

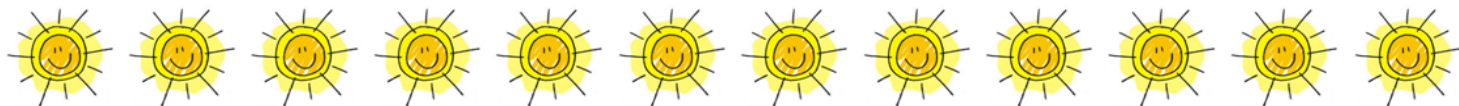


Rybský zpravodaj



Foto: Petra Heraltová

září 2021



Blahopřejeme

K Vaším narozeninám, které právě slavíte, Vám upřímně blahopřejeme a přejeme Vám do dalších let pevné zdraví, štěstí, pohodu a mnoho spokojeností ve vašem osobním životě.



Jan	Hanzelka
Jindřich	Purmenský
Karla	Rohelová
Emilie	Hanzelková
Edda	Hanzelková
František	Šimíček
Leoš	Pustějovský
Petr	Purmenský
Jan	Purmenský
Dagmar	Oudová

Upozorňujeme, že pokud nemáte zájem o zveřejnění svého jubilea ve zpravodaji, volejte na číslo obecního úřadu 556 760 181, a dále upozorňujeme, že pokud nemáte zájem o návštěvu zástupců obce u příležitosti 80. a víceletých narozenin, opět dejte vědět na obecním úřadě.

Přáním obce je respektovat a chránit soukromí všech obyvatel obce.

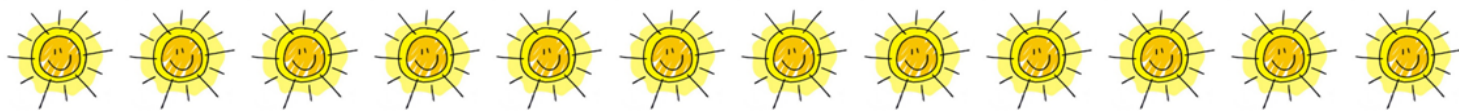
Různé

KLUB ŽEN zve své členky **ve středu 8. září** do přísálí Besedy v 17:00 hod.

ZAPISOVÁNÍ LÉKŮ A MĚŘENÍ TLAKU se bude konat **v pondělí 6. září** v konzultační místnosti lékaře na obecním úřadě v době od 9:30 - 10:00.

ZAPISOVÁNÍ LÉKŮ se bude konat **v pondělí 20. září** ve stejnou dobu.





Rekonstrukce ve škole

Tak jak jsem psala v minulém zpravodaji, probíhala během prázdnin rekonstrukce interiéru v základní škole. Myslím, že za tuto krátkou dobu se podařilo ve škole udělat maximum práce. Vstup do školy je teď vzdušný, projasněný, čeká jen na výzdobu, která určitě bude tvořena především pracemi školních dětí. Rozvody ústředního vytápění se podařily ve většině případů ukrýt pod sádkartonovými záklopy, takže už to v přízemí školní budovy nevypadá jako v kotelně. A co se týče zařízení kotelny, to je po cca 20ti letech taky nové. Doufám, že plynové kondenzační kotlíky přinesou kromě úspory místa, také úsporu nákladů na vytápění.

Předání staveniště na konci prázdnin bylo velmi napínavé. Učitelé připravovali své třídy na nový školní rok, do toho ještě na stavbě probíhaly dokončovací práce. Kdo měl volné ruce uklízel a stěhoval.

No trochu zmatek, ale snad nový školní rok bude klidný a pohodový pro žáky, učitelé a také rodiče.

Marie Janečková

Pozvánky



Tvořivá dílna – pozvánka

Ráda bych pozvala všechny, kteří se chtějí naučit něco nového nebo by naopak chtěli ukázat ostatním, co umí, na 1. schůzku **Tvořivé dílny**, která se koná ve čtvrtek **9.9.2021 v 17.00** v klubovně na obecním úřadě (vstup zvenku po schodišti).

Vyzkoušíme koberečky z triček nebo bambulek, kamínkování, batiku, vyrobíme si tématické dekorace apod. Budu ráda i za vaše nápady.

Těší se na vás Martina Hejnová

Cvičení seniorů opět od 15. 9. 2021

Ve středu 15. 9. se od 9:00 v místní sokolovně opět rozjede cyklus střeďečňích dopoledňích cvičení pro seniory. Nenáročné rehabilitační a zdravotní cvičení zvládne každý dle svých možností a sil :-)

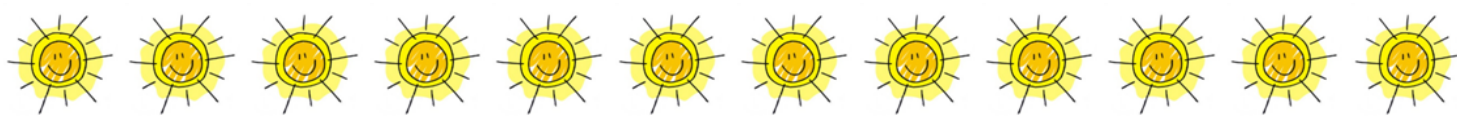
Cena jednoho vstupu je 20 Kč (platba v recepci sokolovny)

Budeme se těšit na vaši hojnou účast.

Petra a Lidka

Organizace cvičení se řídí aktuálně nařízenými vládními opatřeními.





RYBSKÁ POUŤ – NEDĚLE 12. ZÁŘÍ 2021

V neděli 12.9. jste zváni v 10:00 hodin dopoledne na **slavnostní poutní mši svatou**, kterou bude celebrovat místní kněz o. Dušan.

A již tradiční adorace před Nejsvětější Svátostí oltářní bude ve 14:30 hod. a bude zakončena svátostným požehnáním.



Kdo by chtěl, může se po skončení obřadu připojit k průvodu od kostela ke kříži pod Hůrkou, kde proběhne krátká modlitba s poděkováním za přijatá dobrodiní.

