



OBEČNÍ NOVINY

1-2/2021

Úholičky

Měsíčník obce Úholičky



Oznámení o konání sčítání
lidustr. 3



Cirk La Putyka - Oživené
obecní rozhlas str. 5-6



La Manche na suchu
.....str. 7



Ú-holky v běhu aneb
Únorová výzva str. 7-8



Angličtina na dálku
.....str. 10



ÚVODNÍK

Vážení občané,

minulé číslo novin jsme museli odložit, a tak se hlásíme po dvouměsíční pauze. I do redakce Obecních novin totiž zavítal covid. Ale kultury, sportu a jiných radovánek, o kterých Vás redakce pravidelně informuje, je přamálo, takže se nám to do jednoho výtisku „bohužel“ vejde.

Situace je stále neutěšená a já marně hledám slova, který-mi bych Vás podpořila. Snad začátkem března se nějaké roz-volnění dá očekávat. S jistotou se dá očekávat příchod jara, kdy budeme moci vtrhnout na naše zahrádky a začít je chystat na novou úrodu a záplavu letních květin. Já už se na práci na zahradě a na hřejivé jarní paprsky moc těším.

Situaci trochu vylepšil letošní únorový přívál sněhu a mráz. Děti se začaly zase scházet na kopci se sánkami a na rybníce s bruslemi. Bylo hezké sledovat, jak kluci hrají hokej na přílepském rybníce a ne na telefonu nebo počítači. Z pole nad obcí se stal běžkařský okruh a sousedé se potkávali ve stopě, my blázni jsme využili toto sněhové nadělení dosyta a běhali jsme i po večerech s čelovkou.

Patřím také mezi ty šťastné, kteří můžou chodit kontinu-álně do práce, a tak Vám sdělím i několik aktuálních věcí ze života obce.

Proběhlo jednání o novém přístupu na nádraží, kterého se zúčastnili i majitelé přilehlých nemovitostí. Po garantová-ní zapracování vznesených námitek do projektu pro stavební povolení se bude v přípravě stavby pokračovat. Jedná se ze-jména o zachování soukromí nejbližšího pozemku a využití takových materiálů a technologií, které co nejlépe zapadnou do stávající zástavby, budou však funkční a v souladu s nor-mami. Což není ve stísněných podmínkách jednoduchá věc.

S Krajskou správou a údržbou silnic proběhlo na obecním úřadě jednání o opravě propadlé zdi a silnice na Velké Pří-lepy. Jednalo se o koordinační schůzku investora, dodavatele a majitele přilehlého pozemku. Po Velikonocích by měla být stavba zahájena.

Se starosty z okolních obcí jsme se sešli s panem radním Kupkou a žádali o investice do krajských silnic. Jednání s pa-nem radním Boreckým na téma cyklostezky podél Vltavy mě teprve čeká. Chtěla bych zvrátit závěr Krajské správy a údrž-by silnic, která dostala projekt na starost a dala mu stopku. Projekt má vydané územní rozhodnutí a určitě ho lze dokončit s ohledem na všechny zúčastněné (Dráhy, Povodí i ochrana přírody).

V souvislosti s očkováním proti covidu jsme se spojili s naší paní doktorkou, která je připravena očkovat své pa-cienty. Zkontaktovali jsme se i s krajským koordinátorem, vakcíny ale zatím nemáme. Víme ale, že někteří naši nejstar-ší občané jsou očkovaní v nemocnicích, kam se registrovali v on-line systému.

Přeji všem slunečný březen, dětem hladký návrat do škol a nám všem bezpečné rozvolňování. Kéž by mělo sluníčko sílu si na vir došlápnout a začít ho mýt.

Terezie Kořínková, starostka

ZPRÁVY Z OBCE

• Kontejnery

Ceny za kontejnery pro občany s trvalým pobytem v obci, které objednávejte na základě průvodního listu, byly od 1. 2. 2021, z důvodu nového zákona o odpadech, navýšeny.

Ceny platné od 1. 2. 2021:

Velkoobjemové:

9 m³ 1 600 Kč

15 m³ 2 800 Kč

Suť, zemina apod.:

3 m³ 2 050 Kč

8 m³ 4 700 Kč

Postup objednávání zůstává beze změn.

• Úřední hodiny OÚ

Úřední hodiny zůstávají nadále beze změny: **pondělí 8 - 13 hodin a 15 - 18 hodin, ve středu 15 - 18 hodin.** Respektujte prosím covidová omezení, i v úředních hodinách je úřad uzavřen, po zazvonění pouštíme po jednotlivcích, aby nedocházelo ke kontaktu více osob v úřadovně.

Romana Klusoňová, asistentka starostky

Co se děje v obci

• Uklízíme sněh

Ráda bych na tomto místě poděkovala pracovníkům naší údržby. Vstávají brzy ráno, aby protáhli silnice, než vyjedete vy. Nemůžou být na všech místech najednou, takže někomu se může zdát, že jejich práce není stoprocentní. Ale tak uklizené silnice i chodníky má v okolí málokterá obec.

