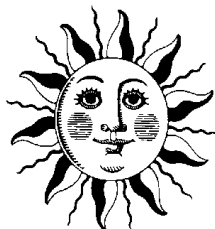


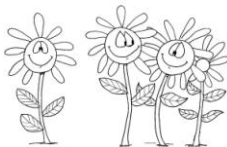


Andělák srpen 2015



Životní jubileum oslaví

Dány Jaroslav	60 let
Krajčovič Josef	61 let
Lukašíková Helena	62 let
Vavříková Alice	70 let
Smutný Bohumil	83 let



Oslavencům
SRDEČNĚ BLAHOPŘEJEME

Z našeho středu navždy odešla

paní Pavla Petrovská Andělská Hora č.p. 221



Čest její památce!



Andělák srpen 2015

Víte, že

- vývoz komunálního odpadu provedou TS Bruntál ve dnech 11. a 25. srpna 2015
- budeme pořádat tyto akce:

Červenec:

5. 7. 2015 - Turnaj v minikopané o pohár starosty (hasiči)

? .7 - 2015 - Festival dechových kapel Polsko

25. 7. 2015 - Pout' ke sv. Anně (sobota 09.00 hod. a v 10.00 mše)

Srpen:

8. 8. 2015 - Žabák

Září:

6 .9. 2015 - Dožinky Polsko (termín konání upřesní polská strana)

12. 9. 2015 - Netradiční vozidla (traktůrky) 13.00 hod. - (sobota)

Prosinec:

2. 12. 2015 - Mikulášská nadílka 16.00 (středa)



Andělák srpen 2015

Chci touto cestou poděkovat pracovníkům města za práci, kterou provádí ve městě Andělská Hora a příkládám část ukázky. Není to samozřejmě jen oprava kanalizačních vpustí, ale i sekání trávy a udržování města v čistém stavu.

Děkuji Miroslav Novotný - starosta





Andělák srpen 2015

Město Andělská Hora a SDH Andělská Hora Vás zvou na



**Andělskohorské ho
žabáka**

**který se koná dne 8. 8. 2015
od 14.00 hod. na hrázi rybníka**

PROGRAM:

1. Zahájení
2. Úvodní slovo moderátora celé akce DJ-Dočkiho
3. Vystoupení Vojenské policie - ukázka zásahu a zbraní
4. Vystoupení místní skupiny vodní záchranné služby ČČK
5. Zábava pro děti i dospělé - lukostřelba, aquazorbing, kolotoč, běhání na gumě, trampolína apod.
6. Soutěž netradičních plavidel
7. Soutěž jízdy na židlotrakaři
8. Hod polenem na dálku
9. Hod hrcem na cíl
10. Běh na lyžích
11. Disco až nekonečno



Občerstvení, střelnice a kolotoč - vše zajištěno. Vstupné dobrovolné.

Těšíme se na Vaši účast v hojném počtu s netradičními plavidly!

Za pořadatele: Město Andělská Hora (14.00 - 17.00 - Hry a soutěže)

SDH Andělská Hora (17.00 - ∞ - Disko)



Andělák srpen 2015



➤ Diakonie Broumov a Město Andělská Hora

➤ sociální družstvo

➤ Více na [www: diakoniebroumov.org](http://www.diakoniebroumov.org), www.facebook.com/broumovdiakonie

➤ VYHLAŠUJE

➤ SBĚR POUŽITÉHO OŠACENÍ

- Letního a zimního oblečení /dámské, pánské,dětské/
- Lůžkovin, prostěradel, ručníků, utěrek, záclon,
- Látky (minimálně 1m², prosíme, nedávejte nám odřezky a zbytky látek)
- Domácí potřeby-nádoby bílé i černé, skleničky- vše nepoškozené
- Vátované a péřové přikrývky, polštáře a deky
- Obuv – veškerou nepoškozenou
- Hračky – nepoškozené a kompletní
- Peří, péřové přikrývky a polštáře
- Menší elektrospotřebiče – mohou být i nefunkční
- Knihy

