

[maxim]

Č. 2 VYCHÁZÍ 1.2.2016

STRAKONICKÝ MĚSÍČNÍK

ROČNÍK V

OKNA • DVEŘE
Lískovec
liskovec@centrum.cz
tel.: 728 431 340
Nerudova 1024, Strakonice

**PROVÁDÍME SERVIS
OKEN VŠECH ZNAČEK**

Vše spolu velmi úzce souvisí, říká ing. Václav Hoštička

Jak jsme Vás již v prosincovém čísle informovali, Obchodní centrum MAXIM se opět rozroste, a to do finální podoby. Již v těchto dnech probíhají přípravné akce na realizaci našich plánů a pevně věříme, že se v našich nových prostorech budete cítit alespoň tak, jako tomu bylo doteď.

Dovolujeme si Vás taktéž upozornit, že provoz prodejny Obchodního centra MAXIM bude dále v plném provozu s nezanedbatelným přáním, abyste odcházeli vždy s dobrým pocitem z Vašeho nákupu. Skutečně se tedy nemusíte obávat, že budou naše obchody zavřené!

pokračování článku na straně 4

Zdraví na prvním místě

Ve většině mediálních sdělení se člověk setkává s extra hubenými modelkami, herečkami a namakanými svalovci, kterými by se prostě chtěl stát každý, protože je to nejspíš moderní, když je to neustále na očích. Proto je člověk v dnešní době ochoten udělat pro svou fyzickou krásu naprosto cokoli. Nevadí mu proděláná drastických diet, ani podstoupení zákroků k odebrání přebytečných tukových zásob a někdy přistoupí i na „kouzelné“ pilulky, jejichž jojo efekt má oboustranné účinky. Někdy ale stačí úplně málo – obměnit postupně některé položky z jídelníčku, podpořit svůj omezený pohyb –

a tím se celkově změní nejen postava, ale brzy se vylepší i vitalita a zdraví.

Podpořit zdraví v zimním období ale jde i jiným způsobem, který se u nás stal populárním již během minulého století. Mluvíme o otužování jako takovém, které lze provádět na slunci – kdy se adaptujeme na biologické účinky slunečního záření – vzduchu či ve vodě. Otužování vzduchem se zdá být nejdostupnější formou, se kterou je dobré začít již v létě. Naopak otužování vodou je mnohonásobně účinnější, a to z důvodu toho, že voda odvádí při styku s tělem teplo více jak dvacetkrát rychleji než vzduch.

pokračování článku na straně 14

Vidět svět z druhé strany

Když se řekne Modlitba pro Kateřinu Horowitzovou, mnozí si hned vybaví jednu z povinných knih maturitní četby na středních školách nebo snad černobílý film z roku 1965 od Antonína Moskalyka; jiní zase reálný příběh o krutosti a ztrátě sebe sama během holocaustu, který proběhl na židovském obyvatelstvu za druhé světové války. Najdou se však tací, kteří si zatím představí člověka, který ji stvořil. A nejen ji. Nebyl jím nikdo jiný než český spisovatel a novinář světového významu, Arnošt Lustig, který by letos 21. prosince oslavil své devadesáté narozeniny. V únoru tomu je právě pět let, kdy podlehl po dlouhém boji s nemocí a odešel ze světa globalizace 21. století za hrady svých příběhů.

pokračování článku na straně 2

VESTAVĚNÉ
SKŘÍNĚ & ŠATNY
ŠITÉ NA MÍRU
www.**INTERIER11.cz**
MAREK LEPŠÍK
775 444 400
NEZÁVAZNÉ ZAMĚŘENÍ, KALKULACE A 3D NÁVRH ZDARMA

**OUŘEDNÍK
CENTRUM DVEŘÍ
& PODLAH**
Velkoobchod - Maloobchod
Strakonice, ul. Písecká
(výpadovka na Prahu - budova Garantstav)
tel.: 777 594 930, vzorkovna: 739 657 450
e-mail: info@dverepodlahy.com, www.dverepodlahy.com
DVEŘE | PODLAHY | TERASY | SCHODY | NEREZOVÉ ZÁBRADLÍ | OBKLADOVÉ PANELE

Vidět svět z druhé strany



pokračování z titulní strany

V únoru tomu je právě pět let, kdy podlehl po dlouhém boji s nemocí a odešel ze světa globalizace 21. století za hrdiny svých příběhů. Amoš Lustig (v německém překladu „vázně veselý“) se narodil do rodiny maloobchodníka v pražské Libni. Po Mnichovské dohodě a ztrátě pohraničí byl v roce 1941 z rasových důvodů vyloučen ze školy. O rok později byl v necelých patnácti letech transportován do terezínského ghetta, odkud následně prošel koncentračními tábory Buchenwald a Osvětim. V březnu 1945 uprchl z pochodu smrti do Dachau a do konce války se skrýval v Praze, kde se zapojil do květnového povstání. Během holocaustu přišel téměř o celou svoji rodinu, což jej hluboce poznamenalo.

„Vrátil jsem se z války, z táborů, a když jsem začal vyprávět, co bylo, nikomu se nechtělo věřit, že je možné, aby byl člověk k člověku tak krutý. Dalo se to jen napsat, protože napsanému lidé věří. Žít je výsada, nad kterou nic lepšího neznáme. Přezít lágry je výsada, kombinovaná

se štěstím. Čím méně dramatických zkušeností, tím lépe se vám žije. Nadsázku při psaní o druhé světové válce si nedovolím. Ironii ano... Probudit se a nebát, že vás zabijí, utlučou, vyhladoví, nechají zmraznout, zabijí kolem vás nejbližší. To je zadostiučinění lidí, kteří přežili se štěstím, shodou okolností, koncentráky. Deset tisíc lidí za den, deset za noc. Jen v Osvětimi. Najíst se, když máte hlad, napít, jestliže žízníte. Vědět, že vám nic nehrozí. Vědět, že už nejste v Buchenwaldu, v Osvětimi-Březince, že žijete normální život v míru. Máte právo na život, na radost, na existenci beze strachu.“ (Převzato a redakčně zkráceno z rozhovoru Pavlína Holancové s Amošem Lustigem z Prague Leaders Magazine 4/2008)

Po vítězném únoru roku 1948 odjel Amoš Lustig do Izraele jako zpravodaj Lidových novin během první izraelsko-arabské války. Právě tam se oženil s příslušnicí židovské brigády Věrou Weislitovou, se kterou měli dvě děti – syna Josefa a dceru Evu.

Po návratu pracoval jako redaktor Československého rozhlasu, vedoucí kulturní rubriky týdeníku Mladý svět a byl i scenáristou Československého filmu na Barrandově, proto je také brán za jednoho ze zakladatelů „nové vlny“ československé kinematografie. Po sovětské invazi v srpnu 1968 emigroval do Jugoslávie, kde působil v zářebském filmovém studiu, pak do Izraele a nakonec do Spojených států amerických, kde přednášel o filmu, literatuře a scenáristice a stal se profesorem na univerzitě ve Washingtonu. V roce 1995

byl jmenován šéfredaktorem české verze časopisu Playboy, tedy časopisu, pro který psal například i Ian Fleming nebo Nabokov.

Jeho knihy náleží k tzv. druhé vlně válečné prózy z let 50. a 60., kdy se spisovatelé soustřeďují především na psychiku a vztah jedince k době než na události v širších souvislostech. Lustigovy literární příběhy totiž vyzdvihují vnitřní sílu člověka (většinou mladých dívek, žen a starých lidí), která mu umožňuje čelit ponižení a uchovat si lidskou důstojnost i v situacích krajního ohrožení. Ano, často jsme se v recenzích kritiků dočetli, že ve většině jeho literární tvorby se zabýval jen a pouze extrémní lidskou zkušeností během holocaustu, kterou sám zažil; přesto všechno jsou jeho novely a povídky nadčasové a mohou nás inspirovat i nyní.

Mezi jeho nejznámější díla patří Noc a naděje (1957) o událostech v terezínském ghettu, Démanty noci (1958), Dita Saxová (1962) – o dívce, která se neumí vrátit do normálního života v době míru – Modlitba pro Kateřinu Horovitzovou (1964), o skutečných událostech z roku 1943 v Itálii; Nemilovaná: Z deníku sedmnáctileté Perly Sch. (1979) o prostitutce v Terezíně, Tma nemá stín (1991); za román Krásné zelené oči (2000) byl navržen mezi kandidáty na Pulitzerovu cenu. V roce 2008 získal mezinárodní literární Cenu Franze Kafky. V roce 2009 byl Amoš Lustig mezi čtrnácti nominovanými na mezinárodní Man Bookerovu cenu za dlouhodobý přínos světové literatuře v angličtině.



REALITYTRADE

PRODEJ · PRONÁJEM · FINANCOVÁNÍ · BYTY · DOMY · STRAKONICE A OKOLÍ



Dům do 2.000.000,- Kč
běžná cena 70.000,- Kč
**JEDNOTNÁ AKČNÍ CENA
POUZE 33.000,- Kč**

Dům od 2.000.000,- Kč
běžná minimální cena od 70.000,- Kč
**JEDNOTNÁ AKČNÍ CENA
POUZE 49.000,- Kč**

Velmi výhodná, speciální a časově omezená akce na prodej vašich domů za nejnižší provizi na trhu! Akce probíhá od 1. 1. 2016 do 29. 2. 2016.