Děkuji i Vám, kteří jste si toho všimli a poslali nám SMS nebo mail, ať jim vyřídíme poděkování.

- Klestíme podél potoka z Přílepy, aby se kolem něj dalo v létě projít
- Čistíme i pozemek Na Habří (pod hřištěm), aby se lépe udržoval

Terezie Kořínková, starostka



Úholičky – únor 2021

Zdroj: P. Dvořák



OZNÁMENÍ

www.scitani.cz



Českého statistického úřadu ze dne 9. 2. 2021

O KONÁNÍ SČÍTÁNÍ LIDU, DOMŮ A BYTŮ V ROCE 2021 V ČESKÉ REPUBLICCE

Podle zákona č. 332/2020 Sb., o sčítání lidu, domů a bytů v roce 2021 a o změně zákona č. 89/1995 Sb., o státní statistické službě bude na celém území České republiky přistoupeno ke sčítání lidu, domů a bytů.

Rozhodným okamžikem sčítání je půlnoc **z pátku 26. března 2021 na sobotu 27. března 2021**. Fyzická osoba podléhající sčítání je povinna poskytnout zákonem požadované údaje. Sčítání je primárně navrženo jako online, tedy bez nutnosti kontaktu s dalšími osobami.

Sčítání podléhá:

- a) každá fyzická osoba, která má v rozhodný okamžik na území České republiky trvalý pobyt nebo přechodný pobyt nad 90 dnů, nebo které byl na území České republiky udělen azyl, doplňková ochrana nebo dočasná ochrana,
- b) každá další fyzická osoba, která je na území České republiky v rozhodný okamžik přítomna,
- c) každý dům (i neobydlený) a každý byt (i neobydlený).

Povinnost sečíst se se nevztahuje pouze na cizince, kteří jsou v České republice na dobu kratší než 90 dnů (například turisté), a na cizince požívající diplomatické výsady a imunity.

Obecní úřad zveřejní způsobem v místě obvyklým nejpozději 14 kalendářních dnů před rozhodným okamžikem tento dokument, seznam standardních sčítacích obvodů v obci včetně jejich vymezení a jména, příjmení a čísla průkazů sčítacích komisařů, kteří budou v jednotlivých sčítacích obvodech sčítání zajišťovat, včetně telefonního spojení na bezplatnou informační linku sčítání a oficiální internetové adresy sčítání.

Sčítání osob se provede poskytnutím údajů jejich zápisem do sčítacího formuláře povinnou osobou. Tou je každá plně svéprávná fyzická osoba podléhající sčítání. Za fyzickou osobu, která není plně svéprávná, poskytne údaje její zákonný zástupce nebo opatrovník, případně jiná osoba oprávněná za ni jednat podle občanského zákoníku.

Sčítání lidu, domů a bytů se provádí vyplněním sčítacího formuláře pro domácnost. Údaje o domu a bytu poskytne jeho

uživatel, v případě neobydleného bytu vlastník domu nebo správce.

Povinná osoba poskytne údaje jejich zápisem do sčítacího formuláře buď v elektronické podobě při online sčítání od 27. března 2021 do 9. dubna 2021, nebo následně při terénním došetření.

Terénní došetření provádějí sčítací komisaři jmenovaní podle zákona. Sčítací komisař se při výkonu své funkce prokazuje průkazem sčítacího komisaře, případně na požádání povinné osoby též svým občanským průkazem nebo cestovním dokladem.

Při terénním došetření sčítací komisař předá členu domácnosti, osobě žijící mimo domácnost, popřípadě vlastníku zařízení, které tvoří samostatný sčítací obvod, sčítací formulář v listinné podobě v předem oznámeném termínu nejpozději do 26. dubna 2021. Úřad je podle zákona oprávněn lhůtu prodloužit.

Člen domácnosti, osoba žijící mimo domácnost nebo vlastník zařízení, které tvoří samostatný sčítací obvod, odevzdá vyplněný sčítací formulář v předtištěné odpovědní obálce na poště nebo jej vhozením do poštovní schránky odešle zdarma na adresu P. O. Boxu sčítání, nebo jej doručí na kontaktní místo sčítání, nejpozději do 11. května 2021.

Údaje zjištěné při sčítání jsou chráněny zákonem, nařízením o evropské statistice, GDPR a dalšími právními předpisy. Tyto údaje nesmějí být použity pro jiné než statistické účely.

Sčítání 2021 začíná rozhodným okamžikem o půlnoci z 26. na 27. 3. 2021. Do 9. 4. 2021 má každý možnost sečíst se online prostřednictvím elektronického formuláře na webu www.scitani.cz nebo v mobilní aplikaci. Kdo se nesečte online, má zákonnou povinnost od 17. 4. do 11. 5. 2021 vyplnit a odevzdat listinný formulář. Jeho distribuci zajišťují sčítací komisaři.