VĚCI, KTERÉ VZÍT NEMŮŽEME:

- ledničky, televize, počítače, , matrace, koberce – z ekologických důvodů
- nábytek, znečištěný a vlhký textil

Sbírka se uskuteční na MěÚ – Andělská Hora :

dne: *od 23. 07. 2015 do 21. 09. 2015*

čas: *PO, STŘ od 7.30 – 16.30 hod.,
ÚT, ČT od 7.30 – 15.00 hod.,*

místo: *Městský úřad Andělská Hora*

Věci prosíme zabalené do igelitových pytlů či krabic,
aby se nepoškodily transportem

*Bližší informace Vám ráda sdělí: Bc. Jitka Eichlerová
tel. : 554 737 030, 724 179 586*



Andělák srpen 2015

Dne 25.07.2015 se konala pouť na Anenském vrchu, při které se uskutečnila také křížová cesta, mše svatá a přátelské posezení. Chtěl bych touto cestou poděkovat za pečlivou přípravu a pomoc při realizaci pouti ke svaté Anně: Petrovi Svozilovi, Václavu Foltýnovi, Zbyňkovi Boháčovi, Drahomírovi Borečkovi, Petrovi Francovi, Janě Černotové, Marii Černotové, Zdeně Studené a Bc. Jitce Eichlerové. Dále také moc děkuji Janovi Markovi za krásnou řeč a výzdobu kostela a Janě Dlabačové za pomoc při mši svaté. Na závěr děkuji také Dušanovi Vavříkovi za odvoz občanů a Mgr. Kateřině Bujnochové za fotodokumentaci celé akce.

Moc děkuji Miroslav Novotný-starosta města Andělská Hora ve Slezsku





Andělák srpen 2015





Andělák srpen 2015





Andělák srpen 2015

Brno 24.7.2015

Mons Antonín Pospíšil
Tolstého 6
616 00 Brno

Vážený pane starosto,

Nečekaně jsem dostal od Vás pozvánku na pout' k svaté Anně na její Hoře. A při tom ve formě dvou překrásných obrazů, zvláště pak zářícího kostela čerstvě a nákladně opraveného. Dílo to hlavně Vaší starostí a péče. Buď Vám za to vroucí dik a Pán Bůh odplat'

Děkuji srdečně za pozvání, ale cesta od nás je daleká, já se svým zdravím v tom horku si to nemohu dovolit. A naši jsou různorodou prací po týdnu i s prací s dětmi unaveni a potřebují trochu odpočinku.

Při tom si velmi rád vzpomínám na jednu pout', kdy jsem působil v Andělské Hoře. Bylo to asi v roce 1975. O velkou slavnost na Annaberku se postaral Váš tatínek, rozeslal pozvánky daleko široko, až na Slovácko. Dokonce postaral, že na horu byl doručen kolotoč a jiné tohoto druhu radovánky. Ovšem byl z toho křik, strana a vláda rozčilená, že je to akce Lidové strany, pro další roky podobné akce zakázala, propagovat náboženství !

Ovšem ještě jeden problém se vyskytl s pouti na Annaberku. Ve stejném dni měl se konat tradiční Zemědělský den ve Světlé. A tak k vyřízení této záležitosti se ujal pan Jan Vaněk známý u všech úředních činitelů – i stranických. A dokonce se mu podařilo, že Zemědělský den byl přeložen na příští sobotu a neděli – k radosti nás věřících. Ovšem my jsme měli krásné počasí, ale jim pršelo, čehož jsem litoval. A panu Vaňku, už zemřelému, ať Pán odplatí jeho snahu a vše dobro jim udělané pro farnost a mně samému, tehdejšímu faráři a příteli.