602 144 844



„Ráda bych věděla, co je to láska. Snad je to pro všechny stejné a zároveň pro každého jiné. Snad také láska je něco, co je i není. Co jsme, ty a já. Nebo co není, protože je, a je, protože není, soumrak a noc a svítání a den. Soumrak, když se dotkne noci a svítání, když ho spolkně den. Voda a oheň. To první a poslední. Co máš i nemáš. Nevím, jestli je něco kratší a pomíjivější a nevyzpytatelnější. Co je to za květinu nebo strom, co z toho vyroste. Snad - někdy - přátelství nebo vzpomínka, zrada, stesk. Opravdu nevím. Muži by neměli milovat ženu pro krásu, nebo jen pro krásu,“ šeptala. „Co si počne, až zestárne? Už za chvíli, za vteřinu, zítra? Ještě dřív než odejdeš. Pro každou ženu přijde den, kdy

není krásná. Kdy začne vypadat staře.“ „Muži stačí, aby poslouchal ženu, dokud mu má co říct - a dostane od ní všechno, co chce.“ (Z povídky Lea z Leuwardenu v rámci díla Láska na jednu noc od Arnošta Lustiga)

Když mu lékaři oznámili, že má rakovinu krve, bylo mu už skoro osmdesát. Boj s touto nemocí Arnošt Lustig nevzdával ani do posledních dní a svůj životní optimismus, který musel čelit krutým nepřízním osudu, šířil kolem sebe. „Byl všude doma, ale v Praze nejvíc,“ řekla o něm ředitelka Společnosti Franze Kafky Markéta Mališová s tím, že život měl rád a žil ho naplno do posledních chvil. „Stále nevěřil, že je dobrý

spisovatel. Nepřesvědčila ho ani řada ocenění, mezi jinými Cena Americké akademie umění a krásného psaní za celoživotní dílo, Cena Franze Kafky a další. To se ukáže za padesát let, říkal.“

Arnošt Lustig, muž mnoha tváří, nepředstavitelně silné vnitřní energie a lidské upřímnosti za každou cenu – jednou o ženách řekl: „Nikdo není znalcem žen. Na ženách je totiž to nejzajímavější, že nejenom že jim nikdo nerozumí, ale oni nerozumí ani sami sobě.“ – podlehl rakovině 26. února 2011 v Praze. Ačkoliv jej nikdy již nebudeme moci vidět ani slyšet, on bude nadále promlouvat skrze své knihy a příběhy, které stvořil.

Josef Němec

Zdroj fotografie: Josef Němec, KSAP

BNK PODLAHOVÉ KRYTINY
KOBERCE od 95,-Kč/m²
 cena platí od 3.2.2016 - 17.2.2016
DOPLŇKOVÝ SORTIMENT PRO KUTILY
 (široký výběr dřevěných profilových listů)

provádíme podlahářské práce

BNK a.s.
 Volyňská 189, Strakonice
 tel.: 383 328 493

otevírací doba:
 po - pá: 8 - 18
 so: 8 - 12

www.bnk-as.cz

KUPON NA SLEVOU
-10%
 NA VEŠKERÉ ZBOŽÍ NA PRODEJNĚ
 (vyjma akčních cen)

platí od 3.2.2016 - 17.2. 2016
 slevy se nesčítají
 nelze uplatnit na již zlevněné zboží

BNK

DIRECT
 METHOD FOR ENGLISH

**NAUČÍME VÁS
 ANGLICKY I MYSLET!**

Licencovaná metoda výuky
 Direct Method for English.
UKÁZKOVÁ HODINA ZDARMA!

DO YOU SPEAK
 ENGLISH ?
www.jazykystrakonice.cz
tel.: 605 833 849

1 AKCE
KČ
 VÝPRODEJ
 BRÝLOVÝCH
 OBRUB
 ZA 1, KČ

Akce platí při zakoupení kompletních brýlí s brýlovými čočkami Hoya. Akci nelze kombinovat s jinými slevami. Platnost akce je do 19.2.2016 nebo do vyprodání zásob. Více informací v prodejních Axis Optik.

www.axis-optik.cz

AXIS OPTIK

Strakonice, Bezděkovská 30
 Horažďovice, Ševčíkova 38

Vše spolu velmi úzce souvisí, říká ing. Václav Hoštička

Skutečně se tedy nemusíte obávat, že budou naše obchody zavřené! Budeme se maximálně snažit, aby Vás plánovaná přístavba nijak nezasáhla a Váš nákup u nás byl stále komfortní. Kdy bude stavba započata a kdy dokončena? O jakou plochu půjde a na co se můžete ještě mimo samotnou přístavbu těšit? Nejen tyto informace si přečtete v následujícím rozhovoru s Ing. Václavem Hoštičkou, jednatelem společnosti SR Soft s.r.o., která je majitelem obchodního centra MAXIM.



pokračování z titulní strany

Z jakých stěžejních záměrů vzešla iniciativa realizovat další přístavbu Obchodního centra MAXIM?

Hlavní smysl spočívá v tom, že máme dlouhodobou ideu, jak by mělo obchodní centrum MAXIM vypadat. V podstatě jsme měli dvě naplánované etapy na zrealizování kompletního Obchodního centra MAXIM. Ze začátku jsme se museli soustředit na projekční přípravu – ať už jde o otázku pozemků či celkového financování stavby. Museli jsme najít shodu s městem, jak bude celý prostor vypadat, což není zdaleka jednoduché, neboť se nacházíme v obchodním centru města. Z hlediska dlouhodobého plánu se nyní ve skutečnosti vyskytujeme v poslední etapě vybudování celistvého obchodního centra, a tím se dostane Obchodní centrum Maxim do své finální podoby.

Kdy jste začali tento prostor budovat?

S městem jsme začali komunikovat poprvé okolo roku 2000, s tím, že první smlouvu jsme měli roku 2005. Letošní přístavba je tedy završením dlouhodobé práce. Původní prostor, resp. budova, ve které se nyní obchodní centrum vyskytuje, byla postavena ještě za minulého režimu, tudíž stavba fakticky stará nebyla, ale staře vypadala. Pamatuji si, jak například okna nebyla zaizolovaná, táhlo z nich... My jsme vše zrekonstruovali v letech

2011 až 2012, kdy proběhlo celkové zateplení pláště budovy včetně oken a dveří a budova dostala díky fasádě atraktivnější vzhled. Dnes si alespoň nájemníci s tímto problémem a mnoha dalšími nemusí dělat starosti, tepelně izolační parametry budovy jsou totiž, troufnu si říci, na vysoké úrovni.

Jak velká bude ona přístavba?

Bude se jednat o osm set čtverečních metrů obchodních ploch. Prostor je variabilní, dá se tam vytvořit od čtyř do osmi obchodů.

Povíte čtenářům měsíčníku MAXIM, na jaké obchody se mohou zákazníci těšit?

V tuto chvíli to ještě sdělit nemohu, neboť tato záležitost je stále ve fázi jednání a nemáme podepsané smlouvy. Samozřejmě chceme, aby budoucí obchody byly pro obchodní centrum MAXIM přínosem.

Můžete alespoň čtenářům prozradit, do jaké sféry obchodů budete směřovat?

(úsměv) Věřím, že by bylo žádoucí, kdybychom se ještě více zaměřili na obchody pro ženy.

Odkdy je přístavba naplánovaná a dokdy bude vše přibližně trvat? Odhadnete, kdy budou zákazníci moci navštívit nové prostory?

Nyní probíhají přípravné práce, kdy se prostor na přístavbu musí vyčistit od dřevin a celkově jej připravit takovým způsobem, abychom předešli potenciálním problémům. V plánu je zbourat současnou lávku a postavit novou. Pokud počasí dovolí, již na začátku února „kopneme do země“ a příprava pro základní desku je v plánu na březen. Záměrem je přístavbu dokončit v listopadu tohoto roku, tudíž termíny jsou skutečně našlapané. Chceme rovněž provést novou dlažbu na okolních chodnících, a sice na těch, které vedou od mostu až k Prioru. Co se týče projektové dokumentace, spolupracujeme tedy s městem - plánujeme u obchodního centra MAXIM

vytvořit prostor pro děti či nový prostor pro kavárnu. Komplexně nejde jen o přístavbu. Rád bych také vyjádřil svoji osobní touhu, aby Strakonice rostly. Když ve Strakonici bude dostatek práce, když tu budou třeba i nové školy, dostatek kulturního a sportovního vyžití, tak se zde může následně rozvíjet i obchod. Vše spolu totiž velmi úzce souvisí.

V minulém roce byla dostavba Obchodního centra MAXIM projektována Ing. Arch. Janem Zákosteleckým a jeho spolupracovníky ze strakonické projekční kanceláře STA, projektový atelier, v.o.s. Realizaci stavby měla na starosti firma pana Karla Tomana. Jak to bude nyní?

Musíme si říci, že celá myšlenka proměny obchodního domu Labuť od rekonstrukce a zateplení z roku 2012 do dostavby 2015 je dílem pana architekta Zákosteleckého, který vše naprojektoval s citem pro toto území Strakonice, a za to mu patří velký dík

Jak jste spokojen s dostavbou Obchodního centra MAXIM z již minulého roku 2015?

Byli jsme velmi příjemně překvapeni, s jakým minimálním zásahem stavby do celého okolního prostředí jsme se prezentovali, což byla mimochodem právě vynikající práce realizační firmy pana Tomana. Naštěstí jsme vybrali vhodný barevně stálý materiál na plášť budovy, tudíž při spojení původní budovy a loňské dostavby vše do sebe ideálně sedlo, za což jsem pochopitelně velmi rád.

Kladete si mimo přístavbu ještě jiné cíle na rok 2016?

Myslím si, že tato realizace úplně stačí a zamětná nás opravdu naplno. (úsměv) Musíme také pamatovat na naše zákazníky, abychom jsme se jim věnovali tak dobře, jak jsou právem zvyklí a oni nepocítili změnu kvality naší práce.

Roman Škoda

STAVÍME PRO VÁS
NOVÉ PROSTORY
OTEVÍRÁME V LISTOPADU

[maxim]

INFO O PRONÁJMU
+ 420 724 360 086
+ 420 727 818 359

Experiment z fima



FIMO hmota, to je materiál ze kterého vyrobíte šperk, misku, rámeček na fotku zamilované osoby, sošku či dokonce různé dekorace do bytu. Napodobíte minerály, perly, vytvoříte strukturu dřeva. Chce to jen čas, chuť, ochotu experimentovat a nadšení.



FIMO hmota nově od února v prodejně OLYMPIA PAPIR
Prodejnu naleznete v přízemí OC MAXIM.



přijďte ochutnat naše DOMÁCÍ DORTY!

ČOKOLÁDOVÝ dort vyrobený z 80% čokolády, CHEESCAKE s přelivem z lesního ovoce a MRKVOVÝ dort.

Dorty jsou vyráběny v chráněné dílně v Drahonicích - Pražírna Drahonice. „Pokud je ochutnáte, jiné chtít už nebudete.“

Tyto dorty můžete ochutnat v našem Dětském centru MEDVÍDEK v OC Maxim.

www.centrummedvidek.cz



pro MAZLÍČKY

Pelíšky teepee od značky Huhubamboo mazlíčci milují, protože jim poskytují nekonečné pohodlí a zároveň příjemné soukromí. Potěšit však dokážou i jejich páníčky - nevšedním designem, praktickou údržbou a úžasnou cenou.



