

zima 2024



HLAS LUBENECKA



*Koule plná pohody, druhá dobré nálady.
Třetí koule plná zdraví, to se pak i dobře slaví.
A tak slavme, lásku přejme. V novém roce úctu
mějme.*

*Krásné Vánoce a šťastný nový rok přeji děti a zaměstnanci
MŠ Lubenec*

Obsah

Zpravodajství	3–6
Kultura	7–11
Školství	12–13
Sport	14–15
Životní prostředí	18–19



Foto: Martin Suk (převzato z FCB – Naše Lubenec)

Hlas Lubenecka vychází jednou za 3 měsíce v počtu 300 ks. Vydání tohoto časopisu je povoleno Ministerstvem kultury a bylo mu přiděleno evidenční číslo MK ČRE 17184.

Redakční rada: Mgr. Jana Michalcová, Jiří Chaloupecký, Mgr. Marcela Svejkovská, Milan Fejřárek

Korektura a jazyková úprava: Marcela Svejkovská

Kontakt: lubenec@email.cz nebo jana.lubenec@seznam.cz

Vážení spoluobčané,

končí rok 2024, přichází zima, zatím blátivá a sychravá. Podle posledních předpovědí by měly být Vánoce opět beze sněhu, takže zasněžené Vánoce budou zřejmě pouze na horách. Konec roku pro nás vždy znamená přípravu rozpočtu obce. Návrh rozpočtu jsme prodiskutovali na veřejném listopadovém zasedání zastupitelstva, a pokud nebudou vzneseny žádné připomínky, nebo doplňující návrhy, rozpočet obce na rok 2025 schválíme na prosincovém zasedání.

Jak jsem avizoval v pozimním Hlasu, v listopadu jsme propojili Královské Údolí s libyňskou silnicí. V létě ještě provedeme úpravu tak, aby byl povrch kompaktnější. Cesta by měla sloužit především jako cyklotrasa. Dále plánujeme zpevnit komunikace v Řepanech a Horním Záhoří metodou TURBO (nástrík směsí asfaltu se štěrkem). V roce 2025 by měly být zahájeny opravy cest a výsadba biokoridorů v okolí Lubence. Práce proběhnou pod dozorem Státního pozemkového úřadu, investorem je ŘSD ČR.

Na závěr roku se konaly již tradičně některé kulturní akce. Dne 30. listopadu jsme společně rozsvítili vánoční strom a začal advent. V pátek 6. prosince se konaly v KD vánoční posezení se seniory a hned druhý den v sobotu 7. prosince mikulášská nadílka pro děti.

V sobotu 14. prosince se uskuteční vánoční koncert opět v KD. Rok 2024 zakončíme 31. prosince silvestrovským přípitkem s ohňostrojem.

Vážení spoluobčané, dovoluji Vám závěrem popřát krásný advent, příjemné prožití vánočních svátků, do nového roku hodně úspěchů, zdraví, štěstí a spokojenosti.

Jiří Chaloupecký



Provozní doba Obecního úřadu Lubenec od 1. 1. 2025

Pondělí	7.00 – 11.30	12.00 – 16.30 hodin
Úterý	7.00 – 11.30	12.00 – 15.00 hodin
Středa	7.00 – 11.30	12.00 – 16.30 hodin
Čtvrtek	7.00 – 11.30	12.00 – 15.00 hodin
Pátek	7.00 – 11.30	12.00 – 14.30 hodin

UPOZORNĚNÍ

Pokladna Obecního úřadu v Lubenci bude od 20. 12. 2024 12 hod. do 31. 12. 2024 UZAVŘENA.

CzechPoint, ověřování listin a podpisů mimo provoz.

Pondělí 23. 12. 2024 a pátek 27. 12. 2024 obecní úřad UZAVŘEN

Ordinace praktické lékařky pro dospělé – Vroutek

MUDr. Hodková Lenka

27. 12. 2024 a 31. 12. 2024 ZAVŘENO

Ordinace praktické zubní lékařky – Lubenec

MUDr. Kouklová Jana

27. 12. 2024 – 31. 12. 2024 ZAVŘENO

Ordinace praktické lékařky pro dospělé – Chyšě

MUDr. Miroslava Girod Schreinerová

16. 12. 2024 ZAVŘENO, náhradní den za tento bude 18. 12. 2024

17. 12. 2024 běžná ordinační doba

18. 12. 2024 ordinace 12:00–17:00 hodin

19. 12. 2024 běžná ordinační doba

20. 12. 2024 ZAVŘENO, akutní stavy řešit na LSPP Karlovy Vary, urgentní přivoláním RZP

23. 12. 2024 ZAVŘENO, akutní stavy řešit na LSPP Karlovy Vary, urgentní přivoláním RZP

27. 12. 2024 běžná ordinační doba

30. 12. 2024 běžná ordinační doba

31. 12. 2024 ZAVŘENO, akutní stavy řešit na LSPP Karlovy Vary, urgentní přivoláním RZP

od 2. 1. 2025 běžná ordinační doba

Lubenecká lékárna

23. 12. 2024 8.30 – 12.30 hod.