*Na místě bude zajištěno drobné pohoštění s krásným výhledem do kraje.
Jste všichni srdečně zváni.*

*Sraz pod Hůrkou v 15:30 hod.
Při nepřízní počasí se akce ruší.*

Pozvánka na zastupitelstvo

Zvu Vás na jednání 15. zastupitelstva, které se uskuteční ve středu 22. 9. 2021 v 18:00 hodin v sále kulturního domu Beseda.

Návrh programu:

1. zpráva o čerpání rozpočtu za rok 2021
2. zpráva o projednaných rozpočtových opatřeních přijatých radou obce
3. zpráva finančního výboru
4. zpráva kontrolního výboru
5. Projednání návrhu doplnění podmínek v „Dotačním programu obce Rybí domovní ČOV“
6. Projednání poskytnutí dotace z rozpočtu obce Rybí na rok 2021
7. Majetkoprávní záležitosti
8. Projednání návrhu na pořízení změny Územního plánu Rybí
9. Informace starostky

Marie Janečková

ZÁŘÍ VE VĚŽIČCE

7.9. od 16:30
Taneční dílny
TANEČNÍ
JÓGA

14.9. od 16:30
Taneční dílny
TANEČNÍ
JÓGA

21.9. od 16:30
Taneční dílny
TANEČNÍ
JÓGA

28.9. od 16:30
Taneční dílny
TANEČNÍ JÓGA
KURZ ZVLÁDÁNÍ
STRESU

9.9. od 16:30
Umělecké dílny
VÝROBA RUČNÍHO
PAPÍRU
Taneční dílny
VÝRAZOVÝ TANEC

16.9. od 18:00
Taneční dílny
VÝRAZOVÝ
TANEC

23.9. od 18:00
Taneční dílny
VÝRAZOVÝ
TANEC

30.9. od 14:00
Umělecké dílny
DÍLNÍČKA PRO DĚTI
OD 2 LET
Taneční dílny
VÝRAZOVÝ TANEC

15.9. od 14:00
Řemeslné dílny
RENOVACE
STOLŮ A ŽIDLÍ
I.

22.9. od 14:00
Řemeslné dílny
RENOVACE
STOLŮ A ŽIDLÍ
II.

29.9. od 18:00
Divadelní dílny
KURZ AUTORSKÉ
DRAMATICKÉ
TVORBY

4.9. od 14:00
MEZI INDIÁNY
povídání o
indiánech a
indiánské tvoření

18.9. od 15:00
Řemeslné dílny
PEČEME
KLOBÁSNIKY

2.10. od 9:00
Řemeslné dílny
ZPEVNĚNÁ
PLOCHA -
OHNIŠTĚ

27.9. od 17:00
DÝNOBRANÍ
aneb ulov si svou
dýni

Posleďte nám e-mail na info@vezickarybi.cz a dostávejte aktuální a odkazy k veřejným i online kurzům a přednáškám do své e-mailové schránky. Vše pro vás pořádáme zdarma.

Žádáme navštívníky Věžičky o dodržování aktuálních koronavirových opatření, dle kterých může být program změněn nebo zrušen. Děkujeme.



Grantový projekt Otevřeno všem
CZ.03.2.65/0.0/0.0/16_047/0008091
www.vezickarybi.cz | FB



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

4.9. od 14:00

MEZI INDIÁNY

Vezměte své děti na výlet mezi indiány. Povídání o indiánech o tom, kdo byli, jak žili, lovili, tvořili. Společně si pak i něco indiánského vyrobíme, třeba náramky nebo amulety.

9.9. od 16:30

VÝROBA RUČNÍHO PAPIRU

Umělecké dílny

Vyrobte si u nás domácí papír. Zažijete netradiční zkušenost, využijete starý papír a získáte tak materiál na originální přání nebo ozdoby. Fantazii se meze nekladou.

18.9. od 15:00

PEČEME KLOBÁSNIKY

Remeslné dílny

I když jsou klobásníky pro Moravskoslezsko typické, ne v každé domácnosti se připravují. S námi se je můžete naučit a zkusit, jestli budou chutnat stejně jako od babičky.

27.9. od 15:00

DÝŇOBRANÍ

Další ročník tradičního rybského dýňobraní - kdo dřív přijde, ten dřív dlabe...

30.9. 14:00-15:00

DÍLNÍČKA PRO DĚTI OD 2 LET

Umělecké dílny

Kreativní výtvarka šitá na míru vašim dětem. Pro děti od 2 let.

ÚTERÝ od 16:30

TANEČNÍ JÓGA

Taneční dílny

Pravidelně každé úterý.

Propojení jógy a tance. Nácvik jógových pozic v rytmu příjemné relaxační hudby. Zaměření na dech a jeho blahodárné účinky na tělo a mysl. Získáte nejen fyzickou zdatnost, pružnost, ale i radost z pohybu.

ČTVRTEK od 18:00

VÝRAZOVÝ TANEC

Taneční dílny

Pravidelně každý čtvrtek.

Energie a radost v tanci vaší duše...
Vyjádření myšlenek a pocitů pomocí pohybu bez pravidel.

STŘEDA od 14:00

RENOVACE ŠTOLŮ A ŽIDLÍ

Remeslné dílny

15.9. / 22.9.

Přijďte nám pomoci trochu vyřešovat nové obyvatele Věžíčky.

STŘEDA od 18:00

KURZ AUTORSKÉ DRAMATICKÉ TVORBY

Divadelní dílny

Pravidelně každou druhou středu až do prosince.

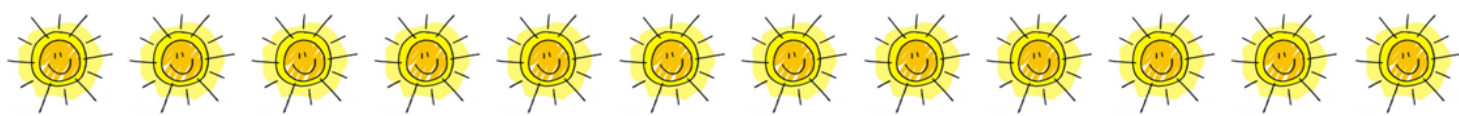
Divadlo, kde máte možnost pracovat s tématy, která jsou pro vás důležitá. Budeme pracovat s tělem, prostorem a časem. Budeme se učit fungovat na jevišti přirozeně, samostatně i v kolektivu.