Velmi rád vzpomínám na svůj devítileté působení ve farnosti, ano i v Dětrichovicích a Rudné, na mládež „brigádníků“ – takto kryté před všestrannými zraky strany, byt' naše akce byly těžkou dobou omezovány, ke škodě národa a lidu. Ale přesto až dodnes rádi vzpomínáme na tu dobu a naše setkání i v minulém roce. Byla to mládež hlavně z Gottwaldova-Zlína, Hranic, Valašského Meziříčí, Svitav a také vysokoškoláci NDR, Východního Německa. Dokonce jedna z těch brigádnic mne jako devadesátiletého důchodce přijala v ubytování a péči ve svém domě.

A Vám, vážený a ctěný pane starosto, ještě jednou velký dik za Vaši obětavost a úctu k Božímu domě. Ať Vám to Pán odplatí v posílení Vašeho zdraví, v radosti ze své šťastné rodiny, ale i ve vztahu k Vašemu úřednickému povolání jako starosty města. Srdečně také zdravím a děkuji všem Vaším radním a obětavým pomocníkům v různorodé Vaší činnosti.

P. Antonín Pospíšil



Andělák srpen 2015

**Manželé Brunhilde a Gerd Rothovi navštívili 27. června 2015
Andělskou Horu.**

Plátno z jedné andělsko-horské tkalcovny

Kousek látky pochází z věna Idy Hartel, roz. Finger (je rodačkou z Andělské Hory, z domu Krásná ulička č.31). Podle informací mé matky, Erny Kampen, roz.Hartel, bylo utkáno v AH mezi lety 1880 – 1900. S velkou pravděpodobností se jednalo o velký ubrus, jehož vzorování přesně odpovídá velikosti stolu. To je také patrné z dalšího dochovaného kusu látky.

Po odsunu v roce 1945 si směly Ida Hartel a její dcera Erna Kampen vzít jen malý balíček, ubrus a stejně tak ostatní věci zůstali v domě v Andělské Hoře.

Tam se nastěhoval bratr majitele domu Rudolfa Hartla, kněz Johann Hartel, poté, co musel opustit svůj domov v Opavě kvůli bombardování. I on musel opustit v roce 1946 Andělskou Horu. Díky pomoci řádového kněze, který měl českou státní příslušnost, jemu a několika dalším řádovým kněžím zařídil nákladník pro transport do Vídně (zde bylo místo pro uprchlíky). Díky tomu mohl Johann Hartel vzít svému bratrovi několik málo věcí, mezi nimiž byl také ubrus. Z Vídně se mu později podařilo dostat do svého nového domova v severozápadním Německu.

Pokud to bylo možné, byl ubrus stále používán, protože podmínky života byly velmi bídné a žilo se velmi šetrně. Až byl ubrus velmi zničený, byl rozstříhán na menší kousky a používán k jiným účelům.

Jako dítě si pamatuji, že mi ho matka dávala při nemoci na bolavý krk.

Až do své smrti v roce 2012 si má matka Erna Kampen, roz. Hartel toto dědictví uchovávala, stejně jako spoustu vzpomínek na své milované rodiště.

Brunhilde Roth, roz.Kampen

Přeložila: Hana Bednaříková, vnučka p. Anny Drlíkové



Andělák srpen 2015

Jedná se o vysvědčení Erny Kampen, roz. Hartel - maminky od Brunhilde Roth.

ČECHOSLOVAKISCHE REPUBLIK.

Land Niederrhein - Schlesien Schulbezirk Freudenthal
Privat - Mädchen - Bürgerschule in Freudenthal
Schuljahr 1932/33 Zahl 12

Entlassungszeugnis

aus der Bürgerschule.