27. 12. 2024 8.30 – 12.30 hod.

30. 12. 2024 8.30 – 12.30 hod.

31. 12. 2024 ZAVŘENO

2. 1. 2025 ZAVŘENO

3. 1. 2025 8.15 – 14.30 hod.

Další získané informace o ordinačních hodinách budou rozeslány SMS, případně zveřejněny na webu a fb.

Místní poplatky na rok 2025

Poplatek ze psa

	Za prvního psa	Za druhého a každého dalšího psa téhož držitele
a) ze psa chovaného v domě s 3 a více byty	200,-	400,-
b) ze psa chovaného jinde, než na místě dle písm. a)	100,-	200,-
c) ze psa, jehož držitelem je osoba starší 65 let, chovaného v domě s 3 a více byty	100,-	200,-
d) ze psa, jehož držitelem je osoba starší 65 let, chovaného jinde, než na místě dle písm. c)	50,-	100,-

OZV Obce Lubenec č. 2/2019, o místním poplatku ze psů

Komunální odpad

- 600,- Kč fyzická osoba přihlášená v obci
- 600,- Kč vlastník nemovité věci zahrnující byt, rodinný dům nebo stavbu pro rodinnou rekreaci, ve které není přihlášená žádná fyzická osoba a která je umístěna na území obce

OZV Obce Lubenec č. 2/2023 o místním poplatku za obecní systém odpadového hospodářství

Poplatky je možné hradit v pokladně Obecního úřadu Lubenec (OP s sebou), složenkou, nebo bankovním převodem na účet obce č. 2321481/0100, do poznámky uvedete vaše jméno a příjmení, pro variabilní symbol si můžete zavolat na tel. č. 415 212 288.

Splatnost obou poplatků je do 31. 3. 2025.

Svoz tříděného odpadu z místních částí Obce Lubenec – barevné pytle

Příbenice, Ležky, Řepany, Vítkovice, Libkovice, Záhoří, Libyně, Drahonice

LEDEN	2. 1. 2025, 16. 1. 2025, 30. 1. 2025
ÚNOR	13. 2. 2025, 27. 2. 2025
BŘEZEN	13. 3. 2025, 27. 3. 2025

DUBEN	10. 4. 2025, 24. 4. 2025
KVĚTEN	7. 5. 2025, 22. 5. 2025,
ČERVEN	5. 6. 2025, 19. 6. 2025
ČERVENEC	3. 7. 2025, 17. 7. 2025, 31. 7. 2025
SRPEN	14. 8. 2025, 28. 8. 2025
ZÁŘÍ	11. 9. 2025, 25. 9. 2025
ŘÍJEN	9. 10. 2025, 23. 10. 2025
LISTOPAD	6. 11. 2025, 20. 11. 2025
PROSINEC	4. 12. 2025, 18. 12. 2025, 31. 12. 2025

Pytle s odpadem odkládejte ke kontejnerům na tříděný odpad !!!
Žádáme občany o důkladné třídění odpadů. Obec poté doplácí za jeho dotřídování.

Akce – zima 2024/25 a jaro 2025

Silvestr – půlnoční ohňostroj

Sobota 18. 1. Obecní bál – První republika

Sobota 15. 2. – Tradiční valentýnský ples hasičů

Sobota 22. 3. – Sportovní ples

Sobota 15. 3. – Maškarní bál pro děti

Svatomartinský meziobecní víceboj

V sobotu 9. listopadu 2024 jsme se za tým Lubence ve složení Lucie Kuchárová, Jaroslav Kuchár, Lucie Zukalová a Zdeněk Vukliševič ml. zúčastnili meziobecního víceboje v Blatně, který pořádal spolek Srdcem pro Blatno. Kromě naší grupy se soutěže zúčastnily týmy z Blatna, Krt a Petrohradu. Na úvod jsme si navzájem předali drobné upomínkové dárky, což byl první úkol ještě před tím, než souboj začal. Soutěžilo se celkem v šesti disciplínách – popiš jídlo, poznej z hudební ukázky název písně a interpreta, přesmyčky, pantomima, hlášky z filmu a všeobecný vědomostní kvíz. Celý průběh soutěže ovládala dobrá nálada a jak my soutěžící, tak i fanoušci se skvěle bavili. Ještě, než se rozhodlo o vítězi, odsouhlasili jsme



si s dalšími týmy, že by se tato soutěžní zábavná akce mohla stát putovní a vítězný tým by se zhostil dalšího ročníku. Jeden jediný bod rozhodl o vítězi, a tak budeme další rok této zábavy hostit u nás v Lubenci! Můžete si tak již nyní do svých kalendářů zapsat termín 15. listopadu 2025 a my doufáme, že nás přijdete podpořit.