PŘIHLÁŠKY NA DÍLNY, KURZY A DALŠÍ AKCE

info@vezickyrybi.cz / 776 772 991

Přijďte pobýt nebo se něco nového naučit, kdo ví, kdy nás zase zavřou.

PŘIPRAVUJEME: KURZ KVÁSKOVÉ PEČENÍ / BYLINKOVÁ BESEDA / TRHY



Pozvánky do Věžičky

Vezměte své děti na výlet MEZI INDIÁNY

od 14:00 INDIÁNSKÉ POVÍDÁNÍ
Od tom, jak indiáni žili, lovili,
vyráběli...

od 15:15 INDIÁNSKÉ TVOŘENÍ
Výroba indiánských náramků a
amuletů.

A kdo bude chtít, může si zastřílet z
luku.

Vstupné dobrovolné
Není potřeba se na akci přihlašovat.



Grantový projekt Otevřeno všem
CZ.03.2.65/0.0/0.0/16_047/0008091
www.vezickarybi.cz | FB



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Máme možnost na podzim uspořádat ve Věžičce **Kurz romského tance a zjišťujeme, jestli by o něj bylo zájem.**

Pokud byste tedy na kurz přišli, dejte nám vědět na info@vezickarybi.cz nebo na facebooku do zpráv. Děkuje.

PODĚKOVÁNÍ SKAUTŮM

Chtěla bych touto cestou moc poděkovat všem, kteří se podíleli na organizaci a programu letních skautských táborů. Je třeba si vážit těch, kteří svoji energii a svůj volný čas věnují ostatním. Děti si po "covidovém" školním roce, který musely trávit u obrazovek počítačů, krásný táborový program moc užily.

Andrea Tománková

Přijmeme řidiče skupiny B- plachtové dodávky
Kopřivnice 777 811 222 (Kalisia s.r.o.)
Nástup ihned.



Ze zasedání rady obce



V měsíci srpnu rada obce

schválila:

- dohodu o narovnání ke smlouvě o dílo č. 09-0565a/20 se společností PORR (týká se méněprací při stavbě cyklostezky)
- uzavření smlouvy o zřízení věcného břemene – služebnosti mezi obcí Rybí a společností ČEZ Distribuce, a.s. se sídlem Teplická 874/8, Děčín – Podmokly (vedení přípojky NN na pozemku obce)
- smlouvy o uzavření budoucí smlouvy o zřízení věcného břemene mezi obcí Rybí a Moravskoslezským krajem se sídlem 28. října 117, Ostrava (vedení vodovodního řadu v silničním pozemku)
- dodavatele zpracování projektové dokumentace „Veřejná prostranství obce“ Ing. Marka Milicha, Štefánikova 58/31, Kopřivnice, IČ:04325630

doporučuje zastupitelstvu ke schválení:

- návrh na rozšíření podmínek pro získání dotace z Dotačního programu Obce Rybí „Domovní ČOV“ a to:
Bod 3) Vymezení okruhu příjemců. Žadatelem a příjemcem dotace může být fyzická osoba s trvalým pobytem v obci Rybí.
Bod 4) Lokalizace programu. Příjemce dotace musí ČOV realizovat na území obce Rybí.

Platba stočného do konce října

Upozorňujeme vás všechny, kdo máte napojenou splaškovou kanalizaci z vašeho domu na kanalizační řad v majetku obce a doposud jste nezaplatili stočné pro letošní rok, abyste tak učinili do konce října.

Pro rok 2021 je stanovena **cena stočného ve výši 5 Kč/m³**. V obci stanovujeme množství spotřebované vody podle směrných čísel roční spotřeby vody, kde je uvedeno, že na jednoho obyvatele bytu s tekoucí teplou vodou připadá 35 m³/rok.

Cena stočného na jednoho obyvatele domu je tedy stanovena ve výši 175 Kč.

Dle smlouvy můžete uhradit stočné na účet obce č. 1766493309/0800, jako variabilní symbol uveďte číslo smlouvy, nebo platbu můžete provést v hotovosti nebo platební kartou do pokladny na obecním úřadě.

Marie Janečková



Pravidelné cvičební hodiny TJ Rybí v sokolovně 2021/2022

Od 6. září cvičíme !!!

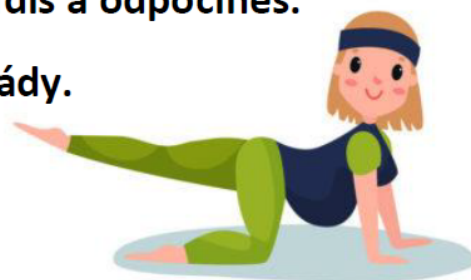


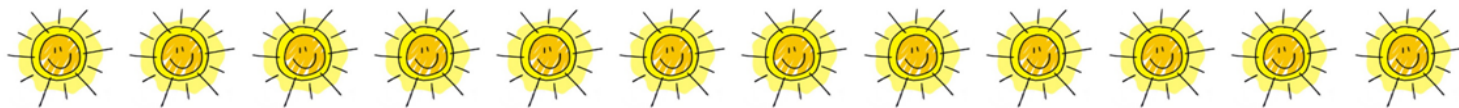
den	od - do	cvičení	cvičitel
pondělí	17:30 - 18:30	Starší a mladší žákyně	Libuše Mužíková Katka Červenková
úterý	18:30 - 19:30	Cvičení bosu (na objednávku)	Lidka Krpcová Tel. 732 844 013
	19:30 - 20:30	Volejbal	Lenka Skalková
středa	18:30 - 19:30	Ženy - zdravotní cvičení (s prvky pilátes)	Lidka Krpcová
	19:30 - 20:30	Ženy - kondiční cvičení	Božena Minaříková
čtvrtek	18:30 - 20:00	Muži - zdravotní cvičení + (nohejbal)	Lidka Krpcová

Informace o cvičení dalších věkových skupin – v říjnovém zpravodaji

V dobré partě se vždy pozitivně naladíš a odpočineš.

