



Slušovické noviny

2005

1

Z P R A V O D A J O B Č A N Ů M Ě S T A S L U Š O V I C E

Výsledky voleb do Zastupitelstva Zlínského kraje a následné zvolení Ing. Petra Hradeckého, bývalého starosty města, do uvolněné funkce radního pro dopravu Zlínského kraje vyvolaly změny ve vedení radnice našeho města. Zastupitelstvo města Slušovice na svém zasedání, které se konalo 7. února 2005, zvolilo novým starostou města Slušovice **Ing. Františka Pavelku** a novou místostarostkou byla zvolena paní **Blanka Lisovská**.

Ze zasedání zastupitelstva města

Poslední zasedání zastupitelstva města v roce 2004 se uskutečnilo 13. prosince. Zastupitelstvo jednalo:

- rozpočet města Slušovice na rok 2005

- cenu vodného a stočného s platností od 1. 1. 2005

vodné - domácnosti 21,50

- ostatní 22,50

stočné - domácnosti 14,50

- ostatní 15,50

vodné a stočné

- domácnosti 36,-

- ostatní 38,-

- starosta podal informaci o převodu pečovatelské služby na město Vizovice. Město Vizovice pro další udržení provozu pečovatelské služby požaduje po obcích svého okrsku platbu ve výši 86,48 Kč na občana. Zastupitelstvo nesouhlasí s touto částkou. Doporučuje uvažovat o zredukování personálního obsazení výdeje stravy pro důchodce. Dovozy stravy do výdejny a rozvoz po individ. odběratelích zkusit zajistit přímo u dodavatele stravy.

SLOVO STAROSTY MĚSTA

Vážení spoluobčané,

dovoluji mi, abych jako nový starosta města za sebe i paní místostarostku poděkoval touto cestou členům zastupitelstva města, kteří nám oběma vyjádřili svou důvěru a svěřili svým rozhodnutím vedení města v druhé polovině volebního období do našich rukou. Pevně věřím, že nejenom zastupitele, ale i občany našeho města nezklameme. Jsem rád, že volba nového starosty a nové místostarostky respektovala výsledky komunálních voleb z listopadu 2002 a nedošlo tak ke změnám v obsazení zbývajících členů Rady města Slušovice.

Dále bych chtěl vyjádřit velký dík bývalému starostovi Ing. Petru Hradeckému za obrovský kus práce, který pro město Slušovice vykonal během svého funkčního období od prosince 1998 do února 2005. Jsem přesvědčen, že hovořit zde o jeho konkrétních zásluhách by bylo nošením dříví do lesa a vím, že on sám by si to určitě nepřál. Nezbyvá mi, než za nás za všechny doufat, že jako radní Zlínského kraje nezapomene, že i nadále zůstává členem zastupitelstva našeho města, ve kterém může zhodnotit a zúročit své bohaté zkušenosti a znalosti z komunální i krajské politiky.

Jménem všech členů Zastupitelstva města Slušovice, pracovníků městského úřadu a věřím, že i Vás - občanů Slušovic bych chtěl svému předchůdci Petru Hradeckému ještě jednou upřímně za vše poděkovat a popřát mu hlavně hodně zdraví, štěstí a úspěchů v jeho novém úřadě.

Nyní mi dovoluji říci ještě pár slov k probíhajícím či připravovaným investičním akcím na letošní rok. 1. března 2005 bude opět po třech měsících výluky zahájen provoz odloučeného pracoviště místní mateřské školy Sluníčko v přízemí budovy č.p. 23. Investiční náklady na tuto akci dosáhly celkové výše 1,7 mil. Kč, přičemž 1,2 mil. Kč činila účelová dotace z ministerstva financí. Dodavatelem stavebních prací byla stavební firma UPOSS, a.s., Zlín.

Od září 2004 probíhají stavební práce na budově č.p. 197 (bývalá orlovna), kde půdní vestavbou do stávajícího podkroví vznikne 6 nových bytů. Zakázku realizuje stavební firma RAPOS, a.s., Holešov. Investiční náklady činí cca 5,5 mil. Kč. Státní fond rozvoje bydlení zřízený ministerstvem pro místní rozvoj dotuje tuto akci částkou celkem 3,3 milionů Kč. Rada města bude přidělovat nové byty během měsíce dubna, termín kolaudace je stanoven na květen 2005.