Text a foto: Lucie Kuchárová

FIRST REPUBLIC
31

18/01/2025 od 20.00 hod.
OBECNÍ PLES LUBENEC
 kapela **SEBRANKA BAND**
SLOSOVATELNÉ VSTUPENKY
BOHATÁ TOMBOLA
USTUPNÉ 200,- Kč

Předprodej vstupenek od 2.12.2024 na OÚ, tel. 415 212 288

Rozsvěcení vánočního stroměčku a trhy 2024 – foto Lucie Kuchárová



Příběh staročeského překladu bible od Prahy až po New York*

Jak se unikátní středověká bible psaná ve staré češtině dostala až do New Yorku, a proč o ni projevila zájem knihovna vzdálená tisíce kilometrů od Čech? Přijďte si poslechnout fascinující příběh tzv. Bible cisterciácké z roku 1456 a její neobyčklou cestu do Ameriky.

Překlad celé bible do češtiny, který vznikl již v 50. letech 14. století, představuje jeden z klíčových momentů české literární historie. Stoupající zájem o překlad bible do mateřského jazyka během pozdního středověku v Čechách potvrzuje nejen množství dochovaných biblic-



kých pramenů – do roku 1500 máme doloženo 245 pramenů, z nichž se většina dochovala v podobě fragmentů –, ale i kontinuální práce na revizích, známých jako redakce. Z počátku 15. století se dochovaly dvě významné redakce staročeského překladu, přičemž tzv. třetí redakce, pocházející z 20. let 15. století, vyniká svou vědeckou precizností, uceleností a jednotnou terminologií.

Bible cisterciácká patří právě do této třetí redakce – překladu, který pravděpodobně vznikl na půdě univerzity a přenesl latinskou Vulgátu do češtiny s mimořádnou přesností a jednotností. Proč kladla tato redakce takový důraz na doslovnost, je otázka, která nám otevírá pohled na její sociální a náboženský

kontext. Doktorandka českého jazyka na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a odborná pracovnice na Ústavu pro jazyk český, Anna Michalcová, vysvětlí, jak třetí redakce mohla být odpovědí na méně jednotná znění předchozích redakcí, a jak se ve své důslednosti stala vyjádřením ideálů husitské reformace – stavěla totiž autoritu samotného textu nad moc církevních představitelů.

Přijďte zjistit, jak tento český překlad zapadá do dramatického kontextu apokalyptického 15. století, kdy středověká Evropa procházela počátky reformace – a jak si díky němu Češi vydobyli v překládání bible zcela unikátní místo.

(AnM)

Za Kristinou Folprechtovou



Když jsem ji před více než třiceti lety požádala, aby ilustrovala mou sbírku poezie, která zrovna vycházela v nakladatelství Votobia, netušila jsem, že zároveň otevírám bránu ke krásnému přátelství. Každé setkání s Kristinou bylo laskavé, milé, přátelské a velmi inspiřující. Lubenecká výtvarnice a spisovatelka, umělkyně tělem i duší, má milující rodinu, spoustu dobrých přátel a zanechala za sebou desítky nádherných obrazů, ilustrací, šperků, knih i vzpomínek na nejrůznější setkání výtvarníků, např. Lubenecká výtvarná léta v 80. letech. Všichni na ni budeme rádi vzpomínat a znovu a znovu žasnout nad vším, co za svůj život vytvořila. Nejvíce však určitě její rodina.

Jana Michalcová

Fejeton na téma „Bacha na předvánoční slevy“

Znáte to, předvánoční nákupy, zejména těch ve slevách, v plném proudu.

/ metoda: sice obě boty byly levé, ale nekupte je, když byly tak levné./

Manžel mé známé, v důchodovém věku, za tímto účelem se rozhodl nakoupit větší množství lahvého piva, které bylo ve slevě. Vzal si na to ruksak, který napěchoval prázdnými lahvemi a pospíchal do marketu, aby – nedej Bože – někdo takto levné pivo nevykoupil.

Nakoupeno, zapláceno a vstříc k domovu. Teprve teď pochopil, že ruksak s prázdnými lahvemi je výrazně lehčí než s těmi plnými. Ale vědomí, že uspěl, vlilo do něj novou krev, sílu a optimismus, spokojenost a předvánoční pohodu - co si přát víc.

Naproti němu kráčí mladá pohledná žena a upozorní pána na rozvázanou tkaničku u bot s dovětkem, že by mohl upadnout, pokud by si na ni šlápl.