Přijď mezi nás i s kamarády.





Náš fotbalový klub TJ Rybí se rozrostl o další mladé šikovné hráče

V měsíci červnu jsem se dohodl s trenéry Jakubem Krpcem a Martinem Oborným na přihlášení starší přípravky do soutěže. Jedná se o děti, kluky i holky, kteří už nějakou dobu chodí pravidelně každý pátek trénovat do Závěšic a teď již nastal ten pravý čas, aby si konečně taky vyzkoušeli mistrovské zápasy v soutěži. Celkem se jedná o 17 dětí a rodiče se již nyní těší, jak jim budou chodit pravidelně fandit.

Druhou skvělou akcí, která se povedla trenérovi Jaromírovi Kvitovi, je založení fotbalové školičky v červenci. Během měsíce a půl se přihlásilo kolem 18 dětí ročníku narození 2015 a mladší. Tyto nejmenší děti se učí formou zábavy a hry pomalu práci s míčem a různé sportovní cviky spojené s obratností celého těla. I tyto děti jsme přihlásili do soutěže a budou mít na podzim dva velké turnaje, kdy jeden z nich se bude pořádat u nás v Rybím na hřišti.

Veškeré informace ohledně TJ Rybí, z.s. naleznete na:

www stránky TJ Rybí, z.s.: <https://www.tjrybi.cz/>

Facebook stránky: odkaz „Fotbalový klub TJ Rybí“



Petr Pochyla

Rekonstrukce budovy na hřišti

Na podzim v roce 2020 jsme ve spolupráci s obcí Rybí započali plán rekonstrukce budovy šaten na fotbalovém hřišti.

Jak bylo napsáno výše, aktuálně se naše základna rozrostla o nových 35 dětí, což je v dnešní době něco neuvěřitelného a jsme za to moc vděční. Byli bychom moc rádi, aby to takhle dále pokračovalo a mohli bychom po dlouhých 15 letech přihlásit do soutěží také družstvo dorostu.

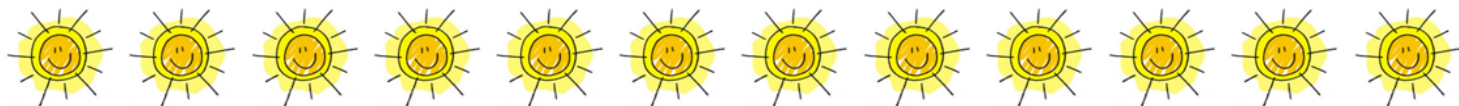
Všeobecným cílem je opravit a hlavně modernizovat stávající, již zcela nevyhovující prostory pro všechny sportovce (šatny, sociálních zařízení) a také prostory pro konání různých společenských a kulturních akcí.

Po posouzení aktuálního stavu a základů budovy statikem, plánujeme vybudování prvního patra pro další aktivity spojené s různými činnostmi, které jsou a budou konané místními spolky i obcí. Aktuálně jsme ve fázi komunikace s projektantem, aby byl projekt připravený a hotový pro rok 2022.

Financování tohoto projektu bude, a je to i podmínkou uskutečnění tohoto projektu, placeno z velké části z dotačního programu (MŠMT, EU, Moravskoslezský kraj).

Všichni pevně doufáme a věříme, že se nám tento projekt podaří dotáhnout do zdárného konce a objekt bude sloužit všem občanům naší obce i blízkého okolí.

TJ Rybí, z. s.



můjprvnígól

Liga malých mistrů 3+0

V Rybí v sobotu dne 2.října od 9,00 hod.



trénujfotbal

UHER
COMPANY

Série turnajů pro děti předškolního věku

Nechceme počítat skóre a započítávat body do tabulky

Zápasy bez složitých pravidel, bez brankářů a taktických omezení

Chceme, aby děti běžaly za míčem, smály se a radovaly z každého gólu



Zprávičky ze školičky

Září je tady a s ním i zahájení nového školního roku. V tomto školním roce bude naši školu navštěvovat 48 dětí, z toho přivítáme 8 prvňáčků. Jsou to:

Lucie Kuběnová
Tobias Richter

Rozálie Matzke
Jakub Rubina

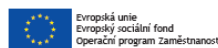
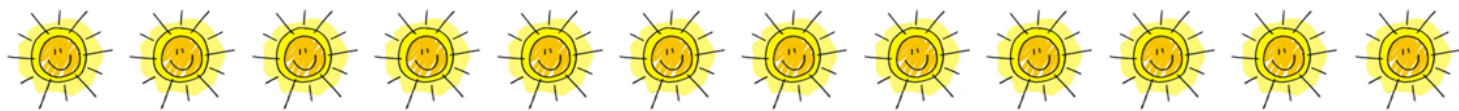
Anastázie Musilová
Anna Řehořová

Vojtěch Petřek
Daniel Špaček

Na prvňáčky se nejvíce těší jejich paní učitelka Martina Bajerová. Na druháky a čtvrtáky paní učitelka Hana Frydrychová s panem učitelem Jaromírem Bílým. Třetáci a pátáci se mohou těšit na novou paní učitelku Lenku Michálkovou. O děti ve školní družině se postará paní vychovatelka Monika Petrová, která působí i jako asistentka pedagoga, stejně jako paní Jana Kováčová. O pořádek ve škole se stále stará paní školnice Jarmila Šimíčková a obědy nám bude připravovat paní kuchařka Božena Hanzelková.