V první polovině letošního roku se dále připravuje mimo jiné doplnění kanalizace v ulici U Vrby, výstavba kanalizace a oprava povrchu komunikace ulice Osloboditelů včetně rekonstrukce mostu přes Všeminku.

Tak jako v přecházejících letech, budou pokračovat plánované opravy chodníků v ul. Družstevní, Školní a dále je naplánovaná rekonstrukce dílčích částí místních komunikací – náměstí Svobody, ul. Příkrá a ul. Dlouhá.

Na závěr bych Vás chtěl informovat o zahájení výběrového řízení podle nového zákona o zadávání veřejných zakázek č. 40/2004 Sb., jehož výsledkem bude výběr nejvýhodnější cenové nabídky na rekonstrukci Základní školy ve Slušovicích, která by měla proběhnout ve druhé polovině roku 2005. Organizací výběrového řízení na tuto zakázku byla pověřena firma TRS, a.s., Brno.

Vše dobré v letošním roce všem občanům Slušovic a čtenářům Slušovických novin přeje

Ing. František Pavelka, starosta města

- majetkové záležitosti – prodeje a směny pozemků
- oznámení starosty města Ing. Hradeckého o zvolení do funkce radního Zlínského kraje. Starosta požádal o uvolnění funkce starosty s tím, že do příštího zasedání zastupitelstva bude funkci vykonávat jako neuvolněný starosta. Zastupitelstvo s návrhem souhlasilo.

Rádi bychom vydávali Slušovické noviny opět každý měsíc a proto Vám nabízíme možnost zasílání příspěvků a to vždy do 15. dne v měsíci.

Uzávěrka příspěvků na dubnové číslo bude 15. března 2005.

Několik údajů z evidence obyvatel

rok 2003 / rok 2004

Občané našeho města uzavřeli celkem sňatků:	29 / 21
- církevních:	8 / 9
- občanských:	21 / 12
Narodilo se celkem dětí:	27 / 36
- chlapců	10 / 22
- děvčat	17 / 14
Zemřelo celkem občanů:	21 / 20
- mužů	12 / 12
- žen	9 / 8
Přistěhovalo se občanů:	66 / 31
Odstěhovalo se občanů:	50 / 65
Celkový počet občanů ke dni 31. 12.	2 962 / 2 944

Jarmila Holíková
matrika a evidence obyvatel

Zastupitelstvo v roce 2005

Zasedání zastupitelstva zahájil starosta města Ing. Petr Hradecký. Po zahájení zasedání zastupitelstva města oznámil Ing. Hradecký vzdání se funkce starosty města ke dni 7. 2. 2005. Poděkoval všem zastupitelům za vzájemnou spolupráci a zahájil program zasedání.

Prvním bodem zasedání byla volba nového starosty a místostarosty

Návrh na starostu města: Ing. František Pavelka, Jindřich Šeďa

Návrh na místostarostu: Blanka Lisovská, Jindřich Šeďa

Tajným hlasováním byl starostou města zvolen dosavadní místostarosta Ing. František Pavelka (pro 9, hlas druhému kandidátovi 5, neplatný hlas 1) a místostarostkou paní Blanka Lisovská (pro 9, hlas druhému kandidátovi 6).

Zastupitelstvo města odsouhlasilo, aby paní Lisovská do 28. 2. 2005 vykonávala funkci jako neuvolněná členka zastupitelstva a od 1.3. 2005 jako uvolněná členka zastupitelstva.

- zastupitelstvo města projednalo majetkové záležitosti

a) SWS, a.s. - v souvislosti se zakoupením sestavy buněk od Policie ČR umístěných na pozemcích města žádá firma o odprodej pozemků p.č. 1225, 1226 a 1227 v k.ú. Slušovice a pozemek ve zjednodušené evidenci původ PK p.č. 199.

MVDr. Dominik Gregořík žádá o prodej části pozemku p.č. 1225, 1226, 1227 a 1228 pro výstavbu veterinární ordinace.

Po projednání obou žádostí souhlasí oba žadatelé s odkoupením výše uvedených pozemků, které by byly žadateli odkoupeny v požadované poměru výměr. Rada doporučuje pozemky odprodat.

