OBECNÍ ČTVRTLETNÍK

NOVINY

pro obyvatele Líní a Sulkova

Vydává Obec Líně | Ročník 9 | Číslo 4. | 15. 12. 2015 | Zdarma

Jubilejní rok pomalu končí

Jubilejní rok, v němž si připomínáme neuvěřitelné 900. výročí od první písemné zmínky o obci Líně, se pomalu chýlí ke svému závěru. Je proto namístě zrekapitulovat, jakým způsobem jsme si toto výročí připomněli.

V průběhu roku se uskutečnily celkem tři hlavní akce pořádané obcí. Hlavní a také nejnákladnější akcí se bezesporu staly oslavy, uspořádané ve dnech 20. a 21. června 2015 na fotbalovém hřišti TJ Baník Líně. V rámci dvoudenního programu vystoupilo celkem 14 skupin a souborů, zaměřených na oblast rockové, populární i dechové hudby, folklóru i tance. Dětem byla určena tři divadelní vystoupení. Na své si tak mohly přijít všechny věkové kategorie. Podrobné informace o těchto oslavách, doplněné velkým množstvím fotografií, přineslo minulé číslo zpravodaje. Velkou pochvalu si zaslouží členky sdružení Ženy Sulkov a členové Sboru dobrovolných hasičů Líně, kteří se velmi obětavě ujali pořadatelské služby. Je také namístě poděkovat sulkovské organizaci Svazu důchodců ČR za krásně sehrané divadelní představení pro děti, Základní škole Líně za vystoupení dětí v aerobiku a také TJ Baník Líně za poskytnutí areálu k uspořádání této velké akce. Počasí sice nebylo úplně stoprocentní, občasné přeháňky však zlobily vždy jen krátce. Co je ale důležité: účast ze strany veřejnosti byla hojná, ohlasy vesměs pozitivní.

Další součástí oslav 900. výročí byl slavnostní průvod spojený s žehnáním praporu obce. 12. září v ranních hodinách vyšel průvod s obecním praporem za doprovodu dechového orchestru Úhlavanka od víceúčelového sportoviště na sídlišti a po zhruba 30 minutách dorazil do svého cíle na nově upravené části návsi u kapličky. Druhá část programu se odehrála v čerstvě otevřeném Obecním domě, který vyrostl na místě bývalého kina. Krásné vystoupení si pro tento účel připravily děti z mateřské i základní školy a také ze školní družiny. Po zásluze byly odměněny dlouhým potleskem. Pak již na pódium Obecního domu nastoupili členové jednotky Sboru dobrovolných hasičů v uniformách se slavnostním praporem obce. Mgr. Jana Bulková ve stručnosti připomenula dlouhou historii obce a po ní se slova ujal heraldik Pavel Ryba, autor znaku a vlajky obce. Veřejnost tak mohla ještě jednou z úst nejpovolanějších vyslechnout, jak se dostali do znaku obce tři zlatí líni a hornické symboly. Poté následoval hlavní bod programu. Praporu obce požehnal plzeňský biskup Mons. František Radkovský. Tečku za příjemným sobotním dopolednem udělala skupina MAJKL BAND, která zahrála několik svých písní.

Třetí a zároveň poslední akce se konala o státním svátku 28. října 2015. V podvečer vyšly dva dlouhé lampionové průvody – jeden z líňského sídliště, jeden ze Sulkova. Oba průvody se na chodníku z Líní na Sulkov spojily a společně dorazily do sportovního areálu na koupališti. Za hudebního doprovodu skupiny MAJKL BAND se účastníci průvodů mohli občerstvit, pro děti obec připravila zdarma tradiční špekáčky k opečení. Veřejnost dorazila v hojném počtu, neboť areál koupaliště doslova praskal ve švech. Pro-

Děti s napětím sledují ...

Masopustní veselí na Sulkově

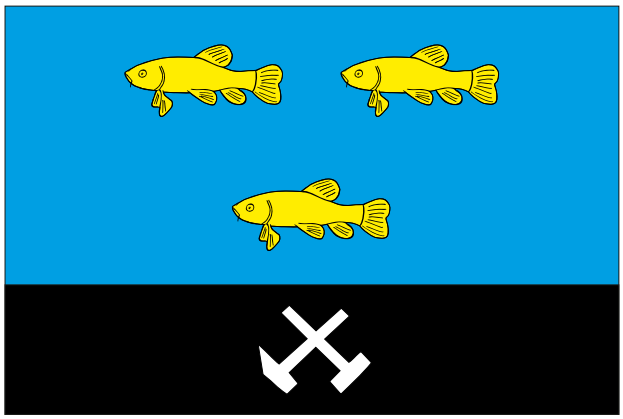
gram vyvrcholil před 18. hodinou slavnostním ohňostrojem k výročí obce. Počasí bylo na říjen velice příjemné a jistě výraznou měrou přispělo ke zdárnému průběhu celé akce, kterou formou dotace podpořil také Plzeňský kraj.