Kontaktními místy pro Sčítání 2021 jsou pracoviště České pošty, s. p. nebo Českého statistického úřadu určená pro veřejnost k vyzvednutí prázdných nebo odevzdání vyplněných listinných sčítacích formulářů pro Sčítání 2021.

Nejbližší kontaktní místa:

pošta Roztoky	Tyršovo nám. 2221, 25263 Roztoky	tel: 954225263
pošta Kralupy nad Vltavou 1	Nerudova 880/9, 27801, Kralupy nad Vltavou	tel: 954227801
pošta Kralupy nad Vltavou 3	nám. J. Seiferta 698, Lobeček, 27801, Kralupy nad Vltavou	tel: 954227803
Ústředí ČSÚ, ČSÚ Praha a Středočeský kraj	Na Padesátém 3268/81, Strašnice, 100 82, Praha	tel: 274052732
		tel: 274052425
		tel: 274054175

Aktuálně nemocní s covid-19 k 22. 2. 2021

Úholičky	12
Velké Přílepy	47
Tursko	12
Libčice	86
Roztoky	113
Únětice	8
Statenice	12

Celkově v Úholičkách dosud prošlo nálezem 73 lidí.

*Zdroj: Novinky.cz, starostka
Lucie Dvořáková, redaktorka*

Z deníku hasičů

16. 2. Výjezd 3/2021 23:15 FIREPORT: Požár nízké budovy, Úholičky, bouchla kamna, přízemí s půdou hoří plamenem, nejde uhasit. Výjezd v počtu 1+6. Při zásahu hasiči prováděli průzkum, pomoc při roztažení vedení a uvolnění komunikací. Zasahoval HZS Roztoky, JSDH Úholičky, PČR a ZZS. Návrat na základnu 1:15.

13. 2. V sobotu 13. 2. byla naše jednotka na prosbu ředitelky školy Únětice vyslána k odklizení sněhu ze střechy nové budovy mateřské školky a školy. Jednotka vyjela v 9:20 v počtu 5+1. Návrat v 11:30.

12. 2. Výjezd 2/2021 1:40 FIREPORT: Požár nízké budovy, Horoměřice, požár v kovošrotu, obytná buňka. Výjezd v počtu 1+5. Požár buňky Horoměřice. Při zásahu byla použita DT a prováděly se hasební a likvidační práce. Zasahoval HZS Roztoky, JSDH Úholičky, Horoměřice, Lysolaje, PČR a ZZS. Návrat na základnu 5:15.

6. 2. Hasiči absolvovali společně s jednotkou Buštěhrad trénink – hašení auta.

Martina Dvořáková, redaktorka



Zdroj: JSDH Úholičky

ZPRÁVY Z MŠ

Letošní zima se opravdu vydařila. Napadla spousta sněhu. Ten sice přinesl pár dnů kalamity na silnicích, ale velkou radost dětem i sportovcům na běžkách.

Po několika letech jsme ve školce využili kopeček na zahradě. Ten je sice krátký, ale prudký. Děti byly neunavitelné. Se sněhovými klouzáky to jezdilo pěkně rychle. Byl to takový kolotoč, který se děti naučily z bezpečnostních důvodů dodržovat. Na jedné straně byla sáňkovač dráha a na druhé se lezlo nahoru. Nikomu nevadilo, že to klouzalo, občas i někdo spadl nebo se převrátil při sjíždění. Hlavně, že bylo hodně sněhu a zábavy. Paní učitelky na vše dohlížely a bezpečnost zajistily starými molitanovými postýlkami. Děti, kterým se nechtělo sjíždět kopec, stavěly sněhuláky, iglú, koulovaly se nebo dělaly „andělíčka“ ve sněhu.



Sáňkování v MŠ

Zdroj: archiv MŠ

O zimě jsme si povídali i v MŠ. Děti se seznamovaly za pomoci skřítky Mrazíka s tím, jaké jsou znaky zimy, jak se oblékat, jaké jsou zimní sporty, co dělají volně žijící zvířata a jak jim můžeme pomoci. Dále jsme si četli, zpívali písničky, učili básničky, vytvářeli obrázky a výrobky se zimní tematikou. Také jsme udělali pokus se sněhem, aby si děti uvědomily, že teplem sněh roztaje a ve vodě zůstane spousta nečistot. Sněh prostě není zmrzlina.

