A – IX. A)
- Platby stravného – 24. listopadu
- Den otevřených dveří, volba do školské rady – 27. listopadu

Mgr. Jan Vavřík, ředitel školy



Andělák listopad 2014



Zprávy ze školní meteorologické stanice Období: 20. 9. – 20. 10. 2014

Název stanice: **Andělská Hora** Nadmořská výška: **675 m n. m.**
Zeměpisná šířka: **50° 06' s. š.** Zeměpisná délka: **17° 24' v. d.**

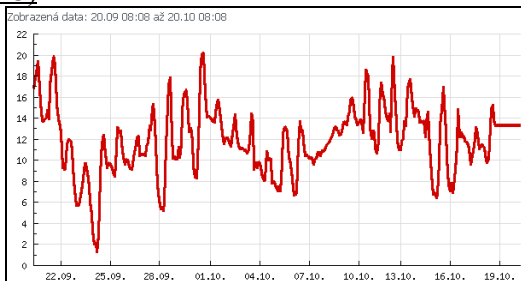
Naměřené hodnoty meteorologických veličin v období 20. 9. – 20. 10. 2014		
	datum	hodnota
Nejnižší naměřená teplota (°C)	24. 09.	1,4
Nejvyšší naměřená teplota (°C)	30. 09.	20,3
Nejvyšší úhrn srážek (mm)	23. 09.	11,8
Nejvyšší rychlost větru (km/h)	02. 10.	14,5



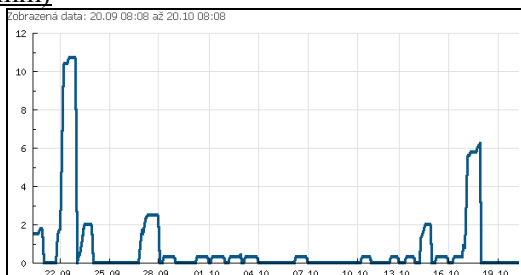
Andělák listopad 2014

Minulý měsíc jsme občas zažívali aprílové počasí - střídání teplot a časté mrholení. Mrholení se často vyskytovalo od 28. září do 17. října. Teploty se většinou pohybovaly okolo 12 °C. Vítr za celé sledované období byl převážně mírný.

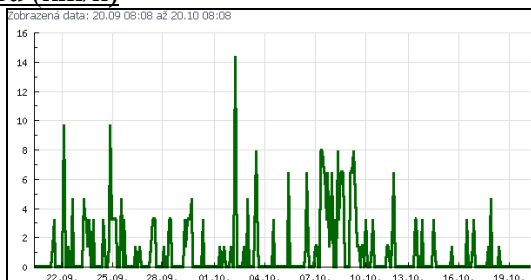
Průběh teplot (°C)



Úhrny srážek (mm)



Rychlosti větru (km/h)



Mgr. Eva Kyšová



Andělák listopad 2014

OZNÁMENÍ - VAŘENÍ OBĚDŮ

JITŘENKA V RUDNÉ POD PRADĚDEM č.p.206

Vážené dámy, vážení páni, oznamujeme Vám, že dnem **1.11.2014** je zahájena **PRVOTNÍ REGISTRACE STRÁVNÍKŮ** pro GASTRO SLUŽBY Jitřenky pod Pradědem s.r.o. Nová gastro provozovna **JITŘENKA** zahajuje svůj provoz **počátkem prosince 2014** a to na adrese sídla firmy :Stará Rudná 206 (v místě, kde se v létě prodává MOBILNÍ TOČENÁ ZMRZLINA, u RD manželů Kotrlových).

DOSAVADNÍ SORTIMENT (obložené bagetky, domácí pečivo sladké i slané, fornetti, obložené chlebičky, káva s sebou, zákusky aj.)BUDE ZACHOVÁN, NOVINKOU BUDE MOŽNOST OBJEDNÁNÍ CHUTNÝCH OBĚDŮ DO JÍDLONOSIČŮ. JÍDELNÍ LÍSTKY SE JIŽ PŘIPRAVUJÍ, STRÁVNÍCI BUDOU VČAS INFORMOVÁNI. BEZLEPKOVÉ SPECIFIKACE BUDOU ZAŘAZOVÁNY, VARIACE FIT LINIE TAKTÉŽ!