Lena Emma Johanna Hartel
geboren am 25. Mai 1919 zu Bar. Brunsdorf,
polit. Bezirk Freudenthal, ev. luth. Religion,
Schülerin der dritten Klasse der hiesigen Schule, erhält hiemit aus Anlaß seiner ihrer
Entlassung aus der Schule nachstehende Noten:
Betragen: lobenswert
Fleiß: ausdauernd

Verbindliche Gegenstände	Fortgang:
Religion	<u>vorzüglich</u>
Bürgerkunde und bürgerliche Erziehung	<u>vorzüglich</u>
Unterrichtssprache und Aufsatzlehre	<u>vorzüglich</u>
Erdkunde	<u>vorzüglich</u>
Geschichte	<u>vorzüglich</u>
Naturgeschichte	<u>vorzüglich</u>
Naturlehre	<u>vorzüglich</u>
Rechnen mit einfacher Buchführung	<u>vorzüglich</u>
Geometrie und geometrisches Zeichnen	<u>vorzüglich</u>
Zeichnen	<u>vorzüglich</u>
Schönschreiben	<u>vorzüglich</u>
Gesang	<u>vorzüglich</u>
Erziehliche Handarbeiten	<u>vorzüglich</u>
Weibl. Handarbeiten u. Haushaltungskunde	<u>vorzüglich</u>
Körperliche Erziehung	<u>befreit auf Ed. o. 10/X 1932, Z. 5 702.</u>
Verbindliche Gegenstände	
Čechoslovakische Sprache	<u>vorzüglich</u>
Französische Sprache	<u>vorzüglich</u>
Stenographie	<u>vorzüglich</u>

Je to poslední vysvědčení z měšťanské školy v Bruntále, kterou ukončila s výborným prospěchem v r. 1933.



Andělák srpen 2015



Místní akční skupina
HRUBÝ JESENÍK

PODPORUJEME REGIONÁLNÍ ZNAČKU JESENÍKY: www.regionalni-znacky.cz/jeseniky

POMÁHÁME ROZVOJI JESENÍKŮ NA BRUNTÁLSKU

CO JE MÍSTNÍ AKČNÍ SKUPINA A METODA LEADER:

Místní akční skupiny mají za úkol posilovat vnitřní rozvojový potenciál regionu, upevnit ekonomické prostředí, přispět k tvorbě nových pracovních míst i k celkovému zlepšení organizačních schopností příslušné komunity. Základním prvkem metody Leader je spolupráce v širším slova smyslu, zejména podpora obnovy místních komunit, posilování místní demokracie a rozhodování o dění v regionu na nejnižší možné úrovni. Síla a význam MAS spočívá v propojení veřejného a soukromého sektoru a ve spolupráci různorodých partnerů.

Dotační podpora investic na venkově

Nastupující období dotačních podpor EU až do r. 2020 je i pokračujícím obdobím podpory rozvoje venkova.

Přinášíme vybranou informaci o tom, že kromě zemědělských investic a činností zemědělců budou podporováni i malí a střední podnikatelé zabývající se oblastí řemesel, obchodu a služeb.

Mimo jiné bude podporována výroba potravinářských výrobků, nápojů, textilií, papíru, zpracování dřeva, dřevěných, kovových, skleněných výrobků, strojů a zařízení atd. Podpořeny budou též činnosti v oblasti stavebnictví a dále široká škála maloobchodních činností. Podporovány budou jak stavební výdaje, tak strojní zařízení a technologie potřebné pro provoz dané činnosti. Typovým výdajem například může být v oblasti textilu nákup šicího stroje, v oblasti zpracování kovů pořízení obráběčky, brusky apod.

Podrobnější informace lze získat v kanceláři Místní akční skupiny Hrubý Jeseník, e-mail: mashj@seznam.cz nebo na telefonním čísle 775295599.



Andělák srpen 2015

30. 5. 2015 – DEN ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÝCH

VE VRBNĚ POD PRADĚDĚM

Soutěže se konaly v krásném prostředí areálu „Záměčku“. Naše sdružení zde reprezentovalo 10 družstev. Prožili jsme krásný slunečný den, plný her a zábavy.