V únoru navíc se slevou 25 % - pouze v prodejnách Pet Center.

S tímto náramkem budete každý den JINÁ



Náramek tvoří korálky a přívěsky, které se na náramek navlékají. Vyberte si Vaše oblíbené barvy a motivy. Vyjádřete tak svůj osobní styl a příběh.

Naše velké korálky/ přívěsky s kamínky na náramky jsou krásné

a kvalitní. Materiál je kvalitní bižuterní slitina a sklo.

Jednotlivé přívěsky nenesou označení žádné firmy. Z korálků tak můžete skládat vlastní náramky, náhrdelníky a vytvářet další druhy bižuterie.

K dostání v prodejně INKA - OC MAXIM první patro.

Axis Optik - moderní optika v obchodním centru MAXIM

Využijte nyní akční nabídky v Axis Optik na

brýle za skvělé ceny.

Měříme zrak bez čekání. Poradíme vám s výběrem nejvhodnějších brýlových skel i obrub. Aplikujeme kontaktní čočky.

Navštivte nás a vyberte si z novinek 2016.



Zapojte se do naší rubriky i Vy... Noviny Maxim děkují všem svým čtenářům za přízeň. Dovoluje si zveřejnit výzvu: Sháníme zajímavé příběhy, svědectví a fotografie přibližující historii Strakonice.

HLEDÁME STŘÍPKY Z HISTORIE MĚSTA STRAKONIC A OKOLÍ

Dnes začneme ulicí, v níž nezůstal stát ani jeden domek. Vše vedení města 80. let minulého století bez milosti nechalo zbourat. Jedná se o ulici Čelakovského. Začneme domy od Havlíčkovy ulice a to nejprve těmi původními. V čele vlevo stál dům č. p. 254 a za ním hned č. p. 253 oba pana Vojtěcha Kubičky /1871/, který měl hokynářství, prodával vejce, máslo, zvěřinu a drůbež a měl krejčovskou dílnu, jeho žena Marie /1877/ byla krejčová a měli dceru Dobroslavu /1907/ a syna Dobromila /1909/, služkou u nich byla paní Marie Macnerová /1874/. Bydlela zde též paní Dobroslava Haisová a měla sběrnou másla a vajec. Dům pak patřil rodině Haisů a pamatují si na voliéru v zahradě s množstvím okrasného ptactva. Ještě zde žila paní Rathauská /1854/, soukromnice, vdova s dcerou Terezií /1882/ pracující ve Fezárnách, dál pan Josef Pechout /1869/, nádeník, s chotí Antonií /1867/ a dětmi Marií /1893/, Janem /1898/, Annou /1901/, Josefem /1803/ a Josefou /1907/, dále Kovářů se syny Miroslavem a Zdeňkem, otec býval četníkem. Další dům č. p. 252 patřil rodině největší osobnosti města pana

lem kolářství, který zde žil s manželkou Annou /1883/ a dále soukromnice paní Anežka Hesounová. Jdeme dál po levé straně a jsme u domu č. p. 289 pana Josefa Palivce, který měl zasilatelství a menší hospodářství, dřív stával hostinec Pantheon, kde se hrávala divadla, konali se schůze a konaly plesy. Dřív se tam říkalo podle majitele „U Bruhů“ a sociální demokrati zde mívali v jedné místnosti knihovnu. Pantheon patří k nejstarším strakonickým hospodám a vznikl nástavbou pevnostní bašty někdejších městských hradeb. Na zahradě byl i krytý kuželník. Ve dvacátých letech převzal Pantheon hostinský Karel Palivec, i když zejména věnoval povoznictví a zemědělství. Žil zde s manželkou Emilií, dál zde bydleli: čeledín pan Jan Kernal s manželkou Magdalenou a dělník Jan Kohout s manželkou Marií. Pokračujeme domem č. p. 250, zde bydleli: uzenář a řezník pan Josef Cikhart, paní Marie Hesounová a soustružník, pan Karel Kokrda s manželkou Annou. V č. p. 249 žil pekař pan Augustin Vaněk s manželkou Aloisií a pan Karel Hájek. Dál dojdeme k č. p. 248, kde žili soukromník pan Jan Bílek /1832/ s manželkou Kateřinou /1845/ a snachou, vdovou, pracující ve Fezku paní Marií Fikotovou /1868/, dál dělník v textilce pan Jan Zeman /1882/ s manželkou Albou /1884/ a dětmi Karlem /1905/, Boženou /1908/ a Františkem /1910/, též řezník pan Karel Král s manželkou Marií, dál technický inženýr pan ing. František Hulík s manželkou Růženu, tovární dělnice paní Josefa Papežová a pan učitel Josef Kahuda s manželkou Pavlou. Pana učitele pamatují, když jsme jako kluci chodili na kuželnu „Na protivínské“ stavět za 5 Kčs stovku kuželek. Pan učitel je hrával a dělal i předsedu oddílu. Poslední v této řadě ke křížovatce s ulicí „Na stráži“ patří již do ní. Všechny domy měli své velké zahrady až k městským hradbám, jejich zbytky jsou ještě zachovány za zdí u kapličky v parku. Nyní si projdeme znovu tuto levou stranu ulice jak vypadá v současnosti. Na rohu stojí dům č. p. 1436 kde je L'oreal, M. Hübl účetnictví, dál kadeřnictví a byty. Následují zděné bytovky s č. p. 253, 252 a 251. Za nimi je parčík a další bytové domy č. p. 250 a 249. Nyní si projdeme pravou stranu.

Dříve začneme domem č. p. 255, kde bydleli soukromník pan Jan Němeček s manželkou Františkou, paní Hermína Němečková v domácnosti, úředník pan Vladimír Cířka a dělnice paní Anna Kunešová. V č. p. 256 pak rolník pan Tomáš Houf s manželkou Růženu a penzistka paní Marie Vodičková. Následuje č. p. 317. Zde žila soukromnice paní Josefa Pytlíková a obchodnice s textilem paní Marie Foglarová, Jsme u č. p. 257 kde bydleli paní Josefa Kovářiková, paní Hermína Kovářiková a Vágnerů, jejichž syn byl výborný plavec, natěrač pan František Panuška s manželkou Marií, rodina Šímů a dělnice paní Julie Malá. Postoupíme k č. p. 258, zde žili soukromnice paní Terezie Domorázková, soukromnice paní Anna Chudobová, tovární dělník pan Josef Beran s manželkou Marií,

pánové Antonín a Karel Tomanové a úředník dráhy ve výslužbě pan Jindřich Hampl s manželkou Helenou, dál Zemanů, Jílků a Břicháčků.

Došli jsme k č. p. 259, kde bydlela soukromnice paní Albína Zdvoráková. pan Josef Trnka, tovární dělnice paní Marie Broulimová a tovární dělnice paní Marie Fikotová. Dál Drábků, Herbrychů /než se přestěhovali o kus dál do č. p. 254/ a Vávrů jejichž vnučku Janu Šotů se vzal motocyklový závodník Bojer. Pamatují si,



Foto z roku 1961

že jsme k Šímům a Jílkům, chodívali s maminkou na návštěvu. A jsme u č. p. 260, kde bydlel obuvník pan Josef Štětka, pan učitel Miloslav Hadan s manželkou Miloslavou a obuvník pan Václav Synek s manželkou Annou, pan Antonín Mixa /1880/, punčochář s manželkou Annou /1852/ pracující ve fezár. Posledním domem v řadě je č. p. 261 kde bydlel okresní četnický velitel pan Vojtěch Dvořák s manželkou Janou, tovární dělník pan František Kazda s manželkou Emilií, obchod smíšený zde měla paní Růžena Pavlíková a mlékárnu s potravinami zde měli pan Jiří Fišer s manželkou Marií. Později zde byla Tábořská mlékárna, kde prodávaly paní Miláčková a paní Řehořová, pak občerstvení Viko atd, nyní je zde prodejna Vodňanské kuře. Dál zde bydleli Chromých, pan učitel Heran s rodinou, Křížů, Poláků, Černočů, Rodů a Mikešů / paní prodávala v trafice v parku/. Je to jediný dům v této řadě co zůstal stát. Nyní si projdeme tuto pravou stranu, tak jak vypadá dnes. Začíná vjezdem do prostoru za bytové domy č. p. 935 a 936, za nimi následuje parčík a další domy č. p. 257, 256 a 255, dál výměník a restaurace Viko.

To je pro dnešek vše. Jakékoliv doplňky nebo informace k druhé polovině ulice Čelakovské nebo k ulicím Havlíčkova, Husova, Na ohradě a Zátkova, která dávám dohromady, rád uvítám na emailu:

Malirsky.J@seznam.cz nebo na telefonu 723 158 306.

Kontakt:

redakce@ocmaxim.cz
Bezděkovská 30, Strakonice 386 01
727 818 359



Dům č. p. 354 dnes zde stojí č. p. 1436

Františka Ladislava Čelakovského. Narodil 7. 3. 1799 ve Strakoncích a zemřel 5. 8. 1852 v Praze. Studoval na gymnáziu v Českých Budějovicích a později v Písku, Linci, Praze. Nejznámější jeho díla jsou: Ohlasy písní ruských, Ohlasy písní českých, Růže stolistá a Smíšené básně. Později zde bydleli: pan Jan Founě /1854/, spolkový sluha s manželkou Rozálií /1858/ a dětmi pomocným dělníkem panem Josefem Founěm /1895/ s jeho manželkou Barborou, dělníkem panem Karlem Founěm /1899/, Janem /1892/, Aloisem /1899/ pekařským pomocníkem, Karolínou /1889/ a Arnoštem /1890/. Za Čelakovského domkem stál dům, č. p. 283, kde žil dělník pan Josef Uhlík s manželkou Barborou, též pan Josef Pelouch /1835/ soukromník z Klínovic s manželkou Marií /1852/ z Droužetic a synem Josefem /1872/. Dalším domem je č. p. 251 obchodníka s vejci a máslem pana Matěje Mráze /1884/ majite-

KULTURNÍ PROGRAM ÚNOR

Státní okresní archiv si Vás dovoluje pozvat na malou výstavu: Inzerce a reklama první republiky v dobovém tisku.