Oslavy ovšem zdaleka nebyly záležitostí pouze obce. Svůj velký podíl na připomenutí významného výročí měly také místní spolky. A bylo opravdu z čeho vybírat. Aktivní roli sehrálo zejména sdružení Ženy Sulkov, které uspořádalo na Sulkově řadu akcí, z nichž k nejúspěšnějším patřily Oldies Party (překvapením byl nádherný dort se znakem obce), masopustní průvod nebo prvomájové oslavy. Také obě tělovýchovné jednoty se snažily. TJ Baník Líně uskutečnila na konci června fotbalový turnaj ukončený ohňostrojem, fotbalisté TJ Sparta Sulkov v květnu sehráli utkání se starou gardou Sparty Praha. Odbor Klubu českých turistů velmi úspěšně zajistil oblíbený pochod „Líňský maratón", jehož trasa byla vedena mj. po Líňské okružní trase. Na pochodu byly také prodávány turistické vizitky, vydané obcí při příležitosti jubilea. Členové místní organizace Českého rybářského svazu poprvé zorganizovali Rybářský den. Vzhledem k velmi nepříznivému počasí nepřišlo sice velké množství návštěvníků, ale ti co dorazili, byli spokojeni. Velmi napínavé sportovní klání nabídl hasičský Memoriál Davida Mikešky. Na pozvání Sboru dobrovolných hasičů Líně se do soutěží v horkém červnovém počasí zapojily hasičské sbory z blízkého i vzdálenějšího okolí. Stranou nezůstali ani zahrádkáři, kteří po dlouhých letech zorganizovali přednášku pro veřejnost – na téma „pěstování jahodníku". Ani zbývající spolky nezahálely a prezentovaly se menšími akcemi. Ale nejen spolky se snažily. Několik sulkovských obyvatel například vybudovalo v místě zvaném „Za Ahojkou" krásný křížek, který při příležitosti výročí obce v dubnu vysvětil plzeňský biskup Mons. František Radkovský. O měsíc později se na Sulkově konal napínavý tenisový turnaj „Sulkovské eso", jehož pořadateli je již po několikáté skupina místních tenisových nadšenců. Kulturně-sportovní akce se nevyhnuly ani sportovnímu areálu na koupališti, za což je třeba poděkovat provozovateli areálu Milanu Vágnerovi. Stranou nezůstala ani místní mateřská a základní škola, která připravila sportovní i vědomostní soutěže pro děti. Ve výčtu by bylo možné ještě pokračovat, ale asi to není nezbytně nutné. Pokud jsem nějakou zajímavou akci k výročí obce opomněl, prosím organizátory o prominutí.

Žádný univerzální návod na to, jak co nejlépe připomenout výročí vzniku obce neexistuje. Důležité je, že se ke slavnému jubileu přihlásila řada spolků i jednotlivých občanů. Také důležité symboly obce letos zkrásněly – opravena byla kaplička na návsi, omlazovací kúrou prošel Památník vojenských letců. Jsem přesvědčen, že jsme si všichni společně připomněli 900 let první písemné zmínky o naší obci důstojným způsobem a přiměřeně vzhledem k možnostem obecního rozpočtu. Ještě jeden bonus nás ale ještě čeká. Ve fázi příprav je vydání publikace, která hlouběji připomene některé důležité etapy historie obce. Do její přípravy se zapojilo několik autorů, kteří do konce roku dokončí své práce. Obec pak během příštího roku zajistí vydání knihy.

Michal Gotthart, starosta

Rybářský den



Vlajka obce Líně

Začal adventní čas. Jak se již stalo tradicí, také letos připravil spolek Ženy Sulkov vánoční strom na zahradě sulkovského dětského hřiště. Slavnostní rozsvícení stromu proběhlo o první adventní neděli, tedy 29. listopadu. Přítomní si mohli spolu s hudebním uskupením MAJKL BAND zazpívat koledy a navíc si pochutnat například na vánočce a svařeném víně. Velký úspěch slavily nápadité vánoční ozdoby, vyrobené dětmi z líňské mateřské školy a školní družiny.

Na průtahu Líněmi probíhaly v říjnu a v listopadu rozsáhlé stavební práce. Ředitelství silnic a dálnic ČR se rozhodlo provést rozsáhlou rekonstrukci části podloží silnice I/26 Plzeň – Folmava. Důvodem byly neustále se tvořící praskliny v asfaltovém povrchu. O prospěšnosti rekonstrukce jistě nemůže být pochyb, spousta obyvatel Líní si však vzhledem k dopravním omezením vytrpěla své. Na jaře by práce měly ještě pokračovat.

Lávka u návesního rybníka je jako nová. Stávající lávka pro pěší vykazovala již známky havarijního stavu a hrozilo její uzavření. Železná konstrukce mostovky zůstala zachována, vše ostatní je od letošního podzimu nové. Lávka je hojně využívána dětmi při cestě ze sídliště do základní školy II. stupně, ale i dospělými k procházkám.

V Polní ulici byly dokončeny rozvody plynu. Nyní je tedy celá nová lokalita výstavby rodinných domů komplexně vybavena inženýrskými sítěmi a na řadě je provizorní úprava místních komunikací. Definitivní dokončení dopravní infrastruktury je plánováno zhruba za 3 roky, tedy po předpokládané výstavbě domků.