Zastupitelstvo města odsouhlasilo záměr města odprodat pozemky p.č. 1225, 1226, 1227 a 1228 a pozemek ve zjedn. evidenci PK - p.č.199.

b) Zastupitelstvo města schválilo Smlouvu o zřízení věcného břemena na kanalizaci vedenou přes pozemky pana Cóla p.č. 644/2 a p.č. 646. Věcné břemeno bude bezúplatné.

c) Zastupitelstvo města vzalo na vědomí zpětvzetí návrhu na vklad kupní smlouvy o prodeji pozemků p.č. 399/2, p.č. 399/3 a zřízení věcného břemene k pozemku v evidenci nemovitostí p.č. 399/1. Výše uvedenou smlouvu nelze z technických důvodů na straně katastrálního úřadu uložit do KN dříve, než bude provedena identifikace evidenčního pozemku p.č. 399/1, ke kterému bude zřízeno věcné břemeno.

d) Pan Libor Houšť požádal o povolení pořádání akce „Tunning auto show“ v dostihovém areálu ve Slušovicích. Z diskuze a zkušeností z loňského roku vyplynulo, že členové zastupitelstva s uspořádáním akce nesouhlasí.

e) Zastupitelstvo města odsouhlasilo příspěvek ve výši 5 000 Kč pro FC Slušovice na uspořádání plesu fotbalistů.

Zlínská vodárenská, a.s. informuje - TVRDOST VODY

Tvrdość vody představuje významný podíl mineralizace vody. Nikdy nebyla jednotně definována, ale pokud voda obsahuje větší množství vápníku a hořčíku, nazýváme ji tvrdou.

Proč je voda více či méně vápenitá?

Obsah vápníku ve vodě je přímo svázán s geologickou skladbou horniny, kterou protéká. Proto se tvrdost vody v jednotlivých geografických oblastech často liší. Voda pocházející z křídové oblasti je tvrdší než ta, která se čerpá v oblasti žulové.

Optimální tvrdost pitné vody

Ze zdravotního hlediska dáváme přednost spíše vodě tvrdší, ale i růst tvrdosti je prospěšný jen do určité míry. Optimální tvrdost pitné vody je uvedena ve vyhlášce pro pitnou vodu.

Vápník, který tvoří hlavní složku tvrdosti, nemá v žádném případě negativní vliv na naše zdraví. Naopak, pro

zdravý růst nebo k ochraně před odvápněním se doporučuje pít vodu s obsahem minerálních solí, jako jsou vápník nebo hořčík. Voda z vodovodu je tedy nejjednodušším každodenním zdrojem vápníku pro náš organizmus.

Z technického hlediska není žádoucí ani velmi měkká voda, která bývá agresivní a způsobuje korozi potrubí, ani voda tvrdá, která zase snižuje životnost potrubí a nádrží tvorbou inkrustací (tuhých usazenin). Tvrdá voda navíc špatně rozpouští mýdlo a zvyšuje jeho spotřebu. Specifickým problémem se stává tvrdost u teplé vody. Pokud je voda příliš tvrdá, dochází při jejím zahřívání k usazování rozpuštěných sloučenin vápníku v podobě tuhého vodního kamene na stěnách varných nádob, trubek a bojlerů.