Všichni věříme, že tento školní rok už bude stejný, jako léta před koronavirovou pandemií. Samozřejmě, že bude potřeba dodržovat hygienická opatření. Hlavně abychom mohli chodit do školy a učit se společně. Snad budeme moci uskutečnit i akce pro rodiče a celou obec.

Všem zúčastněným chci tímto popřát do nového školního roku hodně elánu, radosti a spokojenosti.



pod záštitou náměstka hejtmana kraje
pro sociální oblast Jiřího Navrátila

Vezměte své děti a navštivte s nimi
zdarma krásná místa našeho kraje

- 5. 9.** Hrad Sovinec
12. 9. Zámek Frýdek - Místek
19. 9. Zámek Kunín

www.dejmedetemroдинu.msk.cz



DNY RODIN²⁰²¹



Je to první neformální setkání profesionálních i amatérských umělců (malířů, smaltérů, šperkařů, sochařů a dalších lidí "postižených" výtvarně) z celého Pobeskydí a jak doufáme, i ze zahraničí. Věříme, že se zúčastní i lidové školy umění, výtvarné kroužky a další zájmové skupiny.

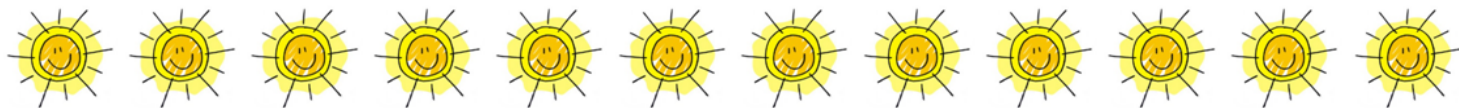
Umělci by měli prezentovat svou tvorbu a snad i na místě tvořit. Věříme v zajištění workshopů i dalších ukázek různých výtvarných technik. Doufáme, že se podaří docílit doplnění programu o divadelní představení pro děti i dospělé, hudební produkce a dalšími atrakce. Občerstvení je zajištěno. Vstupné je dobrovolné.

Využíváme toto otištění této pozvánky ve vašem Zpravodaji jako příležitost oslovit umělce, výtvarné skupiny a stejně tak i další veřejnost z vaší obce. Pomozte nám svou hojnou účastí zahájit tradici, která se může stát svátkem všech milovníků výtvarného umění.

FAUNAPARK FRÝDEK-MÍSTEK
SOBOTA 25.9.2021 od 10:00 - 18:00 HOD
SRDEČNĚ ZVEME !

Pořádá Spolek pro Faunapark a ROSENFELD z.s..

Přihlášky umělců na: info@zoofm.cz a gallery.rosenfeld@gmail.com Pro přípravy umělců bude Faunapark otevřen od 08:00.



Informace obecní knihovny



I. Březinová

Fína a Zef – Příběh surikat

Malá surikata Fína žije se svou velkou rodinou v africké poušti. Je to všetečka, kterou baví stále něco zkoumat. A se svým kamarádem Zefem vyvádí jednu vylomeninu za druhou. Ale občas musí dávat pozor – život v poušti může být velmi nebezpečný.

M. Salajková

Báječná škola pana Scotta

Šestiletý Péťa jde poprvé do školy. S rodiči se z Česka přestěhoval do Portugalska, a tak na něj čekají spolužáci z celého světa. Jak to zvládne, když neumí anglicky? Najde si kamarády? Brzy pochopí, že tahle malá mezinárodní škola je báječná.

P. H. Šlik

Ve staré cihelně se svítí

Ve staré cihelně se již několik let nepracuje, ale proč se tam někdy svítí? Dvanáctiletí průzkumníci Vojta s Jindrou a jejich kamarádka Tereza se rozhodnou, že záhadě přijdou na kloub. Čeká je dobrodružné pátrání, ale oni se nevzdávají.

M. Eben

Myšlenky za volantem

Tato kniha představuje soubor sloupků a fejetonů, které vycházely časopisecky v letech 2014-2020. Krátké příběhy ze života, které se stávají i nám, líčí svým osobitým způsobem. A tím nás pobaví, ale často i ukáže, jak zbytečně si někdy život komplikujeme.

V. Vondruška

Křišťálový klíč – Falknovská huť

Roku 1690 přichází do severních Čech ze Šumavy mladý Leopold Heřman se svým otcem Ignácem, který se stává huťmistrem v Křížové huti. Ignác nemá mnoho peněz, ale vlastní veliké bohatství – zná způsob, jak tavit průzračné křišťálové sklo. A své tajemství si úzkostlivě tají. Podaří se mu začít vyrábět toto vzácné sklo ve vlastní sklárně?

L. Šilhová

Beru to na sebe

Vtipné vyprávění zralé ženy o jejím životě, práci, manželství. Pohodové a příjemné čtení o tom jak to v životě chodí.

K. Gillerová

Dubnové slunce

Dvě nerozlučné kamarádky, dva rozdílné světy. Ela vyrůstá bezstarostně jako jedináček, Dita naopak v početné rodině, neustále zatížena péčí o sourozence. Po letech se ale jejich situace obrátí. Ela vychovává dvě děti a musí se uskromnit. Dita odejde od své rodiny a rozhodne se žít sama. Ale pak se objeví muž, do kterého byly kdysi obě zamilované...

A. Quick

Na hraně

Amálie Vaughnová utratí veškeré své dědictví za sídlo, které chce proměnit v moderní penzion. Příliš pozdě se dozví, že tento dům je prokletý, ale protože tomu nevěří, brzy uvede penzion do provozu. Ale její první host, doktor Norman je během vyprodaného představení zavražděn robotem, kterého sestrojil. A začíná neuvěřitelný příběh, který se odehrává i ve zločineckém podsvětí.

Věrka Šustalová, knihovnice



STĚHOVÁNÍ: Na co se připravit?

Stěhování - příležitost pro nové začátky, životní změny, ale také období stresu a nostalgie. Pro některé je stěhování dlouho očekávaným a plánovaným momentem, pro jiné rodiny naopak nepříjemnou komplikací. Ať už se stěhujete do vysněného domečku nebo jste nuceni změnit bydliště kvůli práci či jiným okolnostem, čeká vás nyní poměrně náročné období. **Pojďme se proto podívat na to, jak celý proces stěhování zvládnout bez zbytečného stresu a chaosu.**

Pozor stres!