Termín: 25. 1. - 30. 6., po – pá: 8:00-14:00
Místo konání: Státní okresní archiv Strakonice,
Smetanova 351, Strakonice

Výstava se zaměřuje na ukázání co největšího množství tištěné reklamy v období první republiky, rozdělené do tematických celků, jako jsou například: potraviny, automobily, elektronika, léky a podobně. Představuje především reklamy, které vycházely na stránkách regionálních jihočeských tiskovin, a ukazuje, jakým způsobem se tehdejší výrobci snažili zapůsobit na své zákazníky.

DRAHOŠKOVÉ Divadelní předplatné A

Datum konání: 25. 1. od 19:00
Místo konání: Dům kultury
Vstupné: 330 Kč
Divadlo Kalich, Dana Laurentová – Drahouškově
Vyhledávaná dvojice našich předních komiků,
Jana Paulová a Pavel Zedníček, přichází
s novou komedií!

Dechové kvinteto

Doba konání: 26. 1. od 19:00

Místo konání: Dům kultury
Vstupné: 170 Kč

FRANKIE & JOHNNY Divadelní předplatné B

Doba konání: 2. 2. od 19:00

Místo konání: Dům kultury
Divadlo v Rytířské
Režie: Petr Kracik, hraji: Tereza Kostková, Aleš Háma

Výstava obrazů - Zlatovlásky Jiřího Pešla 5. - 28. 2.

4. 2. - Vernisáž v 17:00 v Maltézském sále
Termín: 5. - 28. 2. - Výstava obrazů - Zlatovlásky
Jiřího Pešla
Výstavu uvedou Marie Krejčová a Jiřina
Salátová.

Studenti na hradě - Výstava studentských prací VOŠ a SPŠ Volyně

Vernisáž 9. 2. v 17:00 v Sále U Kata
Termín: 9. 2. - 6. 3.

Rest Nápoje

velkoobchod s nápoji
maloobchod

S.R.O.

Po-Pá: 7.30 - 16.30
So: 8.00 - 12.00

mobil: 776 695 600
tel./fax: 383 380 345
Řepice 164, Strakonice



směr Písek

certifikovaný prodejce lihovin



Přírodovědecká
fakulta
Faculty
of Science

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Přírodovědecká fakulta JU nabízí odborné studium zaměřené na biologické, chemické, fyzikální a matematické obory. Součástí nabídky studijních oborů je také víceoborové studium učitelství.

Na Přírodovědecké fakultě JU lze v akademickém roce 2016/2017 studovat následující obory:

■ V bakalářském stupni nabízíme tyto obory

Biologie, Biofyzika, Biomedicínská laboratorní technika, Péče o životní prostředí, Chemie, Fyzika, Měřicí a výpočetní technika, obory vzdělávání budoucích středoškolských učitelů. Ve spolupráci s Univerzitou J. Keplera v Linci nabízíme dva přeshraniční obory, které se studují v angličtině: Biological Chemistry, Bioinformatics. Výhodou studia těchto oborů je získání diplomů ze dvou univerzit.

Od roku 2014 nabízíme také první technický obor na JU – Mechatroniku. Jedná se o moderní obor, který reaguje na poptávku po absolventech tohoto zaměření, studium je realizováno společně s ČVUT v Praze a společností BOSCH.

■ Studium učitelství pro střední školy

V současné době je na středních školách vysoká poptávka po aprobovaných učitelích především přírodovědných a technických předmětů. Přírodovědecká fakulta nabízí možnost studia naprosté většiny těchto předmětů v aprobacích pro střední školy. Na PřF jsou tyto

bakalářské studijní obory nazývány „předměty pro vzdělávání“, v navazujícím magisterském studiu potom „Učitelství pro střední školy“. Zájemci o studium učitelství mohou vybírat z oborů Biologie, Chemie, Fyzika, Informatika a Matematika.

■ Stipendium pro talentované studenty

PřF JU již tradičně vypisuje stipendia pro talentované nastupující studenty. O stipendium se mohou zájemci ucházet na základě své účasti a dobrých výsledků v odborných soutěžích (např. Biologická olympiáda, SOČ). Kromě osobního stipendia budou součástí tohoto ocenění také finanční prostředky, které může student v případě zájmu využít na zahájení vlastní výzkumné činnosti na na které z kateder či ústavů PřF JU.

Více informací o studiu na PřF JU a o akcích pořádaných pro veřejnost se zájemci mohou dozvědět na webových stránkách fakulty.

Přihlášky pro akademický rok 2016/2017 bude možné zasílat do 15. 3. 2016.

Přírodovědecká fakulta JU

Braníšovská 1760

370 05 České Budějovice

tel.: 387 772 262, 387 772 268

fax: 387 776 226

e-mail: studijni@prf.jcu.cz

www.prf.jcu.cz



(PR)

Příčiny rakoviny a její prevence

Smyslem článku je Vás informovat o této nemoci, které se bohužel hodně lidí vyhýbá, jelikož se jí jednoduše bojí. Raději o ní nemluví a mají ji zařazenou v kolonce „tabu“. Útěk od potenciálního problému se ovšem vždy ve finále projeví negativně. Zkusme ale toto téma nenazývat problémem, nýbrž výzvou. Článek je tu pouze pro Vás.

Světový den boje proti rakovině je vyhlášen od roku 2000 na čtvrtého února. Tento významný den je iniciativou nevládní organizace UICC (Union for International Cancer Control) a jejích partnerských organizací, kterých je po celém světě více než osm set.

Nelichotivé statistiky

Začneme bohužel realisticky, nikterak pozitivně. Podle nejnovějších statistických údajů se onkologickým pacientem stane každý třetí občan České republiky a každé čtvrté úmrtí je způsobeno rakovinou. Statistika mluví jasně; každý rok onemocní touto nemocí až osmdesát tisíc lidí.

Rakovina je v současnosti nejčastější světovou příčinou úmrtí. Odhaduje se, že každý rok této nemocí podlehne přes osm milionu obyvatel. Další fakt je rovněž znepokojující – ze statistik se předpokládá, že čísla v budoucnosti dále porostou. Z roku 2012 vyplývá, že se výskyt tohoto onkologického onemocnění zvýšil až o jedenáct procent.

Kdy to všechno začalo?

Velmi zajímavá, až pozoruhodná je skutečnost, že nádorové onemocnění se vyskytlo již v pravěké společnosti – panenské a ničím nezkažené. Vůbec nejstarší důkazy o výskytu rakoviny položil tým paleoantropologů vedený Davidem Frayerem z University of Kansas, jenž objevil ve známé chorvatské jeskyni Krapina žebro neandrtálce, které nese evidentní stopy rakovinového bujení. Žebro je staré přibližně sto dvacet tisíc let a je z něj patrné, že dávný obyvatel trpěl typem rakoviny kosti, který se v dnešní době vyskytuje mnohem častěji než jiné typy kostních nádorů. Byť byl nález náhodný, a to velmi, důvěryhodnost studie je vysoká a rezolutně praví, že rakovinou trpělo v pravěku mnoho dalších jedinců. Nádory byly nalezeny i u staroegyptských mumii, tudíž rakovina nezpochybnitelně patřila od nepaměti k životu lidskému.

Nejčastější mýtus

Jeden z nejčastějších mýtů tvrdí, že rakovina je především problém rozvinutých, „bohatých“ zemí. To ovšem není zdaleka přesné. Je sice pravda, že pronůstá rozvinutými společnostmi, nicméně obyvatelé chudých oblastí ve světě přicházejí kvůli této chorobě v průměru o více let života. Zatímco lékařské pokroky a technologický rozvoj pomáhají pacientům ve velké míře žít déle, lidé v nízkopříjmových státech umírají stále v nízkém věku.

Příčina rakoviny

Příčina onkologického onemocnění byla objasněna německým lékařem a vědcem. Otto Heinrich Warburg



obdržel v roce 1931 Nobelovu cenu za objevení příčiny vzniku rakoviny. Už se vám honí hlavou, o co jde? Odpověď je téměř až lakonická; kyselost, před kterou neuniknete. O této záležitosti je obeznámeno skutečně velmi málo lidí, neboť tato prostá pravda je před laickou společností především ze ziskuchtivých příčin striktně utajována. MUDr. Warburg totiž podrobně popsal, že rakovina je vlastně jen vnějším výsledkem a zcela přirozenou reakcí buněk každého živočišného i rostlinného těla. Neфизиologickým způsobem stravování (jíme vlastně neustále a pravidelně převážně vařenou stravu, která organizmus nadměrně okyseluje) a navíc se v důsledku nedostatečné fyzické aktivity v těle automaticky vytváří příliš kyselé prostředí slabě zásobované kyslíkem.

Doporučujeme se tedy vyhýbat kyselinotvorným potravinám (zejména např. rafinovaný cukr a jeho deriváty, rafinovaná sůl, maso nebo chleba). Naopak zásadité potraviny, resp. zásadotvorné, tedy velmi zdravé a prospěšné pro naše tělo jsou například syrová zelenina, ovoce (citron nevýmáje), mandle, celozrnné obiloviny nebo i přírodní med.

Mnohem více informací naleznete v článku (www.osud.cz), z kterého tento odstavec čerpal a který se mimo jiné stal historicky nejčtenějším tohoto webu, což je minimálně nadějně s ohledem na to, že některé lidi tato problematika zajímá a chtějí se o ní dozvědět co možná nejvíce. Tímto se dostáváme k obecně známé prevenci, kterou nyní osvětlíme.