ROZPOČET MĚSTA NA ROK 2005

PŘÍJMY (v Kč)		VÝDAJE (v Kč)		Veřejné pohřebiště 80 000	
1. Daňové příjmy	20,135 000	Výdaje lesního hospodářství	100 000	KS a územní rozvoj	1,118 000
Výnos sdílených daní		Kultura a propagace města	150 000	- běžná údržba, odpady	
Daň z příjmu za město		Místní komunikace	2,430 000	- opravy vozového parku	
Správní poplatky (matr., SÚ, VHP, nákl.řízení)		- běžná oprava		- pohonné hmoty	
Poplatky ze psů		- zimní údržba		- elektrická energie – hala	
Místní poplatky za provoz výherních automatů		- dopravní značení MK		- provozní prostředky KS	
Ostatní daně a poplatky		- rekonstrukce MK		- pozemky	
Daň z nemovitosti		Chodníky	300 000	- geometr. zaměření, znal. posudky	
Svoz komunálního odpadu		Rekonstr. střechy v areálu chovatelů	70 000	Svoz komunálního odpadu	1,405 000
		Projekt zasíťování ul. Hřbitovní	150 000	- svoz nádob, popelnice, rec. dvůr	
		Dopravní obslužnost	150 000	- svoz a likvidace plastů	
		Vodovody	3,000 000	- nebezpečné odpady	
		Kanalizace, ČOV	4,182 000	- svoz a uložení odpadů – kontejnery	
		- běžný provoz (vč. deratizace).		- provoz sběrového dvora	
		- úroky půjčka SF ŽP		Péče o vzhled obce	100 000
		- stav. kanal. Školní, U Vrby, Osvoboditelů		Sociální péče	250 000
		- protipovodňová úprava břehu Všeminky		- komise pro zál. občanské a sociální	
		Školství	3,830 000	- pečovatelská služba	
		- dotace na provoz ZŠ		Požární ochrana	125 000
		- dotace na provoz MŠ		- pohonné hmoty	
		- rekonstrukce interiéru MŠ		- opravy	
		- přístavba šaten malé tělocvičny		- nákup DDHM	
		Knihovnictví	120 000	- provoz hasičské zbrojnice	
		- běžný provoz		Daň z příjmu za město	600 000
		- vybavení		Příspěvky organizacím a spolkům	273 000
		KBTV, rozhlas	550 000	Místní zastupitelské orgány	1,300 000
		- provozování vč. poplatků		Činnost místní správy	6,735 000
		- servis		- mzdy, soc., zdravotní	
		- investice		- spotřební materiál	
		Tisk novin	30 000	- plyn, poštovné, telefony	
		Městské kulturní středisko	100 000	- elektrická energie	
		- běžný provoz		- pohonné hmoty	
		Fotbalový stadion	390 000	- pojištění vozidel a majetku	
		- úroky z úvěru		- provoz budovy MěÚ	
		- provoz a údržba stadionu		- cestovné, reprefond	
		Dětské hřiště	60 000	- platby daní a poplatků	
		Bytové hospodářství	6,230 000	- programové vybavení	
		- půdní vestavby č.p. 197		Splátky půjček	
		- běžná oprava bytového fondu		(vodovod, kanalizace, fotb. stad.)	1,540 000
		- projekt rekonstrukce bytů č.p. 23		VÝDAJE CELKEM	35,868 000
Příjmy celkem	34,337 000	Veřejné osvětlení	400 000		
Zůstatek z roku 2003	8,000 000				
PŘÍJMY CELKEM	42,337 000				

Jak omezovat tvorbu vodního kamene?

Pokud je Vaše voda velmi tvrdá, řiďte se následujícími doporučeními:

• Pro Vaše ohřívače vody nebo kotle

Omezte teplotu vody na 60 °C. Při vyšších teplotách se vodní kámen usazuje mnohem rychleji.

• Pro Vaše domácí spotřebiče

Řiďte se pokyny výrobce spotřebiče. Abyste zabránili příliš rychlému usazování vodního kamene, můžete používat přípravky proti tvorbě vodního kamene.

K Vašemu přehledu uvádíme tabulku tvrdosti vody ve zlínském regionu, kde Zlínská vodárenská, a.s. působí:

Tvrdość vody ve Slušovicích - 1,7/9,5

Pitná voda na Zlínsku je středně tvrdá.

MEZE TVRDOSTI VODY

Pitná voda	mmol/l	°dH	°F
velmi tvrdá	> 3,76	> 21,01	> 37,51
Tvrdá	2,51–3,75	14,01–21	25,01–37,5
středně tvrdá	1,26–2,5	7,01–14	12,51–25
měkká	0,7–1,25	3,9–7	7–12,5
velmi měkká	< 0,5	< 2,8	< 5

V případě dotazů nebo zájmu o rozbor pitné vody se můžete obrátit na níže uvedenou adresu:

**Zlínská vodárenská, a.s., Provoz laboratoří
Zkušební laboratoř č. 1369, akreditovaná ČIA
Úpravna vody Klečůvka
763 11 Želechovice nad Dřevnicí
tel.+fax: 577 901 654
laboratore@zlv.cz, www.zlv.cz**

VÝZVA

Od příštího čísla Slušovických novin v rubrice Společenská kronika bychom chtěli opět zveřejňovat výročí, a to při dožití 70, 75, 80, 85, 90 let (po devadesátém roce každé výročí). Vzhledem k zákonu o ochraně osobních údajů žádáme občany, kteří si nepřejí aby jejich výročí narození bylo zveřejněno, aby tuto skutečnost písemně, telefonicky nebo osobně oznámili na městském úřadě nejpozději 2 měsíce předem.