Další okruh, který vždy zařazujeme na období zimy, jsou pohádky. Vždyť lidové pohádky lidé vymýšleli za „dlouhých zimních večerů“. Děti se seznamují s tím, jak vzniká kniha, jak s ní mají zacházet, kdo je spisovatel, ilustrátor, knihovník nebo knihkupec... Také si s nimi čteme a vyprávíme pohádky a dětské příběhy, hrajeme loutkové divadlo nebo nacvičujeme dramatizaci pohádky. Letos si děti zahrály pohádku O perníkové chaloupce. Paní učitelka jim zase předvedla divadelní představení s loutkami, které si děti vyrobily samy. Každý rok nás v lednu zve paní knihovnice na návštěvu do úholičské knihovny. Letos to kvůli opatřením z důvodu nouzového stavu nešlo. Všichni takto paní knihovnici alespoň moc zdravíme.

V únoru jsme museli odložit karneval ve školce. Důvodem byla pozitivita na covid-19 a následná karanténa nařízená KHS (hygienou). V tuto dobu byly ze stejného důvodu uzavřeny v okolních obcích další tři mateřské školy. Kéž by to bylo naposledy. Moc děkujeme úholičským dobrovolným hasičům, panu Uhlířovi za zajištění a panu Veselému za provedení dezinfekce celé školky.

Bylo by dobře, kdyby pranostika „Únor bílý, pole sílí“, platila i na lidi a sílila jejich odolnost proti covidu-19.

Monika Mintělová, ředitelka MŠ

KNIHOVNA ÚHOLIČKY

Jakým způsobem si můžete vypůjčit knihy z naší úholičské knihovny?

Všechny knihy najdete v online katalogu včetně krátkého popisu, a to na <http://www.obec-uholicky.cz/knihovna/online-katalog-knih/>.

Vyhledávat můžete podle různých kritérií, například podle témat, klíčových slov, roku vydání, nakladatelství, novinek atd.

Svou objednávku knih pošlete, prosím, vždy do neděle na knihovnuho@gmail.com.

V pondělí v obvyklou otevírací dobu 15:30 - 19:30 budete mít knihy připravené. Předávka bude bezkontaktní – prosím, zazvoňte na knihovnu, knihy budete mít připravené v 1. patře před knihovnou. Tímto způsobem můžete knihy i vrátet.

Pokud by se knihovna otevřela, můžete přijít osobně, ale pro vaši bezpečnost zachováváme i možnost objednání knih předem.

Martina Hrubešová, knihovnice



Nové knihy v knihovně

Zdroj: archiv knihovny

KULTURA A SPORT

Cirk La Putyka – Oživené obecní rozhlas

V sobotu 6. 2. podpořila obec Úholíčky iniciativu #kulturunezastavis a umělci ve dvou blocích po 10 minutách vystoupili prostřednictvím obecního rozhlasu.

Kromě Úholíček projekt „Oživené obecní rozhlas“ podpořila řada obcí a měst, včetně sousedních Únětic. Dále například Dobříš, Slaný, Lidice, Unhošť, Třebušice a desítky dalších.

Konkrétně v Úholíčkách vystoupili – herec souboru Cirk La Putyka Zbyněk Šporc, houslistka Veronika Linhartová a tanečník David Mikula, kteří zazpívali lidové a moderní písně. Produkce byla předem avizována na obecním facebooku dne 4. 2. Vystoupení se setkala vesměs s pozitivními ohlasy, nicméně ne všem občanům se tento nápad, jak přiblížit kulturu lidem, líbil. Příčinou mohla být i zhoršená kvalita zvuku při přenosu prostřednictvím obecního rozhlasu.

A jak tento nápad vůbec vznikl? To vysvětluje divadelní dobrodruh a principál souboru Cirk La Putyka Rostislav Novák v příspěvku pro týdeník Hrot:

Na domovské scéně v prostoru holešovických Jatek78 vidělo jen v roce 2019 jejich 296 představení zhruba 68 tisíc diváků, jejich akrobaty si oblíbili nejbohatší Češi i významné nadnárodní korporace, kterým adrenalinová vystoupení rozzářila nejednu firemní akci. Díky tomu se z velké části (z cca 80 procent) byli divadelníci schopni financovat z vlastních zdrojů. Teď ale Rostislav Novák, činorodý herec, choreograf a režisér, vymýšlí, jak sehnat peníze, udržet herce pohromadě a v pracovním rytmu a celý rozjetý vlak jménem Cirk La Putyka udržet na kolejích i v době, kdy už několikátý měsíc divadelní hlediště zejí prázdnotou. „Je tu třeba projekt obecních rozhlasů. Známí umělci se rozjedou do všech koutů země a ve vesnici zazpívají místním. Přivezou jim kulturu přímo domů. Také starostové mají fondy na kulturu, které