Umístění:

1. Bruntál VI. - Huberová, Botek, Mrázková, Korbaš
2. Bruntál X. - Vavřík, Marek, Kučera, Kučerová
10. Bruntál V. - Brňák, Brňáková, Langr, Šmídová
11. Bruntál II. - Štěpán, Štěpánová, Tesař, Tesařová
14. Bruntál VII. - Charvátová, Zubíčková, Vlčková, Mazánková
15. Bruntál IV. - Hladík, Hladíková, Lesonický, Lesonická
20. Bruntál III. - Straka, Straková, Říhová, Fogašová
21. Bruntál VIII. - Kohoutová Z., Kohoutová Y, Pavlíková, Dienerová
22. Bruntál II. - Štulajterová, Hanušová, Čechová, Svobodová
23. Bruntál IX. - Kelnerová, Čapek, Kůrková, Kůrka





Andělák srpen 2015





Andělák srpen 2015

REKONDIČNÍ POBYT – ROŽNOV POD RADHOŠTĚM

29.6.- 4.7.2015

Rekondičního pobytu v hotelu Energetik se zúčastnilo 55 našich členů. Prožili jsme zde, v krásném prostředí, 6 nezapomenutelných dní. A co jsme vše dělali?

- ráno rozcvička pod vedením Hanky Kůrkové
- během dne – masáže, vany a zábaly
- volný vstup do bazénu, whirlpool, parní a finské sauny
- vycházky do okolí – skanzen, dřevěné městečko
- jízda vláčkem po Rožnově
- sportovní hry – šipky, hod míčkem, rybičky, kroužky
- autobusový zájezd na Pustevny
- Exkurze do Uniprexu – výroby svíček s výkladem ,možnost nákupu dárků
- Stravování k plné spokojenosti – plná penze
- Páteční večer – posezení s cimbálovkou, které nemělo chybu.

Věříme, že se pobyt všem líbil a budeme se těšit na příští rok.





Andělák srpen 2015

Kulturní akce Krnov

uvádíme v srpnu



do 26. srpna

FENOMÉN IGRÁČEK

výstava nestárnoucích dětských hraček

Součástí výstavy je herna pro děti.

Ve spolupráci s firmou Efko a Technickým muzeem v Brně

do 23. srpna

HLEDÁČKEM OBJEKTIVU

Jiří Sebera, Šárka Horáková, Aleš Foltýn

výstava fotografií

do 30. srpna

AREÁL BÝVALÉ TEXTILKY

Katedra architektury – Fakulta stavební VŠB – TU Ostrava.

Výstava architektonických návrhů studentů 3. ročníku pod vedením Ing.

arch. Tomáše Bindra,

Ing. arch. Jana Kováře a Ing. arch. Igora Krčmáře.

29. srpna – 27. září

SALÓN NEPROFESIONÁLNÍCH UMĚLCŮ

Vernisáž výstavy v pátek 28. 8. v 17:00 hodin

Vstupné: 20 Kč, děti a studenti 15 Kč

Výstavní prostory otevřeny včetně svátku

úterý – neděle 8:00 - 18:00 hodin

ZAHRADA FLEMMICHOVY VILY

pátek 7. srpna od 18:00 hodin

WAGON

Koncert krnovské country kapely. Posezení v příjemném prostředí s hudbou a občerstvením. Vstupné 30 Kč – prodej vstupenek před akcí. *Koncert se koná pouze při příznivém počasí!*



Andělák srpen 2015

pátek 11. září

20:00 / Kofola Music Club / Vstupné 380 Kč

STROMBOLI

Bára Basiková, Michal Pavlíček, Jiří Veselý,
Klaudius Kryšpín, Vendula Kašpárková, Vilém Čok

sobota 12. září

15:00 – 21:30 / Hlavní náměstí / Vstup volný

BUŘINKY A BERUŠKY revival, ILLE, ČESKÉ SRDCE, LEGENDY SE VRACÍ

neděle 13. září

19:00 / Koncertní síň sv. Ducha /

Vstupné: 70 Kč, děti a studenti 35 Kč

SLAVNOSTNÍ KONCERT ZUŠ KRNOV

Účinkují učitelé,



**KRNOVSKÉ
HUDEBNÍ SLAVNOSTI**

absolventi a žáci ZUŠ

pondělí 14. září

18:00 / Kostel Narození Panny Marie / Dobrovolné

SLAVNÉ OPERNÍ, MUZIKÁLOVÉ A POPULÁRNÍ PÍSNĚ

Ilona Kaplová Tichá, sólistka opery SD Opava a její žákyně Eliška
Marková, Hanna Olšanská a Alexandra Volkmerová, klavírní doprovod
Denisa Strnadová