No, byla to vskutku krasavice inteligentní, jak pravil herec Jindřich Plachta v jednom starším filmu. Zkrátka kočka. A on si v tu chvíli vedle ní připadal jak dacan zkřížený s bezdomovcem. Uvědomil si s hrůzou, že běžel na nákup ve staré bundě, ve které ráno krmil králíky a jinou domácí havěť, navíc ten ruksak byl už také dost jetej (jako by pamatoval i wehrmacht) A začaly se dít věci: opomenul zákony fyziky o zemské přitažlivosti a těžišti těla. Poděkoval za upozornění a rychle a elegantně se předklonil k té tkaničce, (žádné stařecké hekání při předklonu, kdy člověk zapřemýšlí, zda nemá ještě něco na práci tam dole, když už je jednou sehnutý), ruksak s lahvemi piva mu bleskově přelétl přes hlavu ...celý jeho obsah na chodníku, málo lahví se zachránilo....

Nejvíce ponižující pro něj však byla okamžitá pomoc oné fešandy, která mu pomáhala dostat se na nohy. Slovo by z něj nevypáčili, jen hekal. Znáte to, když nevíte, co říci nebo co udělat, tak neděláte nic, mlčíte a neříkáte NIC. Tak fešandě snad ani nepoděkoval.

Co říci závěrem - při větších nákupech, zejména slevových: odhodte balast nadšených emocí, reálně zvažte situaci nad množstvím zlevněného zboží- kupte jen tolik, kolik bez malérů dopravíte domů. A hlavně – mějte vždy dobře zavázané tkaničky u bot, a to nejen při nákupech.

Zdraví Vás J. Jiráková

Ukázka z připravovaného románu Zvonili jste?

Kapitola první: Narození

Mamka mě pečlivě a s nebyvalou něhou zabalila do krásné, důkladně naškrobené zavinovačky s bohatými krajkami kolem hlavy. Je v ní teplo a příjemně. Jenom mi trochu vadí, že nemůžu mávat ručičkama, protože to je zatím jediný druh pohybu, který jakžtakž zvládnu. Strašně moc bych chtěla praštit do toho nafukovacího myšáka na zdi, protože má takový nesnesitelně veselý výraz a já nechápu proč, vždyť tady není nic moc k smíchu. Spíš taková

nejistota, protože přece ještě nemůžu vědět, co mě čeká. Je mi teprve deset dní.

Táta si té hračky moc považuje, protože ji prý sehnal v nějakém asi kouzelném místě, které s posvátným ztišením hlasu nazýval Tuzexem, nebo jak to mamce říkal. Za bony. Asi to je něco opravdu speciálního, když jí to říkal nejmíň dvakrát. Visí nad mojí kolíbkou hned vedle uvítacího plakátku: „Vítáme tě, Johanko, doma,“ který tu táta připevnil, ještě když jsem byla s mamkou v nemocnici. Moc se prý na mě těšil, protože zatím mě viděl jenom z velké dálky. Stál pod okny porodnice a mával mně i mamce. Já jsem naštěstí mávat nemohla, protože jsem měla ruce zabalené v peřince stejně jako teď. Dole pod okny totiž stálo tatínků víc, a já jsem ještě nevěděla, který je ten můj.

Pozoruju toho nafukovacího myšáka s velkýma ušima a puntíkatým motýlkem pod krkem. Sedí na takové malé houpačce nad mojí kolíbkou a vždycky, když se otevřou dveře ložnice, tak se zhoupne. Hrozně mu to závidím, taky bych se chtěla zhoupnout. A tak se na něj teda směju, když on se směje na mě. Ale nevím, jestli to na mě pozná. Ještě to moc neumím.

Moje kolíbka se ale taky houpe, takže se mi to moc líbí. Nejvíc, když mi babička zpívá. Anebo vypráví příběh té mojí kolíbký. Spával v ní prý už i můj táta, když ho ještě jako miminko převáželi vlakem z Banátu v Rumunsku osidlovat české pohraničí po válce. Představuju si kolíbkou, jak cestuje tím vlakem, a jak se vagón houpe na kolejích, tak se houpe i ta kolíbka a uspává mého tátu, kterému je sotva měsíc a už jede osidlovat Sudety.

Vyřezal ji můj děda z jednoho kusu, takový byl dobrý řemeslník. A taky prý uměl hodně jazyků, ale dědu jsem nikdy nepoznala, umřel ještě když byl můj táta malý kluk. Tahle kolíbka je jedna z mála věcí, které po dědovi zůstaly. Babička ji schovala u nich doma na půdě, a teď, když jsem se narodila, ji přivezla do Litvínova, kde bydlím.

Táta mě moc často nehlídá. Vlastně skoro vůbec. Ani se mnou nejedí na procházky. Má totiž moc práce. Dělá v chemičce na směny, a pak ještě chodí na večerní průmyslovku. Když se má ale narodit ségra, tak musí, protože mamku odvezli do nemocnice a babička se vrátila domů.