Jedná se o klasický objednávkový systém stravy. V současné době nabízíme stravu pro všední dny PO-PÁ. Pro velkou poptávku plánujeme v novém roce i víkendové stravování. Objednanou stravu si můžete vyzvednout osobně na adrese provozovny = sídla společnosti, a nebo se obrátit na kurýrní službu, která donášku objednaného zboží zajišťuje pro zákazníky **JITŘENKY ZDARMA!!!**

PRO BLIŽŠÍ INFORMACE VOLEJTE 739/438 761, NEBO 731/714 056 , popřípadě se obračejte písemně na anna.kotrlova@email.cz či osobně v sídle společnosti. Denní výběr: 2-3 menu. Cena oběda : 75,-Kč /na osobu (donáška ZDARMA)

Vaříme chutně, vaříme s láskou, vaříme pro Vás...! TÝM JITŘENKA

JITŘENKA POD PRADĚDEM s.r.o., IČ:02835258, DIČ:CZ02835258

Stará Rudná 206, Rudná pod Pradědem 79335,
www.jitrenka.webgarden.cz



Andělák listopad 2014

Všem národům...

Národy spojte se a žijme v míru.
Národy my máme ozonovou díru.
Co dělá nafta v moři tak krásném,
co řekneme dětem, že svět jím hasne?

Továrny, aut a smogu je stále více,
zvířata hynou, hmyz, plazí i lvíce.
Ty deštné pralesy mizí dnem i nocí,
jsou naše plíce ne není jím pomoci.

Musíme bránit vše, atomem nám hrozí,
co krutá rakovina, umírají mnozí.
Co řekneme dětem...co jím asi dáme?
Co řekneme vnukům...co jím odevzdáme?

Dnes byznys, prachy, zla a křivd je mnoho
a bolestné je, že je to dnešní logo...

Marta Lazarová

Přinášíme další poděkování v původním znění

Dobrý den, pán Novotný!

Z celého srdce gratulujeme Vám a všem, kteří spolupracovali na rekonstrukci kostela sv. Anny, a obyvatelům města Andělská Hora k otevření kostela sv. Anny. Zejména těšíme se z toho, protože rodina Rudolfa Hartela velmi zasadil se o kostel. Johanna Hartel, rozená Riedel, manželka bývalého starosty města Andělská Hora, Franz Hartel, podarovala podlahovy krytiny pro kostela.

Jistě budete dělat krásné fotky otevření kostela sv. Anny. Můžeme dostat od Vás fotky ve formě souboru? Byli bychom velice rádi, foto nechat vytisknout v "Freudenthaler Ländchen".



Andělák listopad 2014

Práme Vám radostnou slavnost a pozdravujeme Vás

Brunhilde a Gerd Roth





Andělák listopad 2014



Děkovná mše svatá po rekonstrukci poutního kostela sv. Anny na Anenském vrchu dne 25. 10. 2014

Snad, za nás za všechny, kteří jsme se na Annenském vrchu sešli, nás zaujala slova, které na závěr přednesl zastupitel města pan Marek Jan:

Vážení poutníci, hosté a milí přátelé, dovoluji mi, abych Vás jménem města Andělská Hora co nejsrdečněji přivítal v poutním kostele sv. Anny na Anenském vrchu, u příležitosti děkovné mše svaté, po rekonstrukci celého objektu. Zvláště bych chtěl přivítat přátele z Polska, z družební obce Reńské Wsie, v čele s místostarostou panem Janem Domkem a pana senátora Jiřího Čunka s rodinou.

Jak sami můžete vidět, rekonstrukce kostela se velmi zdařila a tato kulturní památka, dnes září novotou a musí každého u srdce potěšit, jak mnoho úsilí a odborné práce, bylo potřeba vynaložit, aby tento chrám byl důstojným stánkem všech poutníků, kteří zavítají do tohoto kraje a do Andělské Hory.

Bez finančních dotací z Evropských fondů by nebylo možné, tak rozsáhlou rekonstrukci provést. O dotace na projekt kostela město usilovalo plných 10 let. Město Andělská Hora se na rekonstrukci podílelo částkou 20%. Chtěl bych



Andělák listopad 2014

touto cestou poděkovat stavební firmě Ing. Františka Jurčíka, jeho pracovníkům a památkářům atelieru Magistra umění Tomáše Skalíka, jak citlivě a obětavě v krátké době dokázali realizaci rekonstrukce celého objektu provést.

V neposlední řadě, bych chtěl poděkovat starostovi města Andělská Hora panu Miroslavu Novotnému, který přes jiné úkoly, které musí denně řešit v obci, svým obětavým přístupem přispěl k dokončení tohoto díla.

Dnešní děkovná mše svatá je vyvrcholením díky Bohu a Vám všem, kteří jste přispěli, nebo přispějete, jakýmkoliv způsobem na dokončení a dovybavení tohoto chrámu.