úterý 15. září

19:00 / Synagoga / 120 Kč, děti a studenti 90 Kč

HEBREJSKÉ PÍSNĚ

Mužský vokální soubor NOACH s hudebním doprovodem klezmerového dua

středa 16. září

17:00 / Radniční restaurant / Vstupné dobrovolné

EVJAZZ

19:30 / Kino Mír 70 / Vstupné: 300 Kč, důchodci, předplatitelé do divadla, ZTP a
studenti 250 Kč

Gioacchino Rossini:

LAZEBNÍK SEVILLSKÝ

Záznam z Metropolitní opery New York



Andělák srpen 2015



**KRNOVSKÉ
HUDEBNÍ SLAVNOSTI**

čtvrtek 17. září

17:00 / ZUŠ Krnov / Vstupné 50 Kč

CVILÍŇA

koncert krnovské cimbálové muziky

pátek 18. září

9:00 – 13:00 / Středisko volného času Měďa **HUDEBNÍ DOMEČEK
PRO ŠKOLY**

16:00 / Zahrada Flemmichovy / Vstupné dobrovolné

KRNOVANKA

koncert k 25. výročí krnovského dechového souboru

20:30 / Baueroва kavárna / Vstup volný

MARTIN DYTKO – AMBIENTNÍ JAZZOVÁ KYTARA

sobota 19. září

10:00 – 22:00 / Zahrada SVČ Měďa / Vstupné 50 **DECHOVÝ**

ORCHESTR MLADÝCH KRNOV

ŽDÁNIČAN, KRNOVSKÝ BIGBAND, BIOPOP, TEREZA ČERNOCHOVÁ,

TANGO ARGENTINO, VOXEL,

POSLEDNÍ VÝSTŘEL, PORTLESS

18:00 / Koncertní síň sv. Ducha / Vstupné: 50 Kč

STACCATO A JEHO HOSTÉ

Letohradský ženský sbor Canzonetta,

krnovský sbor Legato

a Příležitostný sbor bývalých členů Zlaté loutny

neděle 20. září

19:00 / Městské divadlo / Vstupné: 280, 260 a 230 Kč

ZÁVĚREČNÝ GALAKONCERT

INFLAGRANTI A JOSEF VOJTEK

Dívčí elektrické smyčcové trio s doprovodnou kapelou a hostem Josefem Vojtkem, frontmanem kapely Kabát a úspěšným muzikálovým zpěvákem



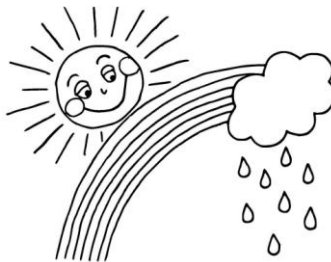
Andělák srpen 2015

Déšť

Prší..poslouchám tu harmonii,
co vřukává se na okně.
Prší..v dáli zvony bijí
a zní to všechno žalostně.
Prší..ti ptáčekové to umí,
před velkou kapkou unikli.
Prší..vlahý vítr šumí
a v hnízdech ptáci utichli.

A přec ten déšť tak krásně hraje,
je to balzám na duši.
A přec ten déšť je Pohádka máje,
jen tupý ten nic netuší.
A přec ten déšť nám dává rád,
tak známou vůni přírody.
A přec ten déšť ten umí hrát,
pro všechny v světě národy.

Marta Lazarová





Andělák srpen 2015

Pět smyslů...

Mám radost ze všech dnů, které nám nabízí příroda, a vnímám je svými 5 smysly.

Čich..... jak nás dovede ochromit i okouzlit, připomene se každé jaro svými květy a posečenou trávou. Po dešti svou úžasnou čistotou vzduchu a vlhou nocí, která má na nebi hvězdy a tu nepopsatelnou vůni.