A bere to opravdu zodpovědně, koupil mi ty úplně nejlepší masové konzervy, co mají v sámochce na sídlišti, a pečlivě mi obléká tepláčky a svetříčky a šatičky, které by mi mamka takhle dohromady nikdy neoblékla. Jsem na něj moc pyšná, jak je nadaný, a velice se mi to líbí. A i v praní prádla je mnohem nápaditější než moje mamka. Všechny moje plínky obarvil na růžovo, abych se v nich cítila lépe. Dokonce i zedníci, kteří pracovali na lešení protějšího domu a viděli na náš balkón, tátu moc pochválili, když ty růžový plínky věšel na prádelní šňůry.

„Ty jsi mi tedy kolík,“ pokřikovali na něj, „na MDŽ věšíš prádlo.“

Táta je na sebe asi taky pyšnej, protože jim zamával. Pak mi oblékl přes šatičky kombinézu a jeli jsme si stoupnout pod okna nemocnice podívat se na ségru.

Jana Michalcová

... vánoční čas se kvapem blíží ...

Vánoční svátky již klepou na dveře a malí i velcí se těší na vánoční překvapení pod stromečkem, na pohodu a příjemná setkávání v kruhu rodiny nebo s přáteli.

Ráda bych i já všem popřála hlavně pevné zdraví, klidné svátky, mezilidskou slušnost a vstřícnost a radostné chvíle, které nám vzájemně dodají optimismus a chuť do dalších dní nového roku 2025.



Ing. Mgr. Romana Klimentová

Cesta za strašidylky neboli Strašidelná stezka odvahy.

Letos to bylo opravdu napínavé. Bude nebo nebude? Děti z první, druhé a třetí třídy přepadl totiž zákeřný virus neštovic. Ve třídách bylo poloprázdno. Má význam pořádat akci, když jsou ti, co se těší nejvíce, nemocní? A tak jsme akci posunuli o týden, až do poloviny listopadu, aby se jí mohly zúčastnit všechny děti.

Ve čtvrtek 14. listopadu se děti učily ve strašidelných kostýmech, plnily různé úkoly, dlabaly a zdobily dýně, ale my učitelé jsme s napětím sledovali počasí. Den předtím totiž trochu sněžilo. A ve čtvrtek od rána přšlo a bylo vážně chladno. Ale měli jsme štěstí, přestalo pršet, zafoukal vítr, oteplilo se a my mohli vyrazit.

Tuto bezva akci pořádá naše škola ve spolupráci s MŠ Lubenec a místním sborem dobrovolných hasičů. S organizací učitelům pomáhají žáci nejstarších ročníků a školního parlamentu.



Každoročně se sejdeme u školky. Děti si nesou různé lampionky a světýlky si svítí na cestu, aby v lese nezakoply. Plní zábavné úkoly, povídají si, možná se i trochu bojí, možná ne. A smějí se. Nejen děti, ale i rodiče, kteří je doprovázejí.

A kdo chce, může se u rybníka opéci buřtíka u ohně, který rozdělali hasiči. Prostě hezký den.

Blanka Forejtová, uč.

Olympijský (sportovní) den

Do projektu olympijského víceboje je naše škola zapojena již dlouhou dobu. Co je hlavním cílem projektu? Motivovat děti k pravidelné fyzické aktivitě a zdravému životnímu stylu.

Letošní ročník se konal 22. října 2024 a byl výjimečný, neúčastnil se pouze 1. stupeň, jako v předchozích letech, ale sportovali všichni žáci naší školy.

Sraz měli v 8:00 hod. ve svých třídách, kde plnili se svými třídními učiteli dvě disciplíny (postoj čápa a přesah). Zahájení akce se v 8:30 hod. ujal náš hlavní tělocvikář Bc. Josef Kudláček, poté následovalo rozběhání a rozcvička se zkušenými atletkami z 8. třídy a následně se všechny třídy rozdělily na jednotlivá stanoviště.

Celkem bylo připraveno 13 stanovišť, z toho 5 stanovišť ve školní tělocvičně (hod basketbalovým míčem trčením vpřed, skok přes švihadlo, shyby na šikmé lavičce, kliky a leh-se-dy) a 8 venku (Zátokův běh, běh na 60m, skok daleký z rozběhu, hod míčkem, T-běh, člunkový běh, skok z místa, trojskok z místa a hod medicinbalem obouruč vzad). O každé stanoviště se svědomitě starala dvojice žáků z 8. a 9. třídy, kteří byli proškoleni, jak jednotlivé stanoviště připravit, změřit a představit jej dětem. Sami pak disciplíny plnili po oficiálním ukončení akce.

Přálo nám i počasí, a tak vše proběhlo v naprostém pořádku a bez úrazů. Děti odcházely unavené, ale spokojené.

Lenka Šponarová

Masarykova základní škola Lubenec

Tělovýchovná jednota Spartak Lubenec, z.s. Vánoce 2024



Všem občanům z Lubence a okolí přeji sportovci krásné prožití vánočních svátků a šťastný nový rok 2025.

Děkujeme za dosavadní podporu všem a těšíme se na další spolupráci.