Chci také poděkovat otci Markovi, všem kněžím a ministrantům za bohoslužbu slova, kterou sloužili v tomto chrámu za doprovodu pěveckého sboru města Vrbna pod Pradědem, pod vedením Mgr. Leoše Sekaniny a v neposlední řadě také varhaníkovi panu Jiřímu Krátkému. Rovněž bych chtěl poděkovat paní Miladě Kočí z Andělské Hory za upečení výborných koláčků, Dominiku Bézovi ze Světlé Hory za ozvučení kostela

Po obřadech se ještě nerozcházejte, protože budete mít možnost si celý kostel v klidu prohlédnout a zaposlouchat se do zpěvu pěveckého sboru. Před kostelem bude k dobré pohodě, vyhrávat dechová hudba z Polska a Bruntálu. Rovněž je zde připraveno pro Vás malé pohoštění.

Na závěr bych chtěl poděkovat všem, kteří se podíleli na přípravě a organizaci a také Vám všem, kteří jste dnes přišli, nebo přijeli na Anenský vrch na děkovnou mši svatou do kostela sv. Anny. Ve sbírce, která byla uskutečněna přímo v kostele, se vybrala částka 11.293,-Kč, 97 zlotých, 2 eura a 5 centů, za kterou děkujeme.





Andělák listopad 2014





Andělák listopad 2014





Andělák listopad 2014





Andělák listopad 2014





Andělák listopad 2014



Vážený pane starosto,
chtěl bych Vám a všem dalším poděkovat za vydařené sobotní odpoledne.
Slavnostní, zorganizované, příjemné. Jistě to stálo mnoho úsilí všechny, kteří se
zapojili do přípravy. A to nemluvím o tom hlavním - tedy opravě kostela.
Tedy velký dík všem!

Za Pěvecký sbor města Vrba
Leoš Sekanina





Andělák listopad 2014



V sobotu 25. 10. 2014 ve 14.00 hod., proběhlo slavnostní otevření kostela sv. Anny na Anenském vrchu. Chci touto cestou poděkovat všem, kteří pomohli ať už s přípravou nebo se samotným programem. Neodpustím si, abych tyto aktéry nevyjmenoval. S celou přípravou a výzdobou kostela pomohl pan Jan Marek, úklid a přípravu kolem kostela pracovníci města. Nakrmení návštěvníků zajistili naši hasiči za pomoci kolegů z SDH Břidličná. Velký dík patří pěveckému sboru s Vrbna pod Pradědem pod vedením Mgr. Leoše Sekaniny. Dále chci poděkovat Mgr. Jiřímu Krátkému, za hru na varhany a Polské kapele za krásnou hru při mši a venku u kostela. Paní Miladě Kočí a dalším ženám děkuji za to, že napekly sladké koláčky.

Ještě jednou všem moc děkuji a těším se na další krásnou akci.