Zrak..... který zachytí každý den novou změnu barev a jasu, kterou dávají všechny rostliny a květiny, když se rozvinou. Jsou tak svěží a vždy nás překvapují svým vzrůstem a krásou.

Sluch..... který nás vábí toužebným zpěvem ptáků. Kteří hnízdí a krmí své mladé a učí je létat a zpívat a rozdávat ten náramný zvuk jejích zpěvu, při doprovodu třepetajícího se listí v korunách stromů a včel co nasávají nektar.

Hmat..... co nás překvapí svou jemností na listech a květech. A tak drsná je zase na kůře stromů a naopak na kořenech obalených hlínou co je tak kluzká.

A nakonec chut'..... která je také tak rozmanitá u každé byliny, svou hořkostí a trpkostí i kyselostí a výjimečně i sladkostí. Co nás obohatí svou léčebnou silicí.

Děkuji všem mým smyslům.....

Mám bohatý život. Příroda rozdává všem, co chtějí vidět, slyšet, cítit, ochutnat a osahat si ty nekonečné radosti.

Děkuji jím.....

Marta Lazarová



Andělák srpen 2015

Ocet...

19. Odstraní nánosy z klávesnice

Nemusíte si na čištění počítače (tedy jeho povrchu) kupovat drahé, speciální roztoky. Použijte vodu s octem. Pamatujte však, že při takovémto čištění nesmí být počítač připojen do elektrické sítě a používat ho smíte, až pořádně oschne (pozor, aby se vám nedostala voda dovnitř!).

Poslední oblastí, kde ocet přijde vhod, je starost o prádlo a oblečení.

20. Nahradí aviváž

Přidejte ocet do pračky namísto aviváže – prádlo bude dokonale čisté a krásně měkoučké. Nemusíte se bát, že by bylo cítit po octu! Jemný pach vyvane dříve, než je sundáte ze sušáku!

21. Poradí si se skvrnami

Bílý vinný ocet nastříkejte na skvrny od potu či antiperspirantu, ale i kávy nebo vína, nebo dokonce krve a další odolné znečištění. Poté vyperte.

22. Zachová barvy...

Přidáte-li ocet do praní, máte jistotu, že se „neopere“, tedy že se nebudete po jeho vyndání z pračky divit, co se to stalo s vašimi oblíbenými barvami.

23. ... a zabrání jejich pouštění

Skvělým tipem je namočit před prvním praním do octa nové džíný (asi na 10 minut). Nebudou barvit.

24. Rozzáří bílou

Zašlé a zažloutlé bílé oblečení (nejčastěji to bývají ponožky) namočte do vody s octem. Uvidíte, jak bez chemických prostředků krásně zbělá!

(Pokračování)



Andělák srpen 2015

Léčivé účinky zeleniny a ovoce

PÓR

Účinky: Působí proti nadýmání a pocitu plnosti, žlučovým kamenům a nechutenství. Obsahuje množství vitamínu E, karotenů, železa a syrový obsahuje kyselinu listovou, vitamín C a B1. Tak jako cibule a česnek je i pór mimořádně antiseptický - pomáhá likvidovat bakterie. Pór také pomáhá chránit srdce a artérie před arteriosklerózou a vysokému krevnímu tlaku.

Množství: Pórový odvar se lehce připravuje a je vynikající na nahrazení úbytku minerálů po dobu nevolnosti a při průjmu. Jednoduše povařte 8-10 pórů ve 2-3 litrech vody asi 1-2 hodiny. Pórový sirup je účinný prostředek na plicní infekce. Uvařte několik pórů ve vodě, a když změknou, extrahujte šťávu protlačením přes gázu. Přidejte med a pravidelně užívejte.