Prevence

Dodržováním jednoduchých zásad zdravého životního stylu a využíváním preventivních vyšetření můžete z velké míry předejít nemoci nebo alespoň pozitivně ovlivnit její průběh. Prevence je podle odborníků značným způsobem nedostatečná. Hlavní problém, jak již bylo podotknuto, je zřejmý – nezdravý životní styl. Obecně je každý seznámen s tím, že kouření je jednoznačně nejzákladnější příčinou výskytu zhoubného nádorového onemocnění. Dalším rizikovým faktorem je faktor výživový. Ten se podílí na přibližných třiceti pěti procentech celkové úmrtnosti – vyhněte se především nadměrnému užívání alkoholických nápojů a výrobků, jež obsahují velké množství tuků. Dále neholdujte konzumaci uzenin, což před několika týdny vyvolalo v médiích nemalý rozruch, ačkoliv je tento fakt známý již po dlouhou dobu. Dbejte na to, abyste denně přijímali nejméně dvacet gramů nejrůznější vlákniny. Společnost pro výživu v této otázce ovšem doporučuje až třicet gramů za den u dospělého člověka. Vlákna se vyskytuje třeba v luštěnině, ořechu, některé zelenině (např. brokolice, mrkev, fazole, květák) či v ovoci (např. švestka, jablko, banán). Důležitý je pochopitelně pohyb a pokoušet se jednotlivě starat o životní prostředí.

I vy můžete pomoci

Naštěstí je dnes možná i finanční pomoc, která může zachránit lidské životy. Potřebné informace a kontakty jsou velmi snadno dohledatelné na internetu. Vše závisí pouze na Vašem rozhodnutí.

Buď vždy veselý – to je nejlepší medicína. Veselost je filozofie příliš málo pěstovaná. Je sluneční stranou života.

- George Gordon Byron

Zdroj Thinkstock

Rozšiřujeme služby pro Vás www.komrska.eu

E-shop - obchod.komrska.eu

DPD Pickup - uloženko.cz

iBOD - získejte body za nákupy

Každý měsíc akční ceny (TRHÁKY) a ještě více bodů.

COMFOR

POČÍTAČE, TABLETY, TELEFONY, TISKÁRNY, PERIFÉRIE, PŘÍSLUŠENSTVÍ, KOMPONENTY, LAN A WIFI
 ŽÁRUČNÍ A POZÁRUČNÍ SERVIS VÝPOČETNÍ TECHNIKY, SPRÁVA A ÚDRŽBA POČÍTAČOVÝCH SÍTÍ

it

STRAKONICE, PODSKALSKÁ 59 (U MARKÉTY) eshop, vč. doručení na prodejnu
 TEL: 383 389 011, EMAIL: KOMRSKA@KOMRSKA.EU **obchod.komrska.eu**

Skiareál Lipno

Byť sněhové nadílky si již na většině území moc neužijeme, první měsíce roku 2016 ještě mohou nabídnout dobrodružství spojená se sněhem. Doporučujeme navštívit Skiareál Lipno, kde zábava bude všudypřítomná.

Skiareál Lipno je unikátní pětihvězdičkové lyžařské středisko, kde si užívají hlavně rodiny s dětmi všech věkových kategorií, a to nejen při lyžování. Zatímco rodiče a děti mohou lyžovat, prarodiče s kočárky mají možnost vyrazit na procházku kolem lipenského jezera, na Stezku korunami stromů či na kávu a zákusek do jedné z početných restaurací. Děti mají unikátní možnost se naučit lyžovat ve Fox parku, jehož zalíbení objasníme v dalším odstavci. Dále se děti mohou pobavit jízdou ve skicrossu na sjezdovce lišáka Foxe či mohou zkusit měřený slalom. Ti nejmenší si jistě užijí radostné chvílky v Bambini parku. Skiareál Lipno nabízí dokonce svého maskota, a sice lišáka jménem Fox a pochopitelně kvalifikované instruktory z lyžařské školy Lipno skischool určené výhradně pro výuku. Pokud chcete, můžete využít přepravu prostřednictvím Skibusu, jenž Vás převezve jak do areálu, tak i dopraví po středisku. Pokud se příroda smiluje a jezero zamrzne, lidé mohou vyrazit na nejdelší přírodní upravovanou bruslařskou dráhu na světě!

Skiareál Lipno nabízí vše ve vysoké kvalitě. Perfektně upravené, bezpečné a zasněžované sjezdovky jsou samozřejmostí. Již zmíněný Fox park je největším vý-



ukovým hřištěm, které patří zároveň k nejmodernějším a nejlepším svého druhu v České republice. Od 8:30 do 16:00 je hřiště otevřeno pro lyžaře. Od 18. hodiny večerní je hřiště otevřeno i pro sjíždění na bobech či sáňkách pod umělým osvětlením. Děti zde mohou zažít různé

tematické dny, využít moderní výukové pomůcky dle nejnovějších trendů atd. Neoddiskutovatelnou výhodou je i bezprostřední blízkost centrálního parkoviště. A co potěší hned dvakrát, Fox park je zdarma!

Skiareál Lipno Vám nabízí pohodové lyžování na upravených sjezdovkách o celkové délce 11 km. O možnostech pro děti jsme již seznámeny, leč poohlédněme se na sjezdovky, jež by mohly zajímat starší věkovou kategorii. Pánská sjezdovka je označena jako červená.



Patří k páteřním sjezdovkám areálu a je velmi oblíbená. Měří 970 metrů. Dámská sjezdovka je oblíbenou alternativou ke sjezdovce Pánské. Měří 1090 metrů. Promenádní sjezdovka je umístěna na severovýchodní straně Skiareálu Lipno na odvrácené straně a má 930 metrů. Největší novinkou je sjezdovka Vyhlídka měřící 1200 metrů. Naleznete ji vedle sjezdovky Promenádní. Jedná se o další červenou sjezdovku. Pravděpodobně nejnáročnější sjezdovkou v areálu je Střecha, která nabízí velmi slušný sjezd. Je označena jako červená a měří 970 metrů. Zpět k centrálnímu parkovišti se dostanete po sjezdovce Jezerní, která je nejdelší sjezdovkou Skiareálu – měří 1400 metrů.

Přepravu lyžařů ve Skiareálu Lipno zajišťují tři moderní čtyřsedačkové lanovky Doppelmayr. Pro komfortní nástup jsou všechny vybaveny rozběhovými koberci, které umožňují plynulé nasednutí na sedačky lanovek.

Pro snowboardové nadšence je připraven snowpark, který pravidelně upravuje zkušený shaper. Snowpark se

skládá z několika skoků a několika dalších překážek určených pro vaši zábavu. Jedná se např. o lomenou bednu, rovnou bednu, dance floor, zábradlí, apod. Snowpark je pravidelně upravován tak, aby byl bezpečný pro nejmenší snowboardáky, ale i pro zkušené borce. Nachází se v klínu mezi sjezdovkami Promenádní a Sjezdovkou lišáka Foxe. Překážky jsou pro všechny nadšence snowboardu zrenovovány.

Skicrossová dráha je samostatná, zvlášť oddělená část

sjezdovky měřící 800 metrů. Důraz je kladen na zábavnou formu s obtížností, která vyhovuje jak malým dětem, tak i dospělým lyžařům.

Pokud zde toužíte strávit více dní, není to sebemenší problém. Skiareál Lipno má totiž oproti jiným lyžařským střediskům v České republice výhodu dostatečného počtu lůžek, které se nacházejí v jeho blízkosti. Přímou sjezdovek naleznete dva největší resorty. Pokud se Vámi vybrané ubytovací zařízení nachází ve větší vzdálenosti, nevádí. Po Lipně jezdí pravidelně již avizovaný Skibus, který má dvě linky. Spojuje obyvatele se Skiareálem a dalšími atrakcivami v místě jako je například sportovní hala se squashem, bowlingem či vodním rájem Aquaworldem Lipno.

Více si můžete přečíst na zima.lipnoservis.cz, kde se dozvíte o Skiareálu naprosto vše. Přejeme Vám, abyste si Skiareál Lipno užili plnými, sněhovými doušky.

Roman Škoda
(článek vychází z: zima.lipnoservis.cz)



Lipno.ski * * * * *

Více zábavy s lišákem Foxem

www.skiareallipno.cz

Vaříme s Maximem

Únor bílý, pole sílí. Tak praví stará pranostika a letos se pravděpodobně bílého únoru vážně dočkáme. Snad je rčení pravdivé a snít společně se zimou zajistí polím slibovanou sílu. Ovšem na nás lidi povětšinou zima nepůsobí tak pozitivně a mnohdy nám naopak sílu vezme. Proto je důležité, abychom nepříznivému počasí přizpůsobili nejen svůj šatník, ale i jídelníček. Připravili jsme pro Vás pár tipů na jídla, která vás zahřejí, doplní potřebné vitamíny a zajistí sílu, pro zvládnutí těchto chladných dní.

Poctivá zelňačka se šťouchanými brambory – ostrá verze

Tato polévka je do zimních dnů naprosto ideální. Zahřeje na těle i na duši a vysoký obsah vitamínu C v zelí podpoří imunitu. Díky své hutnosti se také dá využít jako hlavní jídlo.

SUROVINY

80 g bílé uzené slaniny (špek)
1 klobása
2 lžíce sádla
2 větší cibule, nakrájené nadrobno
1-2 lžíce hladké mouky
1 lžíce sladké mleté papriky
400 – 500 g kyselého zelí, slitého (nálev uchovejte), propláchnutého
2 bobkové listy
Kousek čerstvé chilli papričky, zbavené semínek, nakrájené nadrobno
Špetka muškátového květu
Sůl a čerstvě namletý pepř

NA ŠTOUCHANÉ BRAMBORY

8 středně velkých brambor
2 menší cibule
50 g másla
Hrst nasekané petrželky
Sůl a čerstvě namletý pepř

Příprava: 15 minut
Vaření: 30 minut
Porce: 4-5 osob

POSTUP

- Špek a polovinu klobásy nakrájejte na kostičky, vhoďte na pánev s rozehřátým sádlem a opečte. Pak přidejte cibuli a na mírném plameni ji nechte změkknout a zezlátnout. Přisypte mouku a promíchejte, následně přidejte papriku a všechny ostatní suroviny (zelí před tím ještě můžete překrájet) a zalijte 1 až 1,5 litrem vody. Na středním plameni vařte asi půl hodiny.
- Polévku dle chuti dochutíte uchovaným nálevem ze zelí (či vinným octem), solí a pepřem, naředit ji můžete také nálevem či vodou.
- Brambory oloupejte, nakrájejte a v osolené vodě uvařte doměkka. Mezitím si nakrájejte cibuli najemno a na středním plameni opečte na másle do zlatohněda. Brambory slijte, vysypte k nim cibulku a většinu nasekané petrželky, osolte, opepřete a rozšťouchejte.
- Zbylou klobásu nakrájejte na kolečka a opečte ji na pánvi. Polévku rozdělte do talířů, navrch dejte brambory a vše ozdobte klobásou a zbytkem petrželky.