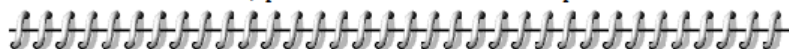
Miroslav Novotný - starosta





Andělák listopad 2014

Kulturní, sportovní a vzdělávací kalendář na listopad 2014



3. 11. Počítačový kurz pro začátečníky, 16:00–17:30, Střecha
4. 11. Podzimní koncert Pěveckého sboru města Vrbova, 18:00, Střecha
4. 11. VU3V kurz Baroko v Čechách, 14:00–15:30, Střecha
4. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. začátečníci), 16:00–17:30, Střecha
5. 11. Počítačový kurz pro pokročilé, 16:00–17:30, Střecha
5. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. pokročilí), 17:00–18:30, Střecha
6. 11. Úprava digitální fotografie, 16:00–17:30, Střecha
6. 11. Kurz francouzského jazyka (začátečníci), 17:30–19:00, Střecha
8. 11. Pohádka pro děti jejich rodiče „O chytré kmotře lišce“ v podání divadla Andromeda Praha, 15:00, Střecha
9. 11. Šachový turnaj, Střecha
10. 11. Počítačový kurz pro začátečníky, 16:00–17:30, Střecha
11. 11. Zkouška PSMV, 17:30, Střecha
11. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. začátečníci), 16:00–17:30, Střecha
12. 11. Kurz sebeobrany pro ženy a dívky od 15 let, 17:00–19:00, Střecha
12. 11. Počítačový kurz pro pokročilé, 16:00–17:30, Střecha
12. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. pokročilí), 17:00–18:30, Střecha
13. 11. Jazzový večer s V. Bandem Velké Losiny, 19:00, Střecha
13. 11. Univerzita volného času, přednáška na téma „Antarktida a česká věda v Antarktidě“, přednáší Ing. Bc. Pavel Kapler, Ph.D., 16:00–18:00, Střecha
13. 11. Úprava digitální fotografie, 16:00–17:30, Střecha
13. 11. Kurz francouzského jazyka (začátečníci), 17:30–19:00, Střecha
15. 11. Otevřené mistrovství Vrbova ve stolním tenise dvojic, 9:00, Sokolovna
16. 11. Míčová olympiáda, 9:00, Sokolovna
18. 11. Zkouška PSMV, 17:30, Střecha
18. 11. VU3V kurz Baroko v Čechách, 14:00–15:30, Střecha
18. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. začátečníci), 16:00–17:30, Střecha
19. 11. Počítačový kurz pro pokročilé, 16:00–17:30, Střecha
19. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. pokročilí), 17:00–18:30, Střecha
20. 11. Kurz francouzského jazyka (začátečníci), 17:30–19:00, Střecha
20. 11. Úprava digitální fotografie, 16:00–17:30, Střecha
20. 11. Francouzská komedie „Mafie a city“, hrají: Ivan Vyskočil, Lukáš Langmajer, Veronika Nová a Karel Zima, 19:00, Střecha
21. 11. Přátelské posezení, pořádá LKŽ Vrbovo, 16:00, Střecha
24. 11. Počítačový kurz pro začátečníky, 16:00–17:30, Střecha
25. 11. Zkouška PSMV, 17:30, Střecha
25. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. začátečníci), 16:00–17:30, Střecha
26. 11. Počítačový kurz pro pokročilé, 16:00–17:30, Střecha
26. 11. Kurz anglického jazyka (Call. m. pokročilí), 17:00–18:30, Střecha
27. 11. Klub zdraví, přednáška na téma „Kdo jsou židé“, Občanské sdružení knovská synagoga, 18:00, Střecha
27. 11. Univerzita volného času, přednáška na téma „Život je změna“, přednáší Mgr. et Mgr. Bc. Hana Vitásková, 16:00–18:00, Střecha
27. 11. Kurz francouzského jazyka (začátečníci), 17:30–19:00, Střecha
27. 11. Úprava digitální fotografie, 16:00–17:30, Střecha
28. 11. Vernisáž výstavy fotografií Jiřího Doležala z Olomouce „Mystéria Jesenické krajiny“, 17:00, Střecha
28. 11. Schůze KSČM, 16:30–18:30, Střecha
29. 11. Promítnutí nové české filmové pohádky „Zlatá kuželna“ scénaristy Pavla Vaňáska, která byla natočená v okolí Vrbova pod Pradědem, 15:00, Střecha
6. 12. Předvánoční prodejní přehlídka šperků a módních doplňků, dopoledne, Střecha
6. 12. Pohádka pro děti a jejich rodiče „Trampoty čertika Culinka“, divadlo Kapsa, 15:00, Střecha
- od 6. 12. Výstava vánočních ozdob a dekorací, Střecha. Výstava potrvá do 9. 1. 2015
- do 26. 11. Výstava Lovecké chaty Jeseníků, Střecha



Andělák listopad 2014

Kulturní akce Krnov:



MĚSTSKÉ INFORMAČNÍ A KULTURNÍ STŘEDISKO KRNOV



uvádíme v listopadu

Winx club, Labyrint: Útěk, Dead Snow: Rudý vs. Mrtvý, Mezi náhrobními kameny, Pohádkář, Sin City: Ženská, pro kterou bych vraždil, Interstellar, Pošťák Pat, Železná srdce, Jessabelle, Včelka Mája 2/3D, Hunger Games: Síla Vzduchu 1. část, Zmizelá, Magické stříbro - hledání kouzelného rohu 2D, Tučňáci z Madagaskaru 2/3D, Šéfové na zabití 2



neděle 16. listopadu v 18:00 hodin

KONCERT KE DNI DIABETU

Účinkují: Felix Slováček se skupinou Bystrík & Robo Papp, Big Band Krnov, Edelband a hosté

Vstupné: 100 Kč

středa 3. prosince v 19:00 hodin

PENZION PRO SVOBODNÉ PÁNY

komedie

Neuvěřitelné trampoty mladého muže, který zatouží po dámské společnosti.

Jeho rozmarná partnerka způsobí přívál zapeklitých situací.

Hraje: **Těšínské divadlo. Poslední představení v předplatném do divadla na rok 2014!**

Vstupné: 160 a 140 Kč (děti a studenti sleva 50 %)

neděle 14. prosince v 15:30 hodin

ČTYŘLÍSTEK V POHÁDCE

pohádka



Andělák listopad 2014

Čtveřice nerozlučných kamarádů Fifinka, Myšpulín, Pinda a Bobík se tentokrát vypraví do pohádky a zažijí tam jedno ze svých velkých a neopakovatelných dobrodružství.

Hraje: **Divadlo D5 Praha**

Vstupné: 60 Kč

středa 17. prosince v 19:00 hodin

VÁNOČNÍ SPECIÁL SKUPINY SCREAMERS

Nová show oblíbené pražské travesti skupiny parodující známé zpěvačky a osobnosti s nádhernou scénou, kostýmy, nápaditou choreografií, zábavným průvodním slovem a řadou vtipů – to vše zaručuje skvělou zábavu a odpočinek od předvánočního shonu.