A mužstvo dospělí kopaná

Starší a mladší přípravky kopaná

Bambini kopaná

A, B, C mužstva dospělí stolní tenis

Žáci stolní tenis

Termíny :

28. 12. 2024 Turnaj stolní tenis neregistrovaní (tělocvična)

31. 12. 2024 Poslední kop (hřiště)

1. 3. 2025 Valná volební hromada TJ (KD Lubenec)

22. 3. 2025 Sportovní přes



Zimní soustředění 2024 oddílu kopaná – přípravky

V rámci zimní přípravy jsme uspořádali pro naše mladší a starší přípravky čtyřdenní soustředění ve sportovní hale ve Spořicích u Chomutova, včetně ubytování a stravy. Této aktivity se zúčastnilo patnáct dětí a pět dospělých. V rámci dotace Můj klub od Národní sportovní agentury a částečné úhradě účastníků jsme mohli připravit bohatý program v rámci tréninkových jednotek a dalšího programu pro stmelování kolektivu a zapojování se do sportovních aktivit. Díky prostředí, které jsme již v minulosti využívali, nás čekal zajímavý program.

První den začal dopoledním tréninkem v hale, který byl zaměřen na fyzickou zdatnost, překážkové dráhy a na závěr samotný fotbal. Po obědě jsme se rozhodli vzít kluky do místního Aquaparku Svět v Chomutově, kde jsme relaxovali a užívali možnosti skluzavek a tobogánů. Došlo i na učení plavání. Navečer byla k dispozici opět hala a sauna. Co šlo, tak jsme využili. Další den dopoledne i odpoledne trénink v hale, který byl zaměřen na hru s balonem, stabilitu a koordinaci těla při hře, a nechyběla opět fyzická zátěž. Na závěr fotbálek. Po večeri byl prostor pro deskové hry a volnou zábavu. Byl jsme velice mile překvapen, že dětem nechyběl telefon či tablet, který jsem na soustředění zakázal. V sobotu dopoledne jsme pro děti zajistili kruhový trénink v malé tělocvičně pod vedením zkušené instruktorky, která naučila kluky, jak protahovat i ostatní svaly na těle. Bylo to pro některé náročné, ale zvládli to a musím je pochválit za statečnost. Odpoledne bylo volno, v hale probíhalo mistrovství republiky v bojových sportech, a tak jsme využili této možnosti nasát atmosféru bojového umění. Navečer nás čekal program v podobě návštěvy hokejového utkání 2.ligy mezi Piráty Chomutov a Vsetínem. Klukům se zápas a atmosféra kolem moc líbila, někteří si přivezli ze zápasu i puk.

Poslední dopoledne jsme strávili postupným balením věcí, úklidem pokojů a sportovních potřeb. Náš pobyt byl zakončen výborným obědem, i když kuchyně a strava byla po celou dobu soustředění úžasná a patří provozovateli velká pochvala. Možná se děti o jídle zmínily i doma. Následoval odjezd a rozloučení se všemi. Soustředění jsme všichni zvládli bez zranění, nemoci a doufám, že se klukům líbilo. Další společnou aktivitu plánuji na léto roku 2025, kdy bych chtěl vyzkoušet stanový kemp pro děti u nás v Lubenci ve sportovním areálu.

Jiří Kříž





Tělovýchovná jednota Spartak Lubenec, z.s. Podzimní tabulka dospělí kopaná



Okres Louny › 2024 A2B - 9. liga (3. třída), sk. B

#	Klub	Z	V	R	P	Skóre	B
1.	Ročov	12	11	0	1	51:19	33
2.	Krásný Dvůr	12	8	0	4	47:20	24
3.	Lubenec	10	7	0	3	31:20	21
4.	Lenešice B	12	7	0	5	41:33	21
5.	Žiželice	11	5	0	6	23:22	15
6.	Buškovice B.	12	4	1	7	27:35	13
7.	Lišany	11	3	2	6	22:35	11
8.	Staňkovice	10	2	0	8	19:39	6
9.	Nepomyšl	12	2	1	9	13:51	4

Po podzimní části jsou naši fotbalisté na krásném třetím místě s odehráním deseti zápasů. Další zápas je kontumován ve prospěch Lubence, a ještě jeden se bude dohrávat na jaře. Mají tak šanci na jaře 2025 se probojovat i na lepší umístění. Budeme držet palce a pokud vám vyjde čas, přijďte naše kluky podpořit na domácí zápasy.