Poctivá zelňačka se šťouchanými brambory
www.mojedobroty.cz



Carpaccio z červené řepy
www.zdravejjakorybicka.wordpress.com

Carpaccio z červené řepy se sýrem a ořechy

Tereza Kramlová
Instagram @fitrecepty

Ačkoliv je plavková sezóna daleko, neškodí si občas dopřát něco zdravého, co neohrozí naši linii. To však neznamená, že takové jídlo nemůže být velice chutné! Řepové carpaccio je naopak velice oblíbená lahůdka.

I ten, který řepu obvykle nejí, si může toto jídlo zamilovat, jelikož řepa po upečení získá jinou, skvělou chuť. Má také vysoký obsah vitamínů C, B1, B2, B6 a E a lékaři ji doporučují jako účinnou prevenci proti onkologickým onemocněním.

SUROVINY:

1 červená řepa
hrst rukoly
hrst baby špenátu
sýr – nejčastěji kozí či gouda
vlašské ořechy

DRESSING:

1 polívková lžíce olivového oleje
1 kávová lžička octu balsamico
1 kávová lžička medu
1 kávová lžička hrubozrnné hořčice
citronová šťáva
sůl

POSTUP:

- Sečtneme vrchní a dolní část řepy, kde se nachází ještě zbytky kořínků a listů a důkladně opláchneme. Takto připravenou řepu zabalíme do alobalu a pečeme při 200 stupních cca 40-60 minut.
- Po upečení řepu rozbalíme a necháme vychladnout. Mezitím si připravíme dresink z oleje, medu, hořčice, citronové šťávy a balsamica. Všechny suroviny smícháme dohromady a důkladně promícháme. Dresink odložíme stranou – do salátových listů jej přimícháme až těsně před podáváním, aby salát nepovald.
- Když je řepa vychladlá, oloupeme ji a nakrájíme na velmi tenké plátky. Nyní smícháme rukolové a špenátové listky s připraveným dresinkem, salátek vložíme doprostřed talíře a kolem naservírujeme plátky upečené řepy. Posypeme vlašskými ořechy (můžeme je nasucho opražit) a nalámaným sýrem.

www.mojedobroty.cz

Hotová jídla nejen na cesty

- rychle, chutně, zdravě
- bez lepku a konzervantů
- česká výroba
- stačí jen ohřát
- skladování 1°C-30°C

www.STmenu.cz

ZÁHY ZÁBRANSKÝ
KUCHYŇSKÉ A NÁBYTKOVÉ STUDIO

AKTUÁLNÍ AKCE na:
www.zahy.cz/sluzby
www.zahy.cz
www.facebook.com/zahy.cz

Vyrábíme kuchyně na míru s doživotní zárukou!!!

Strakonice Dolní Poříčí 10 sl. Benešová Tel.: 739 060 111 E-mail: studio@zahy.cz	Blatná J. P. Koubka 86 p. Šindelářová Tel.: 731 443 333 E-mail: blatna@zahy.cz	Cheb Májová 2 p. Zábranský Tel.: 603 509 863 E-mail: studiocheb@zahy.cz
--	--	---

ZÁRUKA KVALITY 15 let na trhu

Pražírna Drahonice



Těm z Vás, kteří vyžadují vysokou kvalitu, hledají více než dobrou značku s rozumnou cenou a v neposlední řadě také chtějí přispět k smysluplné věci, je Pražírna Drahonice zde v jižních Čechách tou správnou volbou.



Chráněná dílna A MANO se v březnu 2014 rozšířila právě o pobočku v Jihočeském kraji a zahájila tak provoz Pražírny Drahonice. „A mano a mano“ znamená „ruku v ruce, krok za krokem“, a to je i jasným cílem této Chráněné dílny A MANO. Jde především o kvalitu, nikoliv kvantitu. Vysoký standard za přiměřenou cenu a spokojený zákazník, jenž se bude rád vracet, jsou stěžejním záměrem.

Jak již asi víte, sortiment zahrnuje produkty kávové, ovšem u těchto zrněk se zdaleka nekončí. V nabídce naleznete a můžete si dále pochutnat na pečených čajích, sirupech na přípravu lahodných domácích limonád, ale také

na sušeném ovoci či výtečných sušenkách.

Káva pochopitelně není vypěstována v jižních Čechách, nicméně výběr, pražení a balení kávy jsou na vysoké úrovni. Můžete si vybrat například nejznámější brazilskou kávu Santos jemné, neagresivní chuti s nádechem čokolády. Dále máte možnost si vybrat z vynikající plantážní kávy honduraské či můžete ochutnat kávu z pohoří And typickou pro své ovocné aroma. . .

Pro všechny, kteří mají zálibu v domácích limonádách – ať už preferují sladší či kyselější chuť, je připravena široká škála poctivých sirupů z čerstvého, lokálního ovoce a bylinek. Aktuálně jsou v nabídce sirupy: zázvorový se skořicí, jahodový



no přispět ke zdravému životnímu stylu.

Chráněná dílna A MANO ručí za kvalitu a původ používaných surovin, na jejichž zpracování se významnou měrou podílejí lidé, kterým zdravotní hendikep značně zúžil možnosti získat uplatnění na trhu práce. Veškerá produkce je výsledkem sociálního podnikání, jehož smyslem není maximalizace zisku, nýbrž trvalá udržitelnost vytvořených pracovních míst.

Velké množství produktů Pražírny Drahonice naleznete u nás v Obchodním centru MAXIM v Dětském centru MEDVÍDEK. Můžete zde ochutnat limonády, sušenky, pečené čaje a v neposlední řadě vynikající kávu Café MARTIN Gold Blend. Jak již bylo zmíněno, toto vše je připravováno s láskou a pečlivostí v Chráněné dílně A MANO - Pražírna Drahonice. Dětské centrum MEDVÍDEK se nachází ve druhém patře našeho obchodního centra MAXIM.

PR

s meduňkou, malinový s kopřivou, bezový květ, citrónový s mátou, borůvkový, mátový, levandulový a mnoho dalších bylinných variant.

Jen čistě přírodní a lokální suroviny v podobě lahodných kousků ovoce a voňavých koření dávají vzniknout populárnímu pečenému čaji, kterému jistě ani vy neodoláte. Na výběr máte ze čtyř druhů: zázvorový s pomerančem, jahodový, třesňový a hrušky se švestkami.

Jsou poskytovány pouze takové produkty, které probíhají tradičními metodami za použití osvědčených receptur. Záměrem je také poskytnout prostřednictvím těchto produktů tolik potřebnou pohodu a pokud mož-

ŠKOLA ANGLIČTINY

VE STRAKONICÍCH

od malička do 19 let



POZVÁNKA

Přijďte na ukázkovou hodinu ZDARMA

Jsme autorizovaným přípravným centrem University of Cambridge



www.helendoron.cz | +420 605 833 849

POJĎTE SI HRÁT!

DĚTSKÉ CENTRUM Medvídek

NEJVĚTŠÍ HERNA V OKRESE NA ROZLOZE 246 m²
DĚTSKÁ HERNA S KAVÁRNOU VE STRAKONICÍCH

OTEVÍRACÍ DOBA
Po - so: 9:00 – 18:00 hod.
Ne: 13:00 – 19:00 hod.

DĚTSKÉ CENTRUM MEDVÍDEK
Obchodní centrum MAXIM (2. patro)
Bezděkovská 30, 386 01 Strakonice

tel.: +420 773 547 012
e-mail: centrummedvidek@email.cz
www: www.centrummedvidek.cz

CENÍK VSTUPNÉHO:
Vstupné celodenní: dítě od 1 roku věku 70,- Kč
Vstupné doprovodu: ZDARMA
www.facebook.com/www.centrummedvidek.eu



NOVÁ VANA DO STARÉ

ŽIVOTNOST 30 LET
 BEZ BOURÁNÍ, BEZ NASTŘIKU
 MONTÁŽ 2 HOĎINY
 ZÁRUKA 5 LET, ZÁSTĚNY, SANITA
Tel.: 728 153 812
 WWW.RENOVO-CZ.EU

KOŽENÉ OBOJKY

pro Vaše mazlíčky

s ručně vyraženými ornamenty, jménem, telefonem i adresou majitele



Dagmar Malířová
 Sídliště 1271, Bystřice pod Hostýnem
 FACEBOOK: DAGMAR MALÍŘOVÁ,
 E-MAIL - MalirovaDagmar@seznam.cz
Tel.: 732 778 865

NAUČÍME VÁS ŠPANĚLSKY I MYSLET!

Español DIRECTO

Licencovaná metoda výuky Directo Español.
UKÁZKOVÁ HODINA ZDARMA!
www.jazykystrakonice.cz
tel.: 605 833 849



Sabina Kohoutová

vlasové studio Naďa

3. patro OC MAXIM
 Bezděkovská 30
 38601 Strakonice

Možno i bez objednání
 tel: 725/803 130

NOVINKA
 REGENERAČNÍ KÚRA JUNCTIOX-
 proniká hluboko do vlasového vlákna a tvoří nové vazby ve vlasech Keratinové ošetření - 100% posílení vlasů a částečné narovnění vlasů

pánské/dámské kadeřnictví

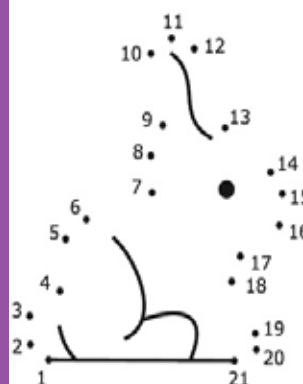
Luštíme s maximem

Tajenka z minulého čísla: **SVOBODA**,
 výherci z minulého čísla: **Vlastimil Panuška, Strakonice a Dana Šislová, Strakonice**
VÝHRU SI VYZVEDNĚTE NEJPOZDĚJI DO 7.3.2016 v kavárně Maxim.