Vstupné: 220 a 200 Kč



KONCERTNÍ SÍŇ SV. DUCHA

ul. Svatého Ducha



MĚSTSKÉ DIVADLO

Mikulášská 21

neděle 16. listopadu v 18:00 hodin

KONCERT KE DNI DIABETU

Účinkují:

**Felix Slováček se skupinou Bystrík & Robo Papp,
Big Band Krnov, Edelband a hosté**

Vstupné: 100 Kč

středa 3. prosince v 19:00 hodin

PENZION PRO SVOBODNÉ PÁNY

komedie

Neuvěřitelné trampoty mladého muže, který zatouží po dámské společnosti. Jeho rozmarná partnerka způsobí příval zapeklitých situací.

Hraje: **Těšínské divadlo. *Poslední představení v předplatném do divadla na rok 2014!***

Vstupné: 160 a 140 Kč (děti a studenti sleva 50 %)



Andělák listopad 2014

neděle 14. prosince v 15:30 hodin

ČTYŘLÍSTEK V POHÁDCE

pohádka

Čtveřice nerozlučných kamarádů Fifinka, Myšpulín, Pind'a a Bobík se tentokrát vypraví do pohádky a zažijí tam jedno ze svých velkých a neopakovatelných dobrodružství.

Hraje: **Divadlo D5 Praha**

Vstupné: 60 Kč

středa 17. prosince v 19:00 hodin

VÁNOČNÍ SPECIÁL SKUPINY SCREAMERS

Nová show oblíbené pražské travesti skupiny parodující známé zpěvačky a osobnosti s nádhernou scénou, kostýmy, nápaditou choreografií, zábavným průvodním slovem a řadou vtipů – to vše zaručuje skvělou zábavu a odpočinek od předvánočního shonu.

Vstupné: 220 a 200 Kč



KZSB - plán činnosti

Povídání o Gaskoňsku

Ve **středu 19. 11. 2014** pořádá Klub Za starý Bruntál cestopisnou přednášku „**Povídání o Gaskoňsku**“.

Zavítají mezi nás manželé Brabencovi z Bruntálu a podělí se s námi o své zážitky po cestě po této historické oblasti jihozápadní části Francie. Tato část země je regionem dobrého jídla a pití. Pověstné jsou ořechy, husí a kachní paštiky, víno a kozí sýry. Je zde mnoho skvělých památek a potkáte tu dobré lidi. Vše doplní prezentace obrázků obou cestovatelů. Akce začíná v **18 hodin v malém sále Městského divadla v Bruntále** – boční vchod směrem od banky bude otevřen od 17. 40 hod. do 18.05 hod.



Andělák listopad 2014

OPOP

partner for your heating

Český výrobce kotlů na tuhá paliva přináší teplo a pohodu do Vašich domovů již několik desetiletí.

NOVÁ ZELENÁ
ÚSPORAM

KOTLÍKOVÁ
DOTACE

ocelové kotle H4EKO - emisní třída 3

hnědé uhlí - ruční přikládání (14-25 kW)

na pelety - automatický režim (4-18,5 kW)

H4EKO

- ocelové kotle H**

na dřevo a hnědé uhlí (12-50 kW)

- litinové kotle UNI**

na dřevo a černé uhlí (12-55 kW)

NOVÁ ZELENÁ
ÚSPORAM

KOTLÍKOVÁ
DOTACE

automatické kotle

Woody, Black Star - emisní třída 3

Black Star Comfort - emisní třída 5

na pelety (10-80 kW)

- zplyňovací kotle Ecomax**

na dřevo (25-42 kW)



OPOP spol. s r. o., Zašovská 750, 757 01 Valašské Meziříčí
tel.: +420 571 675 589, e-mail: sales@opop.cz

www.opop.cz



Andělák listopad 2014

Jak nám příznaky odhalují co v těle chybí.

Podívejte se, je to zajímavé... po dosažení určitého věku máme téměř všechny z těchto příznaků způsobených nedostatkem potravin uvedených zde:

1. Obtížnost hubnutí

Co chybí: esenciální mastné kyseliny a vitamíny
Kde získat: lněné semena, mrkev a losos – mimo specifických doplňků

2. Zadržování tekutin v těle

Co chybí: ve skutečnosti je to nerovnováha mezi draslíkem, fosforem a sodíkem
Kde získat: kokos, olivy, broskve, švestky, fíky, mandle, vlašské ořechy, špenát, koriandr, lněné semínko a doplňky

3. Sladké nutkání

Co chybí: nedostatek chromu
Kde získat: celá zrna, ořechy, zrní, banán, špenát, mrkev + doplňky...