Krabice všude kam se člověk podívá! Máme všechno? Kam jsme vlastně dali to nádobí? Co ještě musíme dobalit? Kdy přijede auto? Stěhování je spojeno s nikdy nekončící sérií úkolů. Je toho potřeba udělat tolik! Vyklidit, zabalit, nachystat, znovu něco vybalit, protože si dítě nebo partner vzpomene, že z té zalepené krabice ještě přeci jen něco potřebují, znovu zabalit, převést, vybalit, vyřídít papíry, zorganizovat ostatní členy domácnosti... Uf! To je pořádná fuška.

Jak se z toho nezbláznit? Všechno si zapisujte! Nenoste veškeré úkoly v hlavě, ale vytvořte si přehledný to do list, ze kterého můžete odškrtnout. Budete tak přesně vědět, co je už za vámi a co vás teprve čeká. Vaším nejlepším přítelem je teď plánování. Než tedy celou operaci stěhování spustíte, věnujte dostatečný čas tomu, abyste vše dopředu naplánovali a zorganizovali. Nezapomeňte si k jednotlivým úkolům přidat taky časovou rezervu. Rozdělte úkoly mezi všechny členy domácnosti, není potřeba, aby vše bylo jen na vás.

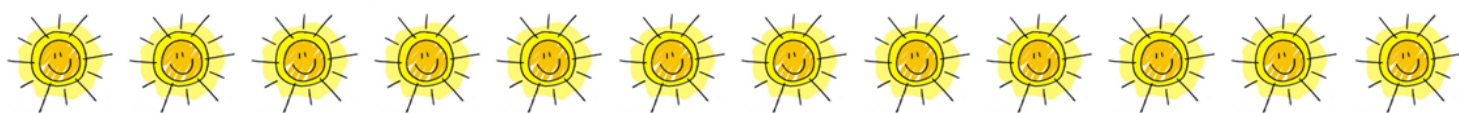
Stěhování a děti

Pro děti může být stěhování velmi náročné. Najednou se loučí se vším, co dosud znali - se svým pokojíčkem, sousedstvím, kamarády. Je to pro ně velká změna. Ačkoli se teď na stěhování těší a se vším pomáhají, může se stát, že na ně smutek dolehne později. Mluvte s dětmi o jejich pocitech, ptejte se, na co se těší a čeho se bojí. Přiblížte jim, co nového je čeká. Pokud je to možné, řekněte dětem o stěhování s dostatečným předstihem, aby se na tuto velkou změnu mohly připravit. Děti budou mít pravděpodobně ke všemu spoustu otázek, snažte se je neodbytně a trpělivě jim vše vysvětlit.

Stěhování a vztah

Jak už jsme psali na začátku - stěhování může být zdrojem velkého stresu, napětí a chaosu. Takové pocity člověka snadno vyčerpají. Objevuje se pak podrážděnost i přecitlivělost. Pro partnerský vztah to proto může být velká zkouška. Na intimitu najednou není čas ani nálada, objevuje se jedna hádka za druhou a konverzace se točí výhradně kolem toho, co je ještě potřeba udělat nebo zařídit. Snažte se vyhradit si s partnerem alespoň chvíli během dne, kdy na téma stěhování úplně zapomenete. Mluvte spolu - o tom jak se máte, co vás trápí, štvete a co byste od toho druhého potřebovali. Nezapomínejte také na dostatek spánku a odpočinku, bez toho to zkrátka nepůjde.

Jménem online psychologické poradny Mojra.cz vám do vašich nových začátků přejeme jen to nejlepší.



Trafin-oil - informační leták k třídění odpadů



Otázka „**Co třídít?**“ se zdá být jednoduchá. Jako první většinu napadne smažení nebo fritování. A to my doma neděláme, takže nás se třídění oleje netýká... OMYL! Většina produkce odpadního oleje v domácnosti nepochází ze smažení či fritování. Přinášíme vám přehled dalších potravin či pokrmů, ve kterých najdete olej či tuk vhodný ke třídění. Příště se rozhlédněte doma nebo při nákupu, a možná budete překvapeni kolik oleje kolem vás je.

Například **nakládáný hermelín** či jiné druhy sýrů naložené s chilli, česnekem nebo zeleninou. Vždy jsou potopené v oleji. A právě olej zajistí prolnutí chutí, vytvoří také prostředí ke zrání a díky tomu si můžeme správně vyzrálý hermelín i natřít na chleba. Ať už lahodné sýry kupujete nebo sami nakládáte, zbylý olej ze skleničky, kyblíku i z použitých talířku patří do olejové popelnice! A není ho málo. Mezi oblíbence patří i **sušená rajčata**. I ta se prodávají naložená v oleji. Zde slouží jako konzervant a pomáhá rozvinout chuť a vláčnost. Ať už je připravujete jakkoliv, vždy po nich zůstane dost oleje ideálního k vytrídění. Stejně je na tom **salátová zálivka** - ta může být na olejové bázi a pokud vám v míse zbude, šup s ní do lahve k třídění oleje. Jakákoliv **nakládaná zelenina** v oleji – česneky, papriky, chilli papričky a další. Zde všude lze posbírat značné množství oleje – a každá kapka se počítá. K naložení do oleje se hodí také **hříbky**. Olejový nálev je stejně populární jako sladkokyselý či slaný. Olej můžete slít do PET lahve i pokud obsahuje drobné kousky hub či zeleniny. Další jsou **olivky** ačkoliv se z nich lisuje především prvotřídní olej, ten se dá třídít také, samotné plody se většinou prodávají ve slaném nálevu. I přesto je najdeme naložené v oleji. I tento lze jednoduše slít do sběrné láhve. Nejen zde platí, že škoda kapky, která padne vedle. Olej může často zbyť i na talířcích, ten se dá také sbírat. Nevadí, pokud obsahuje trochu vody či nálevu, raději troška vody ve vytríděném oleji než troška oleje v odpadní vodě. Jasným adeptem na třídění oleje, je ten z **rybích konzerv**. Sardinky, sledě, makrely, tuňák a všechny ostatní známé i neznámé rybky v konzervě. Pro použití do salátu nebo do pomazánky doporučujeme přimíchat čerstvý, kvalitní olej a ten z konzervy vyhodit. Samozřejmě do správné popelnice – tedy do olejové. Naopak překvapivý pokrm, ze kterého lze získat olej ke třídění může být **grilované maso, zelenina či sýr**. Maso, lilek i hermelín potřebují jít na gril v olejovém kabátku. Ideálně s česnekem chilli nebo bylinkami. Pokud vám po grilování zbude marináda, výborně! Můžete ji také vytrídít.