Děkují. matrikářka

• P O D Ě K O V Á N Í •

Děkujeme všem za projevenou soustrast při posledním rozloučení s paní Renatou Adámkovou, roz. Mandákovou. Poděkování patří také P. Josefu Pekárkovi, paní Jitce Bednaříkové a městskému úřadu.

Rodiny Adámkova a Mandáková

Manželé Bednaříkovi a Javorovi děkují starostovi, matrikářce, předsedkyni komise a všem účinkujícím, hlavně paní učitelkám Pšenčíkové a Kovaříkové za pěkné uspořádání oslavy zlaté svatby.

Manželé Mikovi pak za návštěvu, kterou představitelé města uskutečnili v jejich rodinném kruhu.

• • •

Sociální odbor Městského úřadu Vizovice oznamuje, že úřední dny pro zdravotně postižené občany Slušovic a okolních obcí jsou na Městském úřadě ve Slušovicích od 1. března 2005 každé úterý vždy v době od 8,00 do 14,00 hodin.

ASPV Slušovice 2005 - CO NÁS ČEKÁ

Velikonoční pochod pro širokou veřejnost-pohádkové úkoly (2. 4.)

Slet čarodějnic – rodiče a děti (29. 4.)

Orientační běh – Medvědí stezka pro mládež (červen)

Turistické vycházky pro děti i dospělé Lukov, Baťková chata, Hostýn (květen, září)

Turistický zájezd pro dospělé s dětmi – Slovensko (březen)

Podíové skladby Zlín (duben)

Výlet na Den dětí ev. jiná akce (květen)

Dny pro ženy- semináře, cvičení (soboty)

Sportovní tábor Pohořelice (srpen)

Bližší informace zveřejníme vždy před každou akcí.

Sedmé přikázání

V jednom ze svých minulých příspěvků jsem slíbila čtenářům Slušovických novin něco o základní filozofii našeho vzdělávacího programu a s ní související výzdobou mateřské školy. Měla jsem tento článek připravený, ale stalo se něco, co mě přimělo odložit jej napříště a zamyslet se malinko nad vztahy mezi námi. Zastavit se v každodenním shonu a popřemýšlet o lidech, mezi kterými žijeme a pracujeme, se kterými se denně setkáváme a hovoříme.

Není to tak dlouho, kdy jsme vstoupili do nového roku. V některých z nás dlouho doznívá sváteční a slavnostní atmosféra vánočních svátků a někomu snad ještě o něco déle vydržela novoroční předsevzetí. Ale snad všichni v tuto rozjímavou dobu přemýšlíme nad sebou a svými blízkými, nad lidmi okolo sebe a slibujeme si, že na sebe budeme hodnější, vlídnější a ohleduplnější. Vždyť lidský život trvá jen okamžik a je jen na nás všech, jestli jej budeme prožívat v radosti z lidského společenství nebo s negativními pocity uzavřený každý sám do svého sebestředného světa, s nezájmem a lhostejností k tomu, co se děje kolem nás.

Možná zbytečně dlouhý úvod v poměru k tomu, o čem budu hovořit, ale v principu a dovedeno ad absurdum jsme možná u jednoho z kořenů dětské kriminality a u začátku nesprávného směru životní cesty některého z našich malých svěřenců. Cesty, která možná nebude mít dobrý konec.

Začalo to krátce před Vánocemi. Z bohaté výzdoby na chodbách mateřské školy se začaly ztrácet drobné předměty. Mrzelo nás to, zvláště když si dovedíte, že pokušení nepodlehly děti, ale dospělí. Jednoho rozladí, když dává do práce kus sama sebe a druhý bezohledně pošlape jeho snahu a výsledky tohoto snažení. V předvánoční atmosféře jsme se nakonec přes toto rozladění přenesly, ale pak přišel nový rok a s ním ztráta už ne zanedbatelná. Z dětské šatny se ztratila zimní kombinéza. A nešlo o prostou záměnu, jak se někdy stává. V šatně po odchodu dětí nezůstala žádná jiná. S odhlédnutím od materiální ztráty se zamysleme nad tím, jak může někdo malému dítěti ukrást oblečení a nepřemýšlet nad tím, v čem v tom patnáctistupňovém mrazu okradené dítě z mateřské školy odejde? Co vede dospělého spořádaného člověka k tomu, aby okradl dítě? Nedostatek finančních prostředků? Závist, že někdo má něco lepšího? Snaha ublížit? Nechám stranou motivy a ptám se dál: Jak vysvětlím svému dítěti, že má novou kombinézu, úplně stejnou jako měl kamarád ve školce, než se mu ztratila? Že máme doma stejnou výzdobu, jaká byla předtím ve školce? ... Nepodceňujme malé děti. Jsou nesmírně všímavé a přemýšlivé. Přejímají způsoby našeho chování a těžko můžeme něco jiného kázat, něco jiného svým jednáním ukazovat a přitom věřit, že se budou řídit naším kázáním a ne naším jednáním.