4. Křeče, bolesti hlavy

Co chybí: draslík a hořčík
Kde získat: banány, ječmen, kukuřice, mango, broskve, třešně, pomeranče a vody

5. Střevní potíže, plynatost, břišní nadýmání

Co chybí: živé lactobacilly
Kde získat: zakysaná smetana, jogurt, miso, a jako Yakult

6. Špatná paměť

Co chybí: acetylcholin, inositol
Kde získat: sojový lecitin, vaječný žloutek + doplňky

7. Hypotyreóza (způsobuje zvýšení tělesné hmotnosti bez zjevného důvodu)

Co chybí: jód
Kde získat: mořské řasy, mrkev, olej, hrušky, ananas, mořské ryby a mořské soli

8. Lámavé vlasy a slabé nehty

Co chybí: kolagen
Kde získat: ryby, vejce, libové maso, želatina + doplňky

9. Slabost, malátnost, nevolnost

Co chybí: vitamíny A, C, E a železo
Kde získat: zelenina, ovoce, libové maso a doplňky

10. Vysoký obsah cholesterolu a triglyceridů

Co chybí: Omega 3 a 6
Kde získat: sardinky, losos, avokádo, olivový olej

11. Sklíčenosti, apatie, smutek, zlost, nespokojenost, deprese, přání smrti

Co chybí: Peníze, moji drazí, peníze!!!
Kde získat: ...to kdybych věděl, neměl bych všechny tyto příznaky...



Andělák listopad 2014

HLÍVA ÚŠŘIČNÁ

Houbové bagety

3 bagety, 500 g hlívy, 1 zelená paprika nebo kapie, 5 plátků salámu, 5 stroužků česneku, 2 sterilované okurky, 1 cibule, 200 g strouhaného parmazánu, voda, pepř, mletá sladká paprika, drcený kmín, 1 lžíce oleje, zelená petrželka, sůl

Houby očistíme, propláchneme na sítku a necháme okapat. Nakrájíme na kostičky. Vložíme na rozpálený tuk a podusíme. Zelenou papriku, salám, okurky, cibuli a česnek nasekáme na malé kousky a spolu s petrželkou přidáme k houbám. Vše zalijeme horkou vodou a dusíme asi 20 minut. Bagety podélně rozkrojíme, na ně navršíme hotovou směs a posypeme nastrouhaným sýrem. Pečivo položíme na vymaštěný plech a zapečeme v troubě při 200 °C asi 10 minut. Podáváme horké.

Plněná rajčata s hlívou

4 větší rajčata, 250 g hlívy, 1 vejce, máslo, citronová šťáva, pepř, sůl, na ozdobu petrželka

Nejdříve si připravíme rajčata, která seřízneme ostrým nožem, vršek rajčete použijeme jako víčko. Vnitřky opatrně vydlabeme malou lžičkou. Pokrájenou hlívu a dužninu z rajčat osolíme, opepříme a dusíme na másle. Hotové zahustíme vejčkem. Plníme do připravených vydlabaných rajčat. Do vnitřků rajčat před plněním nakapeme citronovou šťávu. Přiklopíme víčkem z rajčete a sypeme zelenou petrželkou. Podáváme s pečivem.

Hlívový salát míchaný

250 g hlívy, 2 rajčata, 50 g jemné šunky, 1 vařené vejce, lžička olivového oleje, pepř, citronová šťáva, sůl

Houby nakrájíme na nudličky a v malém množství osolené vody 5 minut povaříme. Necháme na sítku okapat a zchladnout. Do misky vložíme na nudličky nakrájenou šunku, na kolečka vařené vejce a rajčata. Přisypeme hlívu a vše zalijeme zálivkou. Zálivku si připravíme z octa, soli, oleje, citronové šťávy a pepře. Dobře promícháme a necháme uležet v chladničce. Podáváme s chlebem, nebo pečivem.

(pokračování)



Stromy nám nabízejí sílu, lásku i zdraví

Autor [Priatelja na nete](#)

Každý strom žije, má duši a také obrovskou životodárnou sílu. V minulosti lidé tuto sílu dokázali využívat; měli své posvátné háje velkých dubů, buků či kaštanů, které mnohde působily také jako věštiny. Jakmile se lidé odebrali do posvátného háje a pod jejich mohutnými větvemi se uložili ke spánku, duchové stromů jim nabídli vyřešení jejich problému. Také nemocní přicházeli pro zdraví a mnozí je také tímto způsobem získávali. Proto i pouhé ulomení větve v posvátném háji bylo považováno za hřích a věřilo se, že poraněný strom pachatele potrestá buď smrtí, nebo nemocí. Dnes opět objevujeme uzdravující sílu stromů. Je známo, že léčit může už samotný pobyt v lese. Výzkumy prováděné v Rusku prokázaly, že větve sibiřské jedle umístěné poblíž nemocného, snižují množství mikrobů až o 50 %. Borovicové a jalovcové větve zase urychlovaly rekonvalescenci zvláště u pacientů s nemocnými plicemi. Přinášely úlevu také při nepříjemných migrénách. Mnozí z nás se již sami přesvědčili, jak blahodárně působí stromy či lesní prostředí na ztápěnou duši. A že psychický stav člověka ovlivňuje i jeho fyzické zdraví již uznává i klasická medicína. **Nabízíme vám způsob, jak využít darů této “lesní ozdravovny” zejména na jaře, kdy se celá**