Adventní a vánoční kvíz

1. Jak dlouho trvá advent?
 - a) 22 dní
 - b) 28 dní
 - c) 22 až 28 dní
2. Co začíná první adventní nedělí?
 - a) křesťanský liturgický rok
 - b) pečení perníčků
 - c) čekání na Mikuláše
3. Které barvy jsou symbolické pro advent?
 - a) růžová a bledě modrá
 - b) zelená a červená
 - c) fialová a růžová
 - d) jen fialová
4. Co je smyslem adventu?
 - a) příprava
 - b) očekávání
 - c) pokání
 - d) zklidnění
5. Jak se jmenovala Mariina matka?
 - a) Alžběta
 - b) Sára
 - c) Anna
 - d) Magdaléna
6. A jak matka Jana Křtitele?
 - a) Alžběta
 - b) Sára
 - c) Anna
 - d) Magdaléna
7. Jak byli příbuzní Jan Křtitel a Ježíš?
 - a) bratři
 - b) bratrance
 - c) strýc a synovec
 - d) nebyli příbuzní
8. Jaké bylo povolání Josefa?
 - a) tesař
 - b) celník
 - c) kněz
 - d) rybář
9. Se kterým zvířetem jeli z Nazaretu do Betléma?
 - a) telátkem
 - b) jehnětem
 - c) koněm
 - d) oslem
10. Proč se na cestu vydali?
 - a) aby zde Marie porodila
 - b) kvůli nařízenému sčítání lidu
 - c) kvůli Josefově zakázce
 - d) na návštěvu
11. Proč nocovali ve chlévě?
 - a) ostatní ubytování byla obsazená
 - b) neměli peníze
 - c) Betlém byl přeplněný lidmi
 - d) chlév symbolizuje pokoru
12. Kdo se o Ježíšově narození dozvěděl mezi prvními?
 - a) rybáři
 - b) králové
 - c) Herodes
 - d) pastýři
13. Koho do Betléma přivedla zářící hvězda?
 - a) mudrce z Východu
 - b) tři krále
 - d) Salome
 - e) Jana Křtitele
14. Čím miminko obdarovali?
 - a) zlatem
 - b) kadidlem
 - c) myrhou
 - d) exotickým ovocem
15. Kdo o Ježíšově narození informuje?
 - a) Marek
 - b) Matouš
 - c) Lukáš
 - d) Jan

Správné odpovědi: 1. c, 2. a, 3. c, 4. všechny, 5. c, 6. a, 7. b, 8. a, 9. d, 10. b, 11. asi všechny, 12. d, 13. a + b jsou synonyma, 14. a+b+c, 15. b+d

(zdroj obrázků: Pinterest, autorka kvízu: Marcela Svejková)

Krásný advent a šťastné a veselé Vánoce!



Vykoupat se v lese

Lidem přijíždějícím k Lubenci od Prahy se nad petrohradským horizontem otevře fascinující pohled: zleva zdánlivě nekončící pás smíšeného lesa, zprava Kapucínské skály, na obzoru v dále malebné vrcholky Doupovských hor. Jedinečnost a nádheru krajiny si často více uvědomují lidé odjinud, místní někdy mohou být slepí. Naše okolí se nám jeví jako všední a jeho krása samozřejmá. Někdy pak stačí strávit pár dnů, týdnů či měsíců jinde a na domov se díváme udivenými očima dítěte.

V minulosti byl život člověka s lesem přirozeně provázaný, čas v roce se mj. členil podle toho, kdy se chodilo na klestí, šišky, jahody, maliny, borůvky, brusinky, ostružiny, houby, jmelí. Pouze Maruška z pohádky O dvanácti měsíčkách čerstvé jahody mohla nasbírat i v lednu. Ostatní smrtelníci s košíky a kýbly chodili v často jen několika dny či týdny vymezené době a doma lesní plody zpracovávali do podoby marmelád, šťáv, voňavých a sladkých koláčů. Listy malinovníku, ostružiníku a jahodníku sušili a po celý rok z nich pili lahodné a zdravé čaje. Kulajda, bramboračka, kuba, smaženice, houbovka byly pravidelnou součástí jídelníčku. Klestím a šiškami si přitápěli v litinových sporácích. Ale klestí mělo i daleko širší využití: některé jeho druhy se používaly jako krmivo pro dobytek a kozy

(lípa, vrba, bříza či smrk), jehličí nebo drobné pupeny byly bohaté na živiny. Pokládalo se na pole nebo kolem stromů jako ochrana proti větru i jako přirozený mulč, který bránil vysychání půdy. Dávalo se jako podklad pod doškové střechy. Po spálení klestí se popel bohatý na draslík využíval jako hnojivo na pole nebo do zahrad. Zejména jehličnaté větvičky se kladly jako stelivo do stájí – pohlcovaly vlhkost a zároveň dobytku poskytovaly suché místo k ležení.

Svět se proměňuje kosmickou rychlostí, žijeme životy jiné než před sto i než před padesáti lety. Přesto podle různých průzkumů Češi do lesa dále chodí hodně, nejvíce na houby (v tom patříme mezi šampiony) a na borůvky. Ale náš moderní svět se svými vymoženostmi a náhražkami nás od lesa vzdálil. Žijeme své hektické životy, pracujeme jinak a změnily se i způsoby odpočinku. Zásoby na zimu si buď nevytváříme vůbec, případně je pořizujeme jinak. Klestí a šišky nahradily kubíky dřeva, mnozí nepotřebují ani ty. Potřebujeme les? Potřebuje les nás?