	TUK	RODIŠTĚ ITALSKÝCH HOUSLÁRŮ	BRAZOLETA (ZAST)	JMÉNO PSA		ČASOPIS	ANTILOPA
ČÁSTI DOMU					DOMÁCKY EDUARD		
Tajenka					ZN. NIKLU		
					CITOSLOVCE ÚDERU		
POHYBOVÉ RYTMICKÉ CVIČENÍ							
DRÁHOKAM							
DOMÁCKY TOMÁŠ				ŘÍMSKY 2001			
				MALÍŘSKÁ AKADEMIE			
POUZE (NĀŘ.)					ZKR. ATLETICKÉHO KLUBU		
DRUH PAPOUŠKA							

Spoj tečky v pořadí čísel. Jaké zvířátko se objeví?



Zkus sám nakreslit zvířátko z předchozí stránky.

Doplň názvy čtyř měsíců, které jsou celé nebo částečně letní. Potom spoj každý měsíc s událostí, informací či pranostikou z druhé strany.

Č _ _ _ E _
 _ _ R _ _ _ C
 _ _ P _ _
 _ Á _ _

- ⊗ Svatá Anna, chladna z rána
- ⊗ Podzimní rovnodennost
- ⊗ Svátek má Zuzana, Petra a Helena
- ⊗ Vysvědčení
- ⊗ Den upálení mistra Jana Husa
- ⊗ Letní slunovrat
- ⊗ První školní den

Kuchař/ka

Pizzerie Venezia hledá uchazeče, vyučeného v oboru na stálý pracovní poměr. Nástupní plat dohodou.

Nástup ihned

Volejte 383 325 128 nebo 605 273897

Přijmeme řidiče na MKD

Průměrný čistý plat 35 000 Kč - podmínkou C+E, profesní osv., školení, psychotesty. Doprava František Němec je fungující rodinná firma od roku 1992 se sídlem v Sedlici u Blatné. Řidiči mají hodinovou sazbu a diety v EUR. Jezdíme stále stejné přepravy z regionu Písek, Strakonice, Blatná. Víkend jsou vždy volné. Možný nástup ihned do TPP.

Volejte František Němec

737 133 752

Asistent-ka controllingu

Gabriella Salvete, s.r.o. Obchodní firma v segmentu výroby a prodeje dekorativní kosmetiky sídlo v Katovicích. Min. SŠ vzdělání (ekonomický směr výhodou) Pokročilá znalost MS Office – Excel, Word, Power Point. Spolupráce při sestavení ročního plánu a sledování jeho plnění, měsíční reporting, příprava analýz a správa dat Nástup ihned

Kariéra, spol. s r.o.

Šička.

Požadujeme min. základní vzdělání s praktickou školou. Jedná se o rovné šití tašek. Mzdové rozpětí: od 10 300 Kč/měsíc. Nástup možný od 18.1.2016. Vhodné pro: Osoby se zdravotním postižením (OZP).

Volejte LUCKWEST s.r.o.

+420 608 982 307

Přijmeme číšníka/servírku.

Přijmeme zaměstnance do zavedené restaurace U Madly v centru. Požadujeme komunikativnost, příjemné vystupování, samostatnost, spolehlivost. Praxe v oboru výhodou. Více informací na telefonu či emailu.

Volejte Daniel Švihovec

723 732 503

Mzdová účetní.

Náplň práce: výpočet mezd, zpracování dokladů pro výplatu nemocenské, zpracování exekucí a srážek ze mzdy, roční zúčtování záloh. Požadujeme: SŠ vzdělání ekonomického směru, zkušenost z oboru min. 1 rok, orientace v příslušné legislativě, pokročilá znalost programu Excel.

Nabízíme: stabilní zaměstnání, 5 týdnů dovolené, 13. plat Bohemia Works, a.s

Volejte Bohemia Works, a.s.

+420 773 220 105

Řidič/ka VZV a sk. B

Společnost AMBOSELI s.r.o. hledá uchazeče. Požadujeme: platný průkaz a řidičský průkaz sk. B Nabízíme: Odpovídající finanční ohodnocení, ubytování zdarma při splnění pracovního fondu, možnost záloh

Volejte AMBOSELI s.r.o.

724 984 847

Nástrojář/zámečnick

Pro výrobu vstřikování plastů. Údržba strojů a nástrojů pro vstřikování plastů. Diagnostika a odstraňování poruch strojů a zařízení. Provádění menších oprav. Aktivní účast na preventivních opravách a zlepšování procesů. Požadujeme praxi v oboru, zručnost, schopnost samostatné práce, znalost obsluhy frézy/soustruhu.

Volejte HEYCO WERK ČR s.r.o.

+420 382 206 311

Učitel/ka mateřské školy

Na hlavní pracovní poměr v obci Husinec. Nástup možný od měsíce únor 2016. Požadujeme úplné pedagogické vzdělání.

Volejte Mateřská škola Rybka, o.p.s.

725 614 728

Pracovník/ce údržby

Požadavky - řidičský průkaz skupiny B, manuální zručnost, samostatnost, odpovědný a pečlivý přístup k práci Výhodou - svářečské zkoušky, oprávnění k řízení vysokozdvizného vozíku, práce na soustruhu či fréze.

Mzdové rozpětí: od 15 000 do 16 000 Kč/měsíc. Nástup možný od 1.2.2016.

DUDÁK - Měšťanský pivovar Strakonice, a.s.

Inženýr kvality pro Nové projekty.

/Dura/ Zavádění nových projektů do výroby Komunikace s dodavateli a zákazníky Sleduje a vyhodnocuje vady komponent a hotových dílů Vede kvalitativní audity.

Požadujeme: VŠ/SŠ technického směru Komunikativní AJ nebo NJ Praxe v automotive v oblasti kvality výhodou Znalost nástrojů kvality, APQP, PFMEA

Bénéficielle, s.r.o.

Operátor skladu

Místo výkonu práce: Volyně- V Maninách.

Náplň práce: řídí provoz skladu, zodpovídá za příjem a výdej široké škály materiálu a dílů, pracuje s manuálním nebo terminálovým skladovým systémem, provádí inventury.

Požadujeme min. základní vzdělání s praktickou školou, zkoušky na VZV, spolehlivost, samostatnost, znalost práce na PC. Nástup od 18.01.

Volejte Knürr, s.r.o.

+420 383 312 106

**NAUČÍME VÁS
NĚMECKY I MYSLET!**

**DIREKTES
Deutsch**

Licencovaná metoda výuky
Direktes Deutsch.

UKÁZKOVÁ HODINA ZDARMA!

www.jazykystrakonice.cz

tel.: 605 833 849

Pokud do své firmy hledáte zaměstnance, v novinách Maxim můžete zdarma uveřejnit inzerát podobného znění. Posílat jej můžete na e-mail redakce: redakce@ocmaxim.cz

Zdraví na prvním místě



pokračování z titulní strany

Dalším otužovacím prostředkem může být sauna se studenou koupelí. Lidé, kteří se neotužují jinak, by ji kvůli zvýšení otužilosti měli navštěvovat alespoň jednou týdně.

A proč do toho tedy jít?

Otužování je možnou cestou k prevenci infekčních onemocnění a chorob z nachlazení, především dýchacích cest, a to díky vyšší tvorbě protilátek (imunoglobulinů). Zvyšuje výkonnost srdce a cévního systému, obnovuje přirozený adaptační mechanismus, který lépe reaguje na změny teplot; snižuje pravděpodobnost onemocnění či má pozitivní dopad na průběh vzniklého onemocnění, kdy by se měl otužující člověk dříve uzdravit. Ledová sprcha nebo plavání také vystresuje organismus natolik, že začne vylučovat více adrenalinu a kortizolu z kůry nadledvin. Tělo si na tyto stresové hormony časem zvykne a zvýší se mu tvorba serotoninu a endorfinů v těle, což zvýší celkovou odolnost vůči stresu. Příznivé účinky otužování se samozřejmě neprojeví hned, nejdříve za tři až čtyři týdny. Pokud bychom s otužováním přestali, zvýšená otužilost by během několika týdnů opět poklesla.

Je to pro všechny?



Skoro ano. Otužovat se může každý zdravý člověk. O otužování nemocných musí rozhodnout lékař, s tím, že děti a starší lidé se mají otužovat mírněji. Již dříve byl zkoumán blahodárný účinek otužování na zdravotním stavu dětí v mateřských školkách. Bylo zjištěno, že nemocnost dětí, které se otužovaly, byla ve srovnání s jejich vrstevníky ze školek, kde

otužování neprobíhalo, výrazně nižší, zejména v případě nemocí horních cest dýchacích. Otužování je velmi důležité i pro lidi vyššího věku. Cévy starších lidí se nejsou schopny dokonale smrštít a zabránit unikání tepla z těla, zvláště v okrajových částech. Proto necítí bolest v prstech tak rychle jako mladí a rychleji prochladnou i omrznou. Otužování ale není vhodné pro ty, co trpí velmi vysokým či naopak nízkým tlakem nebo srdečním onemocněním, protože srdce je při otužování nejvíce namáháno.

Jak začít?

Při otužování dbáme na postupnost. Začínáme od méně intenzivních prostředků a pokračujeme k intenzivnějším, kdy zvyšujeme i dobu samotného otužování. Otužování je vhodné provádět několikrát denně. Začít by se mělo ranním cvičením při otevřeném okně s minimem oblečení na sobě, neboť nadměrné oblékání a přetápění místností snižují adaptabilitu těla na chlad jako takový. Vhodné je pokračovat ranním omýváním mokrou houbou nebo vlhkým ručníkem. Poté, co si organismus zvykne na takové to omývání, lze přejít ke sprchování. Omývání může probíhat tři až čtyři minuty, polévání nebo sprcha jednu až dvě minuty. Doporučuje se každé mytí zakončovat vlažnou vodou a její teplotu postupně snižovat.

V České republice sdružuje otužilce a organizuje sportovní soutěže s tím spjaté Česká otužilecká unie, sídlící v pražské městské části Hodkovičky. Právě zde před více jak dvěma tisíci lety během zimního slunovratu prováděl své pravidelné rituální koupele ve Vltavě a svým tělem rozehrával kvádry ledu keltský druid Górdan. Právě on se nachází ve znaku této unie, kterou založil nestor otužileckého a vytrvalostního plavání v Československu Alfred Nikodém (narozen 25. března 1864).