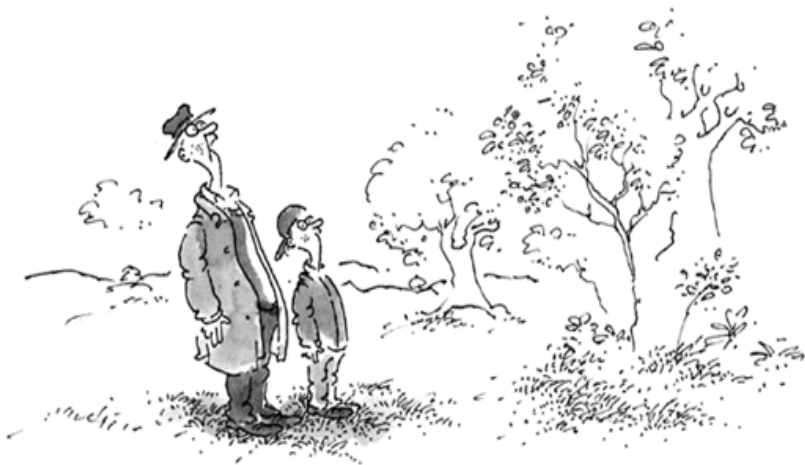
příroda probouzí a projevuje se v plné své síle a kráse. Chceme-li přijímat sílu stromu, měli bychom se napřed přesvědčit, zda na něm neroste jmelí nebo zda nemá hřibovité výrůstky (takový strom je pravděpodobně nemocný). Vybraný strom obejmeme a přitiskneme se k němu celým tělem. Zavřeme

oči, zapomeneme na všechny problémy a soustředíme se jen na sjednocení se stromem. Představujeme si a vnímáme, jak ze stromu přechází do našeho těla proud energie. Doporučuje se zůstat takto 15 až 20 minut. Pak nezapomeneme strom pohlédit a poděkovat mu za jeho pomoc.

(pokračování)



Andělák listopad 2014



A TĚHLE STROM, CO SE TRESE JAK POLITIK O KORYTO, JE OSIKA.



ZJIŠTILI JSME, ŽE ZE VŠEHO NEJVÍCE KOMÁRY ODPUZUJE
PŘEDČITÁNÍ VOLEBNÍCH PROGRAMŮ POLITICKÝCH STRAN.



Andělák listopad 2014



Andělák listopad 2014



Andělák listopad 2014



Andělák listopad 2014



Andělák listopad 2014



Andělák listopad 2014

HLÍVA ÚSŘIČNÁ

Houbové bagety

3 bagety, 500 g hlívy, 1 zelená paprika nebo kapie, 5 plátků salámu, 5 stroužků česneku, 2 sterilované okurky, 1 cibule, 200 g strouhaného parmazánu, voda, pepř, mletá sladká paprika, drcený kmín, 1 lžice oleje, zelená petrželka, sůl

Houby očistíme, propláchneme na sítku a necháme okapat. Nakrájíme na kostičky. Vložíme na rozpálený tuk a podusíme. Zelenou papriku, salám, okurky, cibuli a česnek nasekáme na malé kousky a spolu s petrželkou přidáme k houbám. Vše zalijeme horkou vodou a dusíme asi 20 minut. Bagety podélně rozkrojíme, na ně navršíme hotovou směs a posypeme nastrouhaným sýrem. Pečivo položíme na vymaštěný plech a zapečeme v troubě při 200 °C asi 10 minut. Podáváme horké.

Plněná rajčata s hlívou

4 větší rajčata, 250 g hlívy, 1 vejce, máslo, citronová šťáva, pepř, sůl, na ozdobu petrželka

Nejdříve si připravíme rajčata, která seřízíme ostrým nožem, vršek rajčete použijeme jako víčko. Vnitřky opatrně vydlabeme malou lžičkou. Pokrájenou hlívu a dužninu z rajčat osolíme, opepříme a dusíme na másle. Hotové zahustíme vajíčkem. Plníme do připravených vydlabaných rajčat. Do vnitřků rajčat před plněním nakapeme citronovou šťávu. Přiklopíme víčkem z rajčete a sypeme zelenou petrželkou. Podáváme s pečivem.