Vystoupení prostřednictvím obecního rozhlasu

Zdroj: archiv OÚ



Rostislav Novák, Principál souboru Cirk La Putyka

Zdroj: týdeník Hrot

ted' nemají kam investovat. Za jeden den můžeme výkonných umělců poslat třeba sto. Nebo rozjždíme projekt kultura do školek a prvních tříd. Na rozdíl od vyšších tříd základních škol fungují. My vezmeme manéž a přivezeme ji dětem. A pak jsou tu už zmiňované vitríny. Tímhle sice neuživíme company, ale uživíme alespoň jednotlivce, než se otevřou divadla. Hledáme alternativy, jak se adaptovat," vysvětluje. Roční obrat La Putyky činí v normálních časech kolem 30 milionů. Vedle toho Jatka78 utrží dalších 30 milionů. Většinu toho pokryje divadlo vlastními zdroji, zejména vstupným. Díky tomu je z 80 procent soběstačné. Zbytek tvoří veřejné dotace. Na české divadlo jde o nevídaný poměr. Ted' je ale situace jiná a Novák hledá nové modely, jak projekty financovat. Loni se divadlu podařilo sehnat finanční podporu od velkých firem, ale i od samotných diváků. Ti za jeden večer během prvního streamingu na jaře po lockdownu poslali půl milionu korun. „Ale tenhle rok bude jiný. Všichni jsou opatrnější, tuší, že se to bude táhnout. Ted' už vidíme, že získat půl milionu korun, ať už skrze partnera, nebo crowdfundingem, bude stokrát náročnější než loni,“ říká divadelník.

Zdroj: Týdeník Hrot
Martina Dvořáková, redaktorka

Zimní radovánky v Úholičkách a okolí

Konečně po letech nastala ta správná ladovská zima. Díky bohaté sněhové nadílce a silnému mrazu i v nížinách se městečka a vesnice ve Středočeském kraji změnila v malá horská střediska. Počasí přímo vybízelo k zimním sportům a radovánkám.

V našem místním „Aspenu“ – ve Švestkovně se denně proháněly děti na bobech a saních, občas i mládež na snowboardech a děti na lyžích. V Úholičkách byli vždycky dobří lyžaři a to také díky pravidelným lyžařským zájezdům pořádaným obcí, starostkou a lidmi kolem ní. Ani letos se tedy nemohl zanedbat výcvik nové lyžařské generace.

Vzhledem ke koronavirové situaci bohužel nemůžeme na hory, a proto se děti letos musí učit lyžovat doma za chalupou. Ani obecní vlek se z důvodu vládních nařízení nemohl letos spustit. Dětem to ale nevadí, zapřáhnou si obětavé tatínky a občas i maminky a hurá nahoru na kopec.

Mnozí z nás také oprášili po letech běžky a většinu okolních polí lemovala dlouhá běžecká stopa, která spojovala vesnice. Ze silnic a cest rázem zmizeli cyklisté a nahradili je nadšení běžkaři. Díky tomu, že jsou zavřené sjezdovky, se na běžky letos vydali i ti, kteří by si za normálních okolností na běžky ani nevzpomněli. Mladší ročníky stály na běžkách většinou poprvé a mnozí z nich po pár kilometrech tvrdili, že i naposled.

V minulých dnech také zamrzly všechny okolní rybníky a vodní plochy a děti se tak mohly na chvíli odlepit od obrazovek s distanční výukou a konečně provětraly i brusle a hokejky. A ledové plochy na bruslení nebo snowpark pro trénink na snowboardu vznikaly i na místních zahradách a dvorcích. Doufejme tedy, že nám při oteplení v příštích dnech sněhové zásoby neroztají a zimní vybavu ještě využijeme.

Martina Dvořáková, redaktorka



Vlek v době koronaviru

Zdroj: M. Dvořáková



Lyžařské začátky

Zdroj: M. Dvořáková



Běžkařka na Řivnáči

Zdroj: T. Kořínková

„La Manche na suchu“ – štafetová chůze seniorů

Projekt SenSen (Senzační senioři) vyhlásil na měsíc únor mimořádnou pěší štafetu seniorů, které se účastní i naši senioři z Úholiček.

Cílem této štafety je pokusit se za jediný měsíc ujít 34 kilometrů. Cílová vzdálenost 34 kilometrů odpovídá délce Lamanšského průlivu v nejužším místě. Soutěž „La Manche na suchu“ navazuje na tradiční štafetové plavání „Přeplavme svůj La Manche“, které překazila pandemie koronaviru. Smysl štafety zůstává stejný jako v případě plavání, chce seniory rozhoubat, motivovat je, aby překonali sami sebe, pohodlí a lenost a udělali něco pro své zdraví. Každý ví, že udržet si zdravé tělo a zdravou mysl je v této těžké covidové době obzvlášť důležité.

A jak si zatím vedou naši senioři? Vedou si velmi dobře. Za dva týdny zatím ušli celkem 829,2 kilometrů, takže cílovou vzdálenost už zdolali více než 24krát, a to ještě není konec výzvy. Přejeme tedy hodně dalších ušlápnutých kilometrů, a třeba se letos dostane i na to plavání.