Pomalu se dostáváme do oblasti **smažení**. Ano, většina se na něj dívá skrz prsty, ale upřímně – máme ten malý hřích rádi! Co třeba koblihy? Nebo langoš? I na těchto dobrotách si můžete pochutnat doma.

Dalším je typický smažený pokrm – **smažené ryby, rybí prsty, fish&chips, řízky, smažené sýry**. Můžete smažit na pánvi nebo fritovat. Na oleji, másle, sádle či jiném tuku. A všechny tyto oleje a tuky jsou vhodné ke třídění. Málo kdo ví, že se dá vytrídít i **výpek z masa** nebo **tukový škraloup z vývaru**. Je vhodné tento zbylý tuk slít do lahve na třídění a pak teprve dát pekáč nebo hrnec do myčky. Takto vám tuk nezanechá potrubí pod dřezem a ještě dostane možnost, být znovu užitečný. Co takhle někdy vyzkoušet domácí smažená křidélka nebo špalíčky? Dbejte na to, aby se olej příliš nepřepaloval, použijte kvalitní olej na fritování (řepkový či palmový nebo jejich mix), nepoužívejte jej vícekrát – zchladnutí a opětovné zahřívání mění oleje a tuky na karcinogenní látky. Křidýlka a špalíčky smažte při 180°C po dobu 8-10 minut. Dále jsou tady **hranolky** – asi první věc co nás napadne, když se řekne smažení. A při přípravě rozhodně vzniká odpadní olej. Vyzkoušejte domácí hranolky z čerstvých brambor. Nejdříve je asi 4 minuty smažte ve 120°C oleji, kde se předvaří uvnitř. Zároveň je tato teplota dostatečně vysoká, aby se hranolky nenacucaly olejem. Po 4 minutách zvyšte teplotu na 180°C (palmové oleje zvládnou i teplotu 200°C). Poté se smaží do zlatova. A olej ze smažení patří kam? Do PETky a do popelnice. Po smažení nechte olej vždy vychladnout, abyste se při manipulaci nepopálili. Ani té PETce se nebude horký olej příliš líbit. Pokrmů a pochutin, ve který najdete jedlý olej a tuk vhodný k recyklaci je spousta. Záleží také jakou kuchyni preferujete – vietnamskou, indickou, thajskou, italskou, francouzskou, českou? V tomto článku jsme vám chtěli ukázat, že olej není je z fritovacího hrnce. Pravdou je, že klasické fritování v domácnostech tolik oblíbené není, to ale neznamená, že se nemůžete podílet na třídění oleje a chránit tak přírodní zdroje a snižovat emise. A nezapomeňte, že třídít se dají i pevné, živočišné tuky jako máslo a sádlo.

A v neposlední řadě si také ušetříte starosti s ucpaným potrubím ve vaší kuchyni či koupelně. Děkujeme, že třídíte! Poznámka na závěr – do olejových popelnic patří pouze jedlý odpadní olej a tuk! Nejsou určeny pro motorové, hydraulické, technické ani žádné jiné průmyslové oleje a maziva.



JSTE NEDOSLYCHAVÝ? ŠPATNĚ SLYŠÍTE?

JSTE NESLYŠÍCÍ?

POUŽÍVÁTE ČESKÝ ZNAKOVÝ JAZYK?

Po celém Moravskoslezském kraji poskytujeme osobám se sluchovým postižením všestrannou podporu v podobě služeb, které jim ulehčí začlenění se do společnosti.

- **NAŠE SLUŽBY JSOU ZDARMA**
- **MŮŽEME ZA VÁMI PŘIJET KAMKOLIV PO KRAJI**
- **STAČÍ NÁS KONTAKTOVAT SKRZE NÍŽE UVEDENÉ ÚDAJE**

SLUŽBY PRO NEDOSLYCHAVÉ

Ať už jste senior, nebo se vám třeba náhle zhoršil sluch, můžeme Vás podpořit při pochopení Vaší situace, nasměrovat Vás k vhodnému lékaři či vám poradit s výběrem odpovídajícího typu pomůcek a s žádostmi o ně.

Existuje řada možností, jak zhoršující se sluch kompenzovat. Důležité je situaci řešit.

S naší podporou to zvládnete.

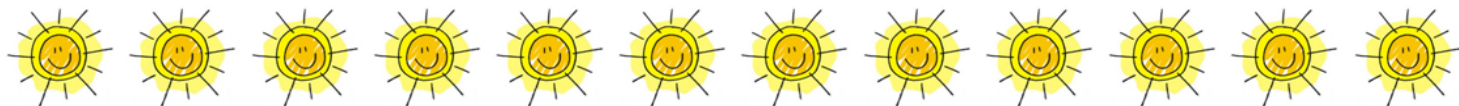
SLUŽBY PRO NESLYŠÍCÍ

Můžeme Vás podpořit při vyřizování Vašich nároků na příspěvky, při zajišťování pomůcek nebo třeba při procesu hledání práce.

Komunikační bariéra mezi neslyšícími a slyšícími může být s naší podporou výrazně nižší.