Soutěž o Český pohár v zimním plavání, který Česká otužilecká unie uděluje, každoročně odstartuje první říjnovou nedělí plaváním v ponorné říčce Punkvě v Moravském krasu, kterou jako první vyzkoušel roku 1949 zakladatel sportovního otužování Oldřich Liška, od jehož smrti letos v březnu uplyne pětatřicet let.

V Jihočeském kraji se otužování věnují tři klu-



by, a to TJ Pedagog České Budějovice, TJ Tábor a také TJ FEZKO Strakonice. Právě strakonický klub letos znovu uspořádal a absolvoval již šestý ročník novoročního otužování v řece Otavě u strakonického hradu nad Pětikolským jezem, kterého se zúčastnilo pětadvacet plavců a přihlíželo několik tisíc lidí. Jedním z účastníků této akce byl i třidvacetiletý vysokoškolský student a rodák ze Strakonice, Vojtěch Sobolčík.

Jak tě napadlo, do toho jít?

Jsem příznivcem zdravého životního stylu, jehož součástí je i sportovní aktivita. Předloni jsem začal se studenými sprchami, a to hned poté, co jsem si přečetl o zdravotních přínosech otužování. Další rok jsem chtěl účinky zintenzivnit a rozhodl se tak pro zimní otužování.

Kdy jsi do toho šel poprvé? Bylo to náročné?

Jsem nováčkem, protože jsem s tím začal s pří-



chodem této zimy. Nicméně přes úmorná vedra jsem trávil hodně času v řece už v létě. Na podzim jsem se stále chodil koupat na podskalí, a to dvakrát týdně. Voda nebyla ještě tak studená, a tak to nebylo tolik obtížné. Postupem času ovšem začala být voda studenější a studenější, čili překonat se a sám vlézt do chladné vody bylo náročnější. Rozhodl jsem se proto vyhledat místní otužilce, se kterými nyní chodím na Mutěnický jez.

Jak jsi se cítil na Nový rok v Otavě?

Novoroční koupání bylo pro mě premiérou. Akci hodnotím jako vydařenou. Sešli jsme se v hojném počtu – jak my otužilci, tak i diváci. Za rok si to rád zopakují.

*Josef Němec
foto: Jan Škrle*

Dominik Harman, sekretář florbalového klubu FBC Strakonice, nejenže se stará o chod celého strakonického florbalu, ale také hraje za druhý tým mužů, laicky nazýván „Béčkem“. V prozatímním průběhu sezony se strakonický mančaft vyskytuje na hezkém třetím místě Jihočeské ligy mužů.

Troufnu si říct, že náš tým předvádí nejhezčí florbal v soutěži, říká Dominik Harman.



Jak jsi spokojen s průběhem sezony „Béčka“ mužů, za které hraješ?

Sezona pro nás nezačala dobře, první turnaj se nám vůbec nepovedl a dvakrát jsme vysoko prohráli. Bylo na nás vidět, že jsme podcenili přípravu, fyzicky jsme soupeři nestačili a práce s hokejkou byla u všech hráčů bizarní. Musíme se z toho ponaučit do příštích sezon a před startem sezony zintenzivnit kompletní trénink.

Zareagovali jste na to?

Naštěstí ano. Rychle jsme si uvědomili, kde jsou naše slabiny a hodně jsme na tom zapracovali, bylo vidět, jak se postupně všichni zlepšují. Ze suverénně posledního místa jsme se dostali na třetí místo. Kdybychom nepodcenili začátek, mohli jsme být i výše. Také jsme zbytečně ztratili body se soupeři, které jsme měli jasně porazit. Zlepšení bylo vidět v zápase s druhou Třeboní - ta nás v prvním zápase rozstřílela 15:3, ale v druhém odvetném

zápase jsme s nimi zahráli vyrovnanou partii 2:2, kdy jsme celou dobu kontrolovali hru a je škoda, že jsme si ze zápasu neodnesli tři body.

Jaké jsi měl cíle před sezonou a jaké máš vytyčené teď?

Kdyby se mě před sezonou někdo zeptal, zda budu spokojený s prozatímním třetím místem, odpověděl bych, že ano. Myslím si ale, že náš tým by mohl i lize vévodit. Chybí nám body ze začátku sezony a ze zápasů, kde jsme laxním přístupem zaváhali. Nyní se mi ovšem naše hra líbí, našli jsme ideální formace a troufnu si říct, že náš tým předvádí nejhezčí florbal v soutěži.

Co ti zatím sezona ukázala? Potvrzuje tvoje očekávání?

Pro mě osobně je tato sezona těžká. Není to dávno, co jsem prodělal vážné zranění kolene a byl jsem dvakrát operován, musel jsem vynechat dvě sezony, trénovat jsem začal až letos v letní přípravě. Letní přípravu jsme měli poměrně tvrdou, nabrali jsme hodně fyzickou kondici. Práce s hokejkou už je ale horší. Musel jsem si na vše znovu zvykat, přeci jen se na mně dva roky bez florbalu podepsaly. Ze začátku jsem se bál jít do soubojů se soupeři, rychle jsem ale zjistil, že koleno je zdravé a teď již nikomu nedaruji ani centimetr místa zadarmo.

Přesuňme se nyní k prvnímu týmu - „Áčku“ mužů. V čem je Národní liga, do které minulý rok muži postoupili jiná než v roku předcházejícím? Je to třetí nejvyšší soutěž v republice...

Zápas v Národní lize představuje poměrně dlouhou předzápasovou přípravou, která zabere

několik večerů před zápasem, chceme totiž mít vše perfektní a o domácích zápasech vhodným způsobem informovat veřejnost. Výborný je systém hraní jednoho zápasu každý víkend, střídavě doma a venku, je to daleko lepší pro hráče - ti nemusejí trávit hrací víkendy daleko od Strakonice a je to také daleko atraktivnější pro diváka. Minulý rok jsme neměli problém s návštěvností na sobotní večerní utkání, ale na ta nedělní ranní diváci moc nechodili, čemuž se osobně ani nedivím. Takto je to skutečně lepší.

Co tedy zatím říkáš na návštěvy fanoušků?

Musím naše diváky pochválit, i přes nepovedený start sezony „Áčka“ chodí v hojném počtu a jsou pro naše hráče velmi důležitým článkem. Snažíme se klub pro oko diváka celkově zatraktivnit, zprovoznil jsme nové internetové stránky klubu, kam vkládáme aktuální výsledky a reporty hráčů, snažíme se informovat o florbalovém dění ve Strakonici i prostřednictvím klubového profilu na Facebooku. Na domácích zápasech také organizujeme přestávkový program pro diváky, ve kterém mohou v drobných florbalových soutěžích získat věcné ceny od klubu nebo našich partnerů. Stále se snažíme zlepšovat zážitek z florbalu. Baví nás to, jsme rádi, že diváků chodí stále více a florbal jako takový se dostává stále více do podvědomí strakonických sportovních fanoušků. To vše je vidět na rostoucím trendu nových hráčů přihlašovaných do dětských kategorií, což je taková odměna navíc.

Sleduješ podrobně i další kategorie nebo se soustředíš výhradně na muže, tedy „svůj“ tým „B“ a „Áčko“?

Samořejmě, že jako sekretář klubu se zajímám i o mládežnické kategorie. Snažíme se co nejvíce pracovat s mládeží a nabídnout našim nejmenším florbalistům ty nejlepší podmínky k trénování a celkovému rozvíjení. Pravidelně se účastním domácích utkání všech věkových kategorií a jako rozhodčí se dostanu i na venkovní utkání našich mladíků. Na dětech je fajn sledovat, jak se tou hrou baví a jak vše prožívají. Když se nějaký zápas mladíků povede, úplně mě to vtáhne do hry a vždy si rád zavzpomínám, jak jsem hrával v dorostu a juniorce. Je to taková příjemná nostalgie.

Roman Škoda

Zdroj fotek: www.fbcstrakonice.cz



YdL SLUŽBA
výrobní družstvo

- ČIŠTĚNÍ PEŘÍ vlastním strojem
- ŠITÍ POLŠTÁŘŮ A DEK různých rozměrů
- KVALITNÍ SYPEK ČESKÉ VÝROBY jednobarevný á 125,- Kč/m s potiskem á 125,- Kč/m
- CENY ZA UŠITÍ (ceny se mění dle spotřebovaného sypku)

POLŠTÁŘ 70x90	163,- Kč
DEKA 140x200	951,- Kč

- ČIŠTĚNÍ PEŘÍ cca 3kg/100,- Kč (cena je odvozena od kvality peří a každá zakázka se čistí samostatně)

KONTAKT: Husova 486, Strakonice 1 • tel.: 383 332 826



roset

reklamní a grafická agentura

			
DIGITÁLNÍ TISK	FOTO OBRAZY	VÝROBA RAZÍTEK	POLEPY AUTOMOBILŮ
			
POTISK TEXTILU	SAMOLEPKY	CEDULE, BANNERY	REKLAMNÍ PŘEDMĚTY

www.roset.cz, reklama@roset.cz, tel.: 389 771 390, Raisova 1004 Strakonice

Pavla Chadrabová
tel: 607 711 485
OC Maxim, 3. patro



PEDIKÚRA
-přístrojová pedikúra
-odstranění kuřích ok
-odstranění zarostlých nehtů
-Aplikuji špony (rovnátka)
-výroba individuální silikonové ortézy
-analýza nohou na podometru

MANIKÚRA
lakování nehtová modeláž
p-shine
gel- lak
shellak

prodej vložek a ortopedické obuvi na míru

TRVALÁ ÚPRAVA VÁHY.

VHODNÉ I PRO VÝŠŠÍ NADVÁHY !

DETOXIKACE A ODKYSELENÍ

MUDr. Magdalena Chvalová
603 542 075
Palackého nám. 113, Strakonice

Second hand

levné značkové zboží



dámské od 119 Kč

dětské od 29 Kč

tel.: 606 636 931, 728 663 610
www.obchudek-st.cz

 Second.Hand.sídliště.Mír

motoshop

STREET TOURING

Chceš být stylově oblečen?

SLEVY
na vybrané zboží

Bezpečné a sportovní oblečení u nás od české motocyklové značky

45R
— for street racing

5% sleva pro registrované zákazníky

tel.: 606 636 931, 728 663 610
www.motoshop-st.cz

 Motoshop-St