Martina Dvořáková, redaktorka



Zdroj: www.sensen.cz



Procházka zimní přírodou

Zdroj: S. Maňáková

Ú-holky v běhu aneb Únorová výzva

„Holky, výzva na měsíc únor: chodíme, běháme, běžkujeme. Jakýkoliv pohyb vpřed se počítá. Kilometry denně hlase. Sečteme je a 1. 3. si řekneme, jakou vzdálenost od Úholiček jsme ušli. Do toho místa pak poletíme nebo pojedeme na výlet. Začínáme zítra!“ Tak to byla zpráva, kterou obdržela většina Ú-holek poslední lednový den.

Co si budeme povídat, myslím, že každá z nás se potřebuje zbavit nějakého toho povánočního kila navíc a síla kolektivu většinou dělá divy. Zkrátka, když máme nad sebou pomyslný bič, disciplína při cvičení a pohybových aktivitách se dodržuje lépe. Takže většina Ú-holek vzala tuto výzvu vážně a vrhla se do chození, běhání a běžkování po hlavě. Od 1. února se tedy po Úholičkách a širokém okolí běhalo a chodilo za každého počasí v dešti, blátě, sněhu nebo mrazu a sčítaly se kilometry. Pohodlné posezení na gauči se najednou vyměnilo za procházku či běh, i když to někdy stálo přemáhání. Denní počet kilometrů na osobu den ode dne rostl a laťka se zvyšovala. Dvě z Ú-holek dokonce v polovině výzvy zvládly Jizerskou 50 na běžkách (každá 25 km). Hlášení kilometrů



na Whatsapp skupinu provázely někdy i vtipné a zajímavé hlášky a fotky z terénu. Jako například:

Holky, nachozeno a naběháno 99, 80 km. Kdo dá těch 200 m? / Já je dala před chvílí, byla jsem s tříděným odpadem. / Já dnes 4 km v blátě / 5,4 km bez deště a po tmě / Tak dnes s větrem 8,50 km / Mně se to moc líbí. Je pravda, že je to motivující. Dneska třeba vím, že po odpolední bych už nic nedala a vyhnalo mě to, i když pršelo. / Já bych se normálně asi taky někde jen válela, ale zjistila jsem, že bych psychicky neunesla sem každý den něco nepřidat. / Vánoční procházka 8,4 km/ Tak jsem neodolala sněhu a vyrazila na kochací procházku, než mi to všichni rozdupou. / No ty jsi hustá, já teď vylezla z pelechu. / Někde jsem se brodila sněhem, ale většinou je ho jen malinko. Škoda, že ani jedno moje dítě nemá zimní boty. / Je to nádherná. Teď jsem přišla z krámu, byla jsem pro čerstvé rohlíčky. Kde jsou ty doby, kdy tam chodily děti. / 6,5 km brouzdání sněhem v mrazu / Přidávám upachtěných 10 km na běžkách. / U nás na křižovatce to tedy dost fičelo. Jelikož půlka pole byla zoraná na hrubou orbu, tak jsem měla jednu nohu neustále výš než tu druhou, takže čas mám hrozný. Ale ten pocit, že běžkuju doma za plotem a nemusím jezdit 150 km na hory, ten je k nezaplacení. / Já přidávám malou vycházku se synátorem, dál mi už jít nechtěl – 3,38 km. / Přidávám procházku s mamkou. Hnala jsem ji ještě kolem baráku, aby to bylo těch 5 km. / Krásná šnečí procházka aneb venčení šneků domácích – 5,77 km (foto procházky s rodinou). / Dneska mi trochu mrznul ksichtík – 8,83 km. / To byl dneska krásnej den, vid' Alberte? / Ano, byl.

Celkový počet kilometrů k 17. 2. 2021: 2802

Jak již bylo zmíněno v úvodu, výzva pokračuje do konce února. O celkovém počtu kilometrů a jak to všechno dopadlo, vás budeme informovat v březnovém vydání Obecních novin.

Martina Dvořáková, redaktorka



Chůze, běh a běžkování Ú-holek

Zdroj: Ú-holky

Střípky od sousedů – pivovar Perron a Muzejní kvíz II.

Pokud jsem zrovna neklimbala, nekoukala do knížky nebo do mobilu, tak jsem si několikrát všimla veliké černobílé instalace s nápisem Perron - pivo z Roztok na budově vedle roztockého nádraží. Všimla jsem si jí opakovaně i na cestách domů (instalace je i z druhé strany budovy), ale nezvládla jsem udržet myšlenku až do Úholiček. Až po Novém roce se mi poštěstilo a konečně jsem si to vyhledala. A hele, ono to vypadá, že v Roztokách opravdu vzniká nový pivovar.