Mgr. Bc. Alena Hegerová
vedoucí konzultantka
702 158 110
alena.hegerova@tichysvet.cz
www.tichysvet.cz


Nasloucháme neslyšícím



Ohlédnutí za skautským táborem

Piráti, poklad, kamarádi výlety a spousta zábavy. Tak vypadal 1. turnus premiérového příměstského tábora v Rybí. Od pondělí do pátku s námi prožívalo pirátská dobrodružství 16 dětí. První den jsem se seznámili s posádkou, kapitány, lodí, ale i zlými korzáry, kteří drancovali širé moře. Před samotným vyplutím na moře bylo zapotřebí si sbalit vybavení na plavbu. Získat jídlo, postavit loď a hlavně sehnat mapu k pokladu. Nalezením pokladu vyvrcholilo snažení posádek. Všichni piráti byli za svůj úspěch odměněni.

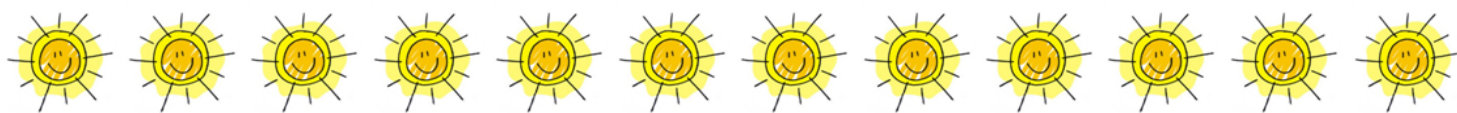
Poslední týden v srpnu jsem se v rámci druhého turnusu příměstského tábora podívali do školy čar a kouzel v Bradavicích. Kouzelníci odkrývali tajemství, která skrývají zdi bradavického hradu. Největším tajemstvím byly poloha Kamene mudrců. Studenti se účastnili hodiny lektvarů, ve které prováděli tajné pokusy a žertovné čary. Získali nejen učebnice kouzel, ale také čarovné hůlky.

Díky táborům se děti naučí spoustu praktických dovedností- jak hrát fér, jak vítězit, zvládnout prohru, prosadit se, hledat řešení, zrealizovat svůj nápad a především získat spousty kamarádů a nových zážitků.

Vrcholem našeho skautského roku je vždy stanový tábor. Okolí tábořiště ve Valašské Polance už známe, jako vlastní boty, a proto jsem se po roční odluce vrátili zpět. Na zdejší louce se pořádal rytířský turnaj, na který, jsem vyrazili poslední červencový den. Král Baran vládl celému táborovému dvoru. Žilo tam spousty sličných a urozených dam a pánů, ale i udatní rytíři a zlí hrdlořezi. Ač nám počasí příliš neprálo, přec nás neodradilo od již tradičních táborových aktivit. Cílem rytířského klání, bylo zdolat nástrahy a prokázat svou urozenost, sílu, samostatnost, chrabrost a spousty jiných vlastností jež má správný rytíř mít. V kuchyni se vyvářely pochutiny libé vůně i chutě a tak i o naše břicha bylo velmi dobře postaráno. Velké díky patří tedy především našim milým kuchtičkám Janě a Lence, vedoucím a především dětem.

Martina Cochlarová





Sobota je plná zvrátů,
není již čas na debatu,
Táborníci připraveni,
kufry plné vybavení.

Covid nás nesrazí
tábor nám nezkazí.
Těšíme se velice
i na bouřkové metelice.

Baran nás staví do latě,
vypadá opravdu svalnatě.
Budí v nás respekt
má to v nás tížený efekt.

Hasič Tonda maják zapne,
celý tábor rázem zklapne,
Šulánek nám předpovídá, bouře, slunce, krupobití
už jsme z toho všichni sbití

Rosnička se z něj nestane,
petrolejka v jeho rukách však zaplane.
Ještě že ty hasiče tu máme
o táborové bezpečí je postarané.

V kuchyni se Lenča s Jančou otáčí,
ostatní raději v tichosti odkráčí.
Plné pupky jsou skvělou vizitkou,
určitě otrávení nepojedeme sanitkou.

Kuchyň dnes předaly našemu velení,
buřtguláš vaříme, snad nebudeme zelení.
Středověký hrdlořez, nás tady drancuje,
u krále Barana pak vesele tancuje

Pokladníci plní našimi zlatáky,
v jednotlivých družinách, má samé chlapáky.
Jerry je součástí, táborové rodiny,
vždyť v kuchyni tráví dlouhé hodiny.

Bassebal hrajeme již skvěle
trenky a gaťky nám dochází, bereme to však vesele.
Sprcha je součástí lesní krajiny,
udělá z nás skoro až albíny.

Bouře tu byla převeliká,
v místě tábořiště jsem mohli
plnit plavání bobříka.



Klíšťata nás tady moc neprudí,
zdravotník Mája je svými fialovými vlasy odpudí.
Rexík i Mařena jsou naši playboyi,
ve stanu pláčou, vždy až po boji

Rózka je skvělá kadeřnice,
účesy sluší nám převelice,
Tula udržuje táborovou kasičku,
kdo se jí postaví bude potřebovat lékárníčku.

Večery chladné jsou,
mrznou nám palečky,
Do spacáku schováme,
zmrzlé zadečky.



RYBSKÝ ZPRAVODAJ č. 9/2021. Periodický tisk územního samosprávného celku.

Vychází 1x měsíčně v nákladu 450 výtisků. Vydal Obecní úřad Rybí, Rybí č. p. 380 dne 31.8.2021

Připravila Jana Marková. Telefon / fax: 556 760 181. IČ: 00600741.

E-mail adresa: obec@rybi.cz. Webové stránky obce: www.rybi.cz.

Evidenční číslo zpravodaje: MK ČR E 10143.

Pro Rybjany zdarma jinak 5 Kč za jeden výtisk. Tisk: Obecní úřad Rybí XXIX. ročník

Obecní úřad si vyhrazuje právo výběru příspěvků do zpravodaje. Uzávěrka každého čísla: 25. den