Kdysi dávno byla trestem za krádež nelékařská amputace horní končetiny. Asi je dobře, že se dnes tato metoda už nepoužívá – kdoví, kolik bezrukých bychom denně potkávali. Možná i ty, o kterých bychom si to nikdy nepomysleli, kdyby to nebylo viditelné. A i když si myslím, že každý takový bezohledný skutek si zaslouží potrestání, v tomto případě dotyčné osobě skutečně nepřejí, aby se naplnilo rčení o tom, že cokoliv jinému činíš, pocítíš sám na sobě. Bylo by to příliš kruté.

Věřím, že naše děti dokáží rozlišit dobré a špatné a že jim tato rozlišovací schopnost vydrží po celý život. Teď jde jen o to, aby tomu odpovídalo také jejich chování. Aby normy a hodnoty, které jim předkládáme jako správné, byly v souladu s tím, co kolem sebe vidí, s čím se denně setkávají. A tato odpovědnost je na nás všech.

Jana Tománková

Tříkrálová sbírka

Jak se stalo zvykem z uplynulých let, i v letošním roce proběhla v našem městě Tříkrálová sbírka, kterou zorganizovali slušovičtí skauti.

Poděkování patří devíti skupinkám koledníků i všem obyvatelům naší obce, kteří do sbírky přispěli částkou 49 348,50 Kč.

Celkový výtěžek Tříkrálové sbírky 2005 Charity Zlín činí 912 800 Kč.

Med je hodnotná přírodní potravin s léčivými účinky

Včelí med vytvářejí včely ze sladkých šťáv, které jim příroda nabízí většinou v květech. Včely tyto šťávy sbírají, pomocí hltanových žláz přetvářejí a ukládají do svých voskových plástů k zahuštění a dalšímu zrání. Při něm se mění chemické složení medu a vzniká celá řada blahodárných látek.

Největší přínos medu pro lidský organismus spočívá v tom, že neobsahuje téměř žádný složitý řepný cukr, ale jen jednoduché cukry, ovocný a hroznový. Lidské tělo totiž tráví řepný cukr velmi složitě a potřebuje k tomu mnoho minerálů, zejména vápníku. Právě proto se lidem, kteří dlouhodobě sladí bílým řepným cukrem, tak často kazí zuby a řídnu kosti.

Naproti tomu s ovocným a hroznovým cukrem obsaženým v medu naše tělo žádnou práci nemá – tyto cukry mohou ihned přejít do krve a být k dispozici jako bezpečný zdroj energie.

BOHATÁ LÉKÁRNA V KAŽDÉ SKLENICI MEDU

Tím ovšem blahodárný vliv medu zdaleka nekončí. Med totiž obsahuje obrovské množství dalších důležitých látek, které naše tělo obnovují a zmírňují nepříznivé vlivy prostředí. Z nich jmenujme alespoň kyselinu jablečnou nebo jantarovou.

Aminokyseliny se výrazně podílejí na chuťových vlastnostech medu. Nejvíce jich je v tzv. smíšených medech. Převažující aminokyselinou je prolin.

Velmi významný podíl v medu mají enzymy, které v našem těle urychlují a usnadňují některé procesy látkové výměny. Nejdůležitějším z nich je invertáza, která pochází právě ze včelích hltanových žláz.

Med je také bohatým zdrojem minerálních látek. V jednom kilogramu medu jich bývá až 10 gramů! Největší zastoupení má draslík, po něm sodík, vápník a hořčík. Ze stopových prvků je významně zastoupeno železo. Najdeme v něm ale i takové látky, jako například acetylcholin nebo adrenalin.