Perron

Zdroj: FB Pivovar Perron

Webové stránky mají zatím v procesu vzniku, nicméně na Facebooku už nějaké informace najdete. Dočtete se tam, že pivovar je prozatím tzv. létajícím pivovarem, což znamená, že pivo vaří v pronajatých prostorách ve spřátelených pivovarech, ale budoucí trvalé sídlo bude právě v Nádražní ulici čp. 56 v Roztokách. V plánu mají pivovar i s pivovarskou restaurací, ochutnat už ale můžeme 4 druhy piva: Cult 12^o (světlý ležák), Area 58 (West Coast IPA), Redster (American Amber Ale) a Hazy (New England IPA) ve vybraných podnicích, např. MO's bistro nebo Roztocká vinotéka. V brzké době by měl být spuštěn e-shop i s rozvozem po blízkém okolí, takže se máme na co těšit.

Teď se posuneme o pár desítek metrů níže do Středočeského muzea. Dovnitř se stále ještě podívat nemůžeme a nejspíš to tak ještě nějaký pátek zůstane, nicméně muzeum připravilo již druhý Muzejní kvíz, abychom se dovnitř mohli podívat alespoň virtuálně. Kvíz běží od 5. listopadu 2020 do 31. března 2021, ale připojit se můžete kdykoli, protože jednotlivé kvízy zůstávají přístupné. Celé to funguje na bázi dotazníku. Na začátku je delší odstavec, který vás uvede do daného tématu, dále zadáte svou emailovou adresu, aby se posléze mohly započítat vaše odpovědi, a pak už jdete na jednotlivé otázky. U většiny je i obrázek nebo kratičkový odstavec, takže si vždy rozšíříte obzory, pak už kvíz jen odešlete a můžete se těšit na další. Otázky jsou za dva body, takže po skončení soutěže vše sečtou a vyhlásí vítěze, kterého čekají zajímavé ceny. Kvízy jsou například na téma *Jak chudina chodila do zámku*, *Pečeť modré krve* nebo *Vzhůru do renesance!* Pokud vás aktivita zaujme, můžete se podívat i na kvízy z jara, které jsou stále přístupné. Najdete tam třeba *Zahrady Tichého údolí*, *Hedvika Zaorálková* nebo *Sláva železnici*. Příjemnou zábavu!

Lucie Dvořáková, redaktorka

PŘÍSPĚVKY OBČANŮ

I kultura se dá propagovat nekulturně aneb Všechnu moc sovětům!

Paní starostko Kořínková,

v sobotu 6. února 2021 mezi 13:30 a 14:00 jste opět zneužila svou funkci, neboť jste si podobně jako před mnoha lety přisvojila obecní rozhlas jako prostředek nikoli obecního, ale osobního zájmu, být následně deklarovaného jako šíření společného blaha v podobě hudební zábavy.

Účelem obecního rozhlasu je informovat občany o mimořádných událostech a jeho smyslem je vysílání zpráv obecně důležitého významu.

Vaše předem neohlášená sobotní diskotéka zcela určitě nepatří ani k mimořádným událostem, o kterých je nutno občany informovat, a Vaše hudební vysílání zjevně nesplňuje ani podmínky obecního významu.

Pokud se domníváte, že je nutno opět masově šířit kulturu do všech úholičských domácností, pak je nutno připomenout, že dnes existuje celá řada konformnějších technologií a sociálních médií, než je tlapačová kultura zbavující každého občana soukromí i estetického požitku. Samozřejmě, že i v případě těchto technologií platí zásada dobrovolnosti a nikoliv Vaše politika vnucování obecního dobra, bez ohledu na to, je-li to někomu vhod kvůli momentální migréně, z důvodu práce, při níž je nezbytné ticho atd.

Kulturu lze podporovat nejrůznějšími způsoby, pokud se však zvolí nekulturní forma, je to kontraproduktivní. A nekulturnost je třeba spatřovat už jen v tom, že je založena na principu obecního dobra, které se nevztahuje k existenci člověka ve smyslu její individuální a sociální stránky.

Vaše pojetí veřejného prostoru a zejména organizování kultury je nejen technologicky, ale zejména politicky zaostalé. I způsob využívání obecního rozhlasu zapadá spíše do období 50. let a vlády davů, kdy šíření informací, zejména na vesnicích, šlo ruku v ruce s agitací a s agresivním stylem, který nerespektoval nejen soukromí, ale z důvodů masovosti i samotného člověka.

Ostatně ani Vy kulturu nešíříte, ale pouze druhým lidem vnucujete jako zapálená svazačka plnicí stranické úkoly pomyslné covidové kulturní pětiletky. Sledujete vlastní zájem, protože kdybyste respektovala obecný, musela byste s druhými zastupiteli a občany jednat a dohodnout se nejprve na společné otázce: Jak má být kultura podporována?