Vědci už dávno dokázali, že lesy nejsou jen souborem jednotlivých stromů, ale propojenými organismy, které spolupracují, aby přežily. Komunikují spolu prostřednictvím sítě podhoubí, skrze kořeny sdílejí vodu se slabšími sousedy, elektrické impulsy v kořenech umožňují reagovat na zranění nebo na změny vlhkosti půdy, stromy dokáží do ovzduší uvolňovat těkavé organické sloučeniny – chemické látky, aby sdělily informace o svém stavu. Některé chemické látky totiž přitahují predátory, kteří se živí škůdci. Umírající stromy dovedou předat zbývající živiny svým mladším nástupcům. Pokud se člověk v lese zcela ztiší a naučí se ho vnímat, může slyšet stromy zpívat, někdo říká, že má dřevo duši a zvuk houslí jakoby to dokazoval. Při vstupu do lesa nás často obklopí příjemná atmosféra, zvláštní a proměňující se světlo a někdy až posvátné (protože vzácné) ticho.

Jiní odborníci četnými výzkumy potvrzují pozitivní dopad působení lesa na lidské zdraví. Pravidelný pohyb po lese snižuje hladinu stresového hormonu kortizolu, což má uklidňující účinky na naši mysl. Stromy a rostliny uvolňují do vzduchu fytoncidy (ony zmiňované organické sloučeniny chránící před škůdci) – u lidí tyto látky stimulují činnost buněk, které hrají důležitou roli v boji proti infekcím a rakovinným buňkám. Pomalý a klidný pobyt v přírodě přispívá ke snížení krevního tlaku a srdeční frekvence. Lesní prostředí podporuje produkci hormonů štěstí, jako je serotonin, a pomáhá snižovat příznaky deprese a úzkosti. Podle různých studií už 20 minut strávených v přírodě zlepšuje schopnost soustředění a posiluje kreativní myšlení. V Japonsku, kde lidé žili pod obrovským tlakem a v pracovním stresu, vznikla v 80. letech pod patronací vlády vědecky podložená terapeutická metoda zvaná Shinrin-yoku, která je založena na klidné a vědomé přítomnosti v lese. Přesný překlad do češtiny zní „lesní koupel“ a spočívá v tom, že by měl člověk při pobytu v lese využít všechny své smysly, aby do sebe dokázal absorbovat uklidňující vliv přírody. V Japonsku dokonce vznikaly speciální terapeutické lesy, do kterých mohli zájemci jít i se školním průvodcem. Příklady doporučených aktivit jsou tyto: Chodte pomalým tempem. Zhluboka dýchejte, vnímejte vůně stromů, rostlin i různé pachy, uvědomujte si půdu pod nohama. Naslouchejte zvukům přírody, uvědomujte si šumění listů a zpěv ptáků. Občas se

dotkněte kůry stromů, seberte a ochutnejte lesní plody, pohladte mech, napijte se ze studánky, opláchněte si obličej studenou vodou z lesního potoka.

V posledních letech jsou lesy ničeny vichřicemi, polomy, kůrovcovými kalamitami, těžkými stroji a ziskuchtivou těžbou. Mnohé z toho se neblaze dotýká i lesů v okolí Lubence. Genius loci těchto lesů je ale pořád čitelný, píše se v nich i o historii: svědky jsou zapomenuté studánky, kaskády potoka, odpočinková zastavení, kapličky, řopíky, staré opuštěné třeshňovky vrostlé mezi duby, smrky, břízy, osiky, modříny a borovice. Možná by pravidelnější procházky zdánlivě bez cíle pomohly k uvědomění našeho souznění s lesem. Obešel by se bez nás? Obešli bychom se my bez něj?

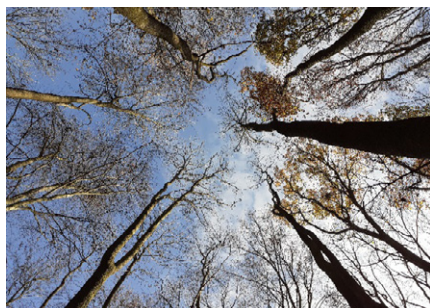
Na závěr několik citátů esejisty Josefa Kroutvora z knihy *Lesní eseje*:

Za ideální krajinu považují české pohraniční lesy, kde se mísily dva jazyky a dvě kultury.

Les nabízí fyzický i duchovní prostor, bez něhož se stěží obejdeme.

Lesy jsou prostě všude, lemují louky, pastviny a pole, za lesem je další les. Všechny cesty vedou do lesa, provádějí nás lesem, kde bychom jinak zabloudili. Kráčíme lesem, ale cesty nás vedou krajinou, kterou už vytvořil člověk.

Marcela Svejková



Obec Lubenec zve na tradiční ohňostroj a novoroční přípitek