MED JE ELIXÍR MLÁDÍ

Už jste jistě nejednou zažili pocit velkého fyzického vyčerpání, zejména při namáhavé práci, těžkém sportu nebo po dlouhém turistickém výslapu. Právě v takových situacích nejlépe oce-

níte med jako okamžitý zdroj nové energie, která je doslova během několika desítek vteřin u každé vyčerpané buňky vašeho těla. Postačí jedna polévková lžice medu a vy budete cítit, jak se vám do žil vrací síla. Podobné účinky má med také ve stresových situacích. Med je také nedílnou součástí rekonvalescenčních diet, zejména po složitých operacích.

Mají-li k němu přístup děti, logicky omezí konzumaci sladkostí s řepným cukrem, což podpoří zpevňování jejich kostry a omezí kazivost zubů.

Snad každá domácnost má bohaté zkušenosti s používáním medu při zánechtech horních cest dýchacích. Využívá se však i v kosmetickém průmyslu.

Při průjemových onemocnění bychom neměli jíst žádné sladkosti obsahující bílý cukr. Zatímco jednoduché cukry z medu přecházejí do krve okamžitě a do střev se vůbec nedostanou, bílý cukr se pro svoji složitou stravitelnost dostává až do nižších pater střeva, kam přirozeně nepatří. Zde podporuje různé kvasné procesy, které léčbu ještě zhoršují. Nemocný organismus přitom potřebuje mnohem více energie než zdravý. Pokud pacient pije velké množství bylinkového čaje bohatě slazeného medem, má dostatek energie i tekutin a zažívací ústrojí není nijak zatíženo.

Med se s oblibou podává při bolestech hlavy a u poruch spánku. Zajímavé jistě je i to, že je-li med podán při otřesu mozku během několika minut po úrazu, následky otřesu mohou být mnohem nižší, neboť jednoduché cukry vyrovnávají působení osmoticky aktivních rozpadových látek, které jsou odpovědné za následný tlak v lebce. Med také tlumí sekreci žaludečních šťáv, čehož lze velmi dobře využít při léčbě vředového onemocnění.

Z MEDU SE NETLOUSTNE!

Někteří lidé s nadváhou se obávají konzumovat med pro jeho vysokou energetickou hodnotu. Tyto obavy jsou však zcela zbytečné. Převažujícím jednoduchým cukrem v medu je cukr ovocný – glukóza. Dostane-li tělo v medu větší porci energie než právě potřebuje, nadbytečná glukóza se přemění na jaterní škrob glukogen. To pak přispívá k obnově jater poškozených škodlivinami.

Jsou příkladem nám všem

Prožili spolu již celých padesát let života. Žijí mezi námi a jsou živým důkazem, že manželství a rodinný život má stále svou, ničím nepřekonanou, cenu. A je formou nejdokonalějšího soužití muže a ženy.

Když vzpomínají, často slyšíte slova: „Nebylo to vždy lehké. Museli jsme se naučit mnoho odpouštět, ustupovat jeden druhému, často se uskrovnit. Prožívali jsme někdy radost a jindy bolest, ale takový je život.“

Nedovedou si představit po tolika letech soužití život jeden bez druhého.

Děkujeme manželům

**Josefu a Františce Bednaříkovým,
kteří oslavili 50 let společného
života v září 2004,**



manželům

**Vojtěchu a Hedvice Javorovým,
kteří slavili v říjnu 2004**



**manželům Jaroslavu a Ludmile
Mikovým, kteří zlatou svatbu
oslavili v lednu letošního roku**



**za příklad lásky a věrnosti a pře-
jeme jim do dalších společných let
hodně zdraví a spokojenosti.**

Blanka Lisovská



Vážený spoluobčané,

dovolte mi, abych Vám poděkoval za důvěru, kterou jste mé osobě i dalším kandidátům ODS vyjádřili v krajských volbách. Tato důvěra je pro nás závazující. Osobně udělám vše pro další rozvoj Zlínského kraje a spokojenější život všech jeho obyvatel, a to bez ohledu na jejich politické sympatie.