Pokud argumentujete tím, že jsem pouze jediný kritik, a tudíž takový hlas můžete opět ignorovat, potom ale prosazujete typ politiky, která se vyznačuje „tyrání většiny“ a otevřeně vyznáváte určitou formu despotismu společnosti, jenž prosazuje nadvládu nad jednotlivcem. Možná si ani neuvědomujete, že je to v duchu nekulturní leninské cesty a myšlenek typu „Všechnu moc sovětům!“

Miroslav Vodrážka

Poznámka redakce:

Bližší informace k projektu Oživené obecní rozhlas v rámci iniciativy #kulturunezastavis, který se konal 6. února 2021, najdete v příspěvku „Cirk La Putyka – Oživené obecní rozhlas“, v tomto čísle Obecních novin.

Martina Dvořáková, redaktorka

Nabídka psychologických služeb a pomoci pro zvládání náročných a nezvyklých životních situací

Vážení spoluobčané,

dovoluji si vám nabídnout bezplatné konzultační psychologické služby pro snazší zvládání Vašich soukromých i pracovních témat.

Dokážu Vám poskytnout individuální psychologické poradenství – konzultace, relaxační terapii, okamžité řešení náhlé krize – krizovou intervenci pro nečekané situace, i dlouhodobější psychoterapii.

Pokud cítíte, že nyní potřebujete získat pouze momentální krátkodobé uvolnění, odpočinek, odfiltrování rušivých vlivů a získání energie, doporučuji zvolit formu relaxační, prožitkové hypnózy.

V případě, kdy se potřebujete svěřit se svým dlouhodobějším trápením, pochybnostmi či problémy, nabízím formu poradenství, která Vám zprostředkuje náhled na danou situaci.

Jestliže máte konkrétní potřebu a cíl, čeho dosáhnout, co změnit a jste připraveni investovat úsilí a energii, je

nejvhodnější forma koučování. Formou specifických technik naleznete efektivní odpovědi a nové možnosti zvládnutí situace, tzn. odrazový můstek pro vyřešení dané problematiky, který je ušitý Vaší osobnosti na míru.

Veškerá setkání, konzultace, poradenství a z nich vyplývající informace jsou považovány za diskrétní a důvěrné. Řídím se etickými zásadami a přístupem: bezpečí, respekt, podpora, mlčenlivost.

Děkuji vám za důvěru. Přeji vám klidné dny.

Mgr. Stanislava Klocová, MBA

psycholožka

telefon: 608 100 335

e-mail: s.kloc@seznam.cz

Osobní konzultace v prostorách Obecního úřadu každé úterý od 17:00 – 19:30 po předchozím telefonickém objednání. Po telefonické domluvě možno i v jiné dny.

Angličtina na dálku

Healthy lifestyle – zdravý životní styl:



take exercise – cvičit, mít pohyb
treadmill – běhací pás
eat healthily – jíst zdravě
exercise bike – rotoped
reduce stress – snížit stres
brisk walking – rychlá chůze
lose weight – zhubnout
stroll – procházet se
gain weight – přibírat na váze
abs = abdominal muscles – břišní svaly
thin/skinny – hubený
workout – cvičení, trénink
be overweight – mít nadváhu
cardio – cvičení zvyšující srdeční tep
junk food – nekvalitní potraviny
fitness – tělesná zdatnost, kondice, zdraví
build up muscles – budovat svaly
wellness – stav dobré nálady a zdraví
drink plenty of water – pít mnoho vody
sit-ups – sedy/lehy



Vše o očkování ve Středočeském kraji

- Informace o podmínkách a očkování v kraji
- Odpovědi na základní otázky
- Seznam očkovačích míst i užitečných kontaktů
- Přehledné statistiky očkovaných, dávek a rezervací

To vše najdete na nových stránkách:

<https://ockovani.kr-stredocesky.cz>

Přesto si nevíte si rady? Nevadí, jsme tu pro vás

- Pomoc s registrací nově na lince **800 124 111**
(za spolupráci děkujeme společnosti Chytrá péče)
- Ostatní informace k očkování poskytujeme zdarma v pracovních dnech 8-17 na lince **800 710 710**
- Dotazy lze směřovat také na mailovou adresu **covid@kr-s.cz**

Hejtmanka Petra Pecková
I Středočeský kraj

Středočeský kraj

I'm going to take up jogging. – Chystám se začít běhat.

Good job! That was a good workout! No wonder you are in a good shape! – Skvělá práce! To bylo dobré cvičení! Není divu, že jsi v dobré kondici!

Drink water not to get faint and dizzy. – Pijte vodu, abyste neomdleli nebo nedostali závrať.

She visited a nutritionist last week. Now she doesn't want to cook roast pork with dumplings and cabbage. – Minulý týden navštívila odborníka na výživu a teď nechce vařit vepřo, knedlo, zelo.

Make sure the bulk of your food is vegetables or fruits. – Ujistěte se, že velká část vašeho jídla je zelenina nebo ovoce.

Exercise regularly to prevent age-related illnesses. – Pravidelně cvičte, abyste zabránili nemocím souvisejícím s věkem.

Avoid tobacco use. – Vyhněte se užívání tabáku.

Martina Dvořáková, redaktorka