Hlívový salát míchaný

250 g hlívy, 2 rajčata, 50 g jemné šunky, 1 vařené vejce, lžička olivového oleje, pepř, citronová šťáva, sůl

Houby nakrájíme na nudličky a v malém množství osolené vody 5 minut povaříme. Necháme na sítku okapat a zchladnout. Do misky vložíme na nudličky nakrájenou šunku, na kolečka vařené vejce a rajčata. Přisypeme hlívu a vše zalijeme zálivkou. Zálivku si připravíme z octa, soli, oleje, citronové šťávy a pepře. Dobře promícháme a necháme uležet v chladničce. Podáváme s chlebem, nebo pečivem.

(pokračování)



Stromy nám nabízejí sílu, lásku i zdraví

Autor [Priatelina na nete](#)

Každý strom žije, má duši a také obrovskou životodárnou sílu. V minulosti lidé tuto sílu dokázali využívat; měli své posvátné háje velkých dubů, buků či kaštanů, které mnohde působily také jako věštírny. Jakmile se lidé odebrali do posvátného háje a pod jejich mohutnými větvemi se uložili ke spánku, duchové stromů jim nabídli vyřešení jejich problému. Také nemocní přicházeli pro zdraví a mnozí je také tímto způsobem získávali. Proto i pouhé ulomení větve v posvátném háji bylo považováno za hřích a věřilo se, že poraněný strom pachatele potrestá buď smrtí, nebo nemocí. Dnes opět objevujeme uzdravující sílu stromů. Je známo, že léčit může už samotný pobyt v lese. Výzkumy prováděné v Rusku prokázaly, že větve sibiřské jedle umístěné poblíž nemocného, snižují množství mikrobů až o 50 %. Borovicové a jalovcové větve zase urychlovaly rekonvalescenci zvláště u pacientů s nemocnými plícemi. Přinášely úlevu také při nepříjemných migrénách. Mnozí z nás se již sami přesvědčili, jak blahodárně působí stromy či lesní prostředí na ztrápenou duši. A že psychický stav člověka ovlivňuje i jeho fyzické zdraví již uznává i klasická medicína. **Nabízíme vám způsob, jak využít darů této “lesní ozdravovny” zejména na jaře, kdy se celá**



příroda probouzí a projevuje se v plné své síle a kráse. Chceme-li přijímat sílu stromu, měli bychom se napřed přesvědčit, zda na něm neroste jmelí nebo zda nemá hříbovité výrůstky (takový strom je pravděpodobně nemocný). Vybraný strom obejmeme a přitiskneme se k němu celým tělem. Zavřeme

oči, zapomeneme na všechny problémy a soustředíme se jen na sjednocení se stromem. Představujeme si a vnímáme, jak ze stromu



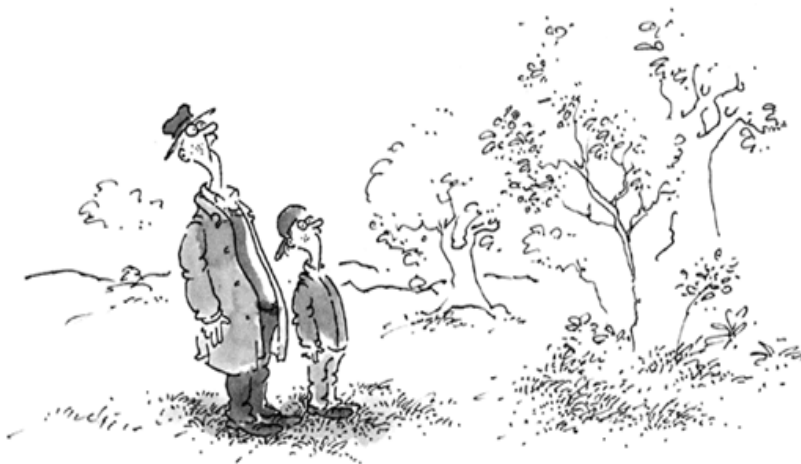
Andělák listopad 2014

přechází do našeho těla proud energie. Doporučuje se zůstat takto 15 až 20 minut. Pak nezapomeneme strom pohladit a poděkovat mu za jeho pomoc.

(pokračování)



Andělák listopad 2014



A TĚHLE STROM, CO SE TŘESE JAK POLITIK O KORYTO, JE OSIKA.



Andělák listopad 2014



ZJISTILI JSME, ŽE ZE VŠEHO NEJVÍCE KOMÁRY ODPUZUJE
PŘEDČÍTÁNÍ VOLEBNÍCH PROGRAMŮ POLITICKÝCH STRAN.