Našími prioritami budou zlepšování dopravní infrastruktury, tvorba podpůrných nástrojů pro podnikatele, kteří zřizují nová pracovní místa, a tak pomáhají snižovat nezaměstnanost. Důležitá bude spolupráce s Univerzitou Tomáše Bati. Chceme totiž, aby se v regionu zaváděly moderní technologie, které přinesou vyšší přidanou hodnotu. Za důležitou považujeme také komunikaci s veřejností, tedy jasnější vysvětlování našich postojů a záměrů.

Věřím, že také Vy nám pomůžete naplnit tyto záměry.

Váš Libor Lukáš

PŘEHLED CVIČENÍ ODDÍLŮ ASPV SLUŠOVICE

PONDĚLÍ

Předškoláci +1. a 2. třída - pohybová průprava, 16 - 17 hodin, hala

Florbal a cvičení pro kluky, 16 - 17 hodin, hala

Aerobik od 3. třídy mohou cvičit 2 hod., 6 - 17 hodin, malá tělocvična

Aerobik od 5. třídy a výš, 17 - 18 h, malá tělocvična

Rodiče + děti, 17 - 18 hodin, hala

Všeobecná gymnastika+míčové hry, 17 - 18 hodin, hala

Kontrast dance, 18 - 20 hodin, malá tělocvična

ČTVRTEK

Volejbal dorost, 18 - 19 hodin, hala

PÁTEK

Kontrast dance 18 - 20 h, malá tělocvična

Aerobik, 16 - 18 hodin, malá tělocvična

Aerobik 2x v týdnu, pondělí a pátek. Kontrast 2x v týdnu, pondělí a pátek.

Žáci mohou chodit do více oddílů.

Činnost Asociace sportu pro všechny Slušovice

Organizace ASPV Slušovice zabývající se tělovýchovou i kulturním vystoupením působí ve Slušovicích již dlouhou dobu. Z dřívějších dob ji známe pod pojmem ZRTV nebo Sokol Slušovice. Ačkoliv se neustále mění název organizace, její činnost je stále stejná. Máme 10 oddílů ASPV. Jsou to: Rodiče a děti, předškoláci, oddíl aerobiku pro mladší i starší děti, cvičení základní gymnastiky a míčové hry, florbal pro kluky, dvakrát týdně taneční kroužky Kontrast dance, třikrát týdně cvičení žen, turistický oddíl, volejbalový oddíl. Mimoto pořádáme o prázdninách tradiční sportovně taneční tábor pro děti.

Naše oddíly nás reprezentují na krajských i republikových soutěžích. Nejúspěšnějším z oddílů je taneční klub Kontrast. Je mnohonásobným vítězem přehlídek. Zvedl ze sedadel řadu diváků, a to nejen svou soutěžní skladbou, ale i komickým závěrečným vystoupením. „Mladí důchodci“ nebo „Mimozemšťané“ rozesmáli každého v sále, a to nejen dokonalými tanečními kreacemi, ale i originálními kostýmy a doplňky.

Úspěch mají i další oddíly v soutěžích v atletice a orientačním běhu nazvaném Medvědí stezka. Velmi oblíbený je dětský tábor organizovaný v Pochořelicích. Je zaměřený na tanec i sport. V letošním roce je téma tábora „Na divokém západě“. Již nyní si můžete vyzvednout přihlášky na tábor v pondělí ve cvičení na hale nebo u Petra Staroveského.

Přiměřená pohybová aktivita příznivě ovlivňuje vývoj člověka a působí preventivně proti agresivitě, šikaně a jiným nežádoucím jevům vyskytujícím se u dorůstající mládeže. Pravidelným cvičením se upevňuje u dětí nejen zdraví a fyzická zdatnost, ale i smysl pro komunikaci, upevňuje se přátelství a rozvíjejí se další kladné vlastnosti potřebné ke zdravému životu. Kdo má rád kolektiv aktivních lidí, přijďte se podívat do cvičebních hodin nebo se zúčastněte našich akcí pro veřejnost.

Těší se na Vás cvičitelé ASPV



SLUŠOVICKÉ NOVINY - Občasník města Slušovice, vydává Městský úřad Slušovice, PSČ 763 15.

Grafická úprava, zlom RENO Zlín, tisk D print Zlín. Náklad 1200 výtisků. REG MK ČR E 13113. NEPRODEJNÉ.

Vyjádřená stanoviska v uvedených příspěvcích se nemusí shodovat s názorem redakce SN.