RAJČATA

Účinky: Povzbuzují apetit a zažívání a brzdí růst choroboplodných bakterií ve střevech. Kalium snižuje krevní tlak. Mimo srdečně-cévních chorob pomáhá při léčení různých poruch trávení. Slouží jako odvodňovací prostředek. Rajčata obsahují antioxidanty, množství vitamínu E, vitamín C a betakaroten. **Množství:** Jezte libovolně. I rajčatový protlak je bohatý na karoteny a vitamín E. Jeden pohár protlaku chrání před rozličnými chorobami, hlavně před nachlazením. Preventivně pijte 1 pohár rajčatové šťávy 3x denně po dobu 3-4 týdnů.

ŘEDKVIČKA

Účinky: Pomáhá při prevenci rakovinových onemocnění. Éterické oleje podporují tvorbu žluči a urychlují zažívací proces. Používá se při léčení onemocnění žlučníku, žaludku a průdušek. Obsahuje vitamíny C a B. **Množství:** Doporučuje se jíst syrová. Doporučená dávka je 1-2 kg ročně.

HLÁVKOVÝ SALÁT

Účinky: Kyselina listová a vitamín B zlepšují činnost mozku, paměť, koncentraci a spánek. Je tradičním prostředkem na povzbuzení trávení a činnost jater. Má uklidňující účinky.

Množství: Denně snězte 150 g s rajčaty a bylinkami. Když chceme získat co nejvíce živin, vybíráme salát který má víc větších, zelených listů. Umyté, zabalené hlávky s roztrhanými listy rychle ztrácejí vitamín C a kyselinu listovou. Salát ráda konzumují i malá domácí zvířata.

Více informací na: <http://www.celostnimedicina.cz/lecive-ucinky-zeleniny-a-ovoce.htm#ixzz3gdBdbr6u>



FÍGLE, FINTY - DOBRÁ RADA NAD ZLATO

JEDLÁ SODA

- Změkčí maso naložené v lednici.
- Přidat do fazolí, když se vaří, špetku - proti nadýmání
- Trošku dát do rajske omáčky - proti kyselině.
- Na 3 vejce půl lžičky do omelety.
- Náhrada droždí.
- Odstraní pach z ryb na rukou.
- Na ucpanou výlevku stačí 1 šálek jedné sody, pak šálek horkého octa a litr vařící vody.
- Odstraňuje pach z myčky nádobí. (Mezi 2 cykly posypat dno)
- Čistí kuchyňskou desku i ledničku a mikrovlnku.
- Z porcelánu odstraňuje skvrny od kávy a čaje, čistí termosku, houbičky a utěrky. (Do ½ l vody 2 lžice sody a několik kapek jaru)
- Čistí připálené hrnce (5 lžic ve vodě povařit a nechat odstát).
- Nasypat trochu sody na špinavý sporák.
- Sodou posypat koberec, nechat 15 minut a vysát.
- Odstraní zatuchlý vzduch - do ponožky 3-4 lžice sody, zavěsit.
- Leští stříbrné a zlaté šperky. (Ne perly)
- Čistí očouzené cihly z krbu.
- Do misky dát 1:1 jedlou sodu a sůl do koupele a dát na nádržku WC
- Jednou za měsíc dát do nádržky půl balíčku jedlé sody a ráno spláchnout.
- Trochu sody do studené vody - zmírňuje bolest při popáleninách i po včelím bodnutí.
- Vmasírovat do vlasů hrst sody proti lupům.
- Jak ústní voda je výborná na afty.
- Do roztoku sody jednou týdně ponořit na noc zubní kartáčky.
- Proti pocení - do zásypu přidat asi lžičku sody a nanést pod podpaží.
- 4 lžice jedlé sody na litr teplé vody - koupel na nohy.
- Do starých ponožek dvě lžice sody a do bot na noc - nepáchnou.
- ½ šálku jedlé sody přidané do pracího prášku vybělí prádlo.
- Mnohé skvrny zmizí, když na ně dáme 4 lžice sody a ¼ šálku teplé vody.

(Pokračování)



Nečum a střílej, seš dost starej,
aby ses ničemu na tomhle světě už nedivill



Andělák srpen 2015