Hasiči mají definitivně k dispozici moderní zásahové vozidlo. Během letošního roku byla úspěšně dokončena jednání s Hasičským záchranným sborem Plzeňského kraje a speciální požární automobil CAS MERCEDES-BENZ ATEGO 1426AF, dosud jen vypůjčený, se stal definitivně majetkem obce Líně. Vozidlo o zůstatkové ceně 2,8 mil. Kč bude využíváno místní zásahovou jednotkou Sboru dobrovolných hasičů.

Kotelna na sídlišti byla zbourána. Bývalou centrální kotelnu pro vytápění sídliště bychom již hledali marně. Stavba byla během podzimních měsíců odstraněna v souladu s příslušným rozhodnutím stavebního úřadu. Celkové náklady na demolici činily 752 tis. Kč včetně DPH. Jedná se tak o další důležitý krok směřující k postupné obnově sídliště. Na konec zimy je naplánována výměna vodovodního potrubí ve Vodárenské ulici, pak již přijdou na řadu komunikace a parkovací místa.

Problémů s neukázněnými řidiči přibývá. Takto například dopadl první sloupek na nově vybudovaném chodníku naproti základní škole. Již v létě, několik dní po kolaudaci, ještě horším způsobem skončila značka označující hlavní silnici v prostoru návsi. K většině obdobných nehod dochází během víkendu v nočních hodinách, což asi hovoří za vše.

Umělecké foto na závěr. Takovýmto zajímavým způsobem nafotily nově otevřený sál Obecního domu v Líních fotografky ROP Jihozápad. Při své návštěvě pořídily celou kolekci snímků, které budou sloužit k propagaci projektů podpořených z prostředků EU. *(foto ROP Jihozápad)*

Zprávy ze Šachového klubu Líně

Šachový kroužek

Šachový kroužek se přesunul z 1. stupně ZŠ a MŠ Líně do nových prostor Obecního domu a probíhá od října každý čtvrtek od 16:00 do 17:30. Je určen převážně dětem, ale neodmítneme ani dospělé, v případě zájmu se přijďte podívat nebo si jen zahrát.

Mistrovství Čech mládeže

Poslední říjnový týden probíhalo v Harrachově Mistrovství Čech mládeže do 16 let. ŠK Líně reprezentoval v kategorii do 12 let teprve devítiletý Jakub Valdman, pro něhož to byla první zkušenost s tak velkou akcí. Kuba si vybral začátečnickou daň, nadějně rozehrané partie nedokázal dovést do vítězného konce a nakonec se 2 body skončil předposlední. I přes tento nelichotivý výsledek je to cenná zkušenost, vždyť v této kategorii bude moci startovat ještě další 3 roky, a pokud se nominuje, jistě se bude v celkovém pořadí posouvat výš. Mnohem lépe si vedla v polovině listopadu na Mistrovství Čech dětí do 8 let v Doksech Adélka Janoušková. Obsadila moc pěkné 5. místo, když získala stejně bodů jako bronzová medailistka. K cennému kovu chyběl jen malinký kousíček.

Krajský přebor mládeže v rapid šachu

Krajský přebor mládeže v rapid šachu se hraje jako seriál 6 turnajů. Zatím jsou odehrány dva turnaje (10. 10. v Nepomuku a 07. 11. v Tachově) a mladí líňští šachisté vybojovali 8 medailí! Dvě zlaté získala Adélka Janoušková v kategorii D8. V této kategorii získala rovněž dvě medaile, stříbrnou a bronzovou i Anežka Trsková. Držitelkou stejných medailí je též Nikola Kajerová v kategorii D12. Další cenné kovy přidali Jakub Valdman (1. místo v kategorii H10 v Nepomuku) a Jakub Steinbauer (3. místo v kategorii H10 v Tachově). Turnaje v Nepomuku se zúčastnilo 10 a turnaje v Tachově dokonce 12 hráčů z šachových kroužků v Líních, Městě Touškově a Domě pohádek v Plzni.

Soutěže dospělých

V říjnu odstartovala nová sezóna družstev dospělých. Ligový tým si po dvou porážkách konečně připsal důležité vítězství 5:3 proti ŠK Karlovy Vary, konkurentovi v boji o setrvání v soutěži. Pomaleji se rozjíždělo i béčko, které vloni postoupilo do Krajského přeboru I, tedy nejvyšší krajské soutěže. Po dvou remízách s plzeňskou Lokomotivou a druhým líňským týmem v soutěži Sokol Plzeň I – ŠK Líně C naplno zabralo proti společnému týmu H. Huti a Nýřan, když zvítězilo poměrem 5:3. Domácí zápasy týmu pod vedením kapitána Vládi Mičky se odehrávají v Obecním domě, diváci a fanoušci jsou vítáni. Céčko má zatím jen jeden bodík za remízu s béčkem. Snad se mu podaří ještě nějaké získat a odpoutat se od sestupového území. Všechny možné výsledky v zatím odehraných třech kolech již zakusilo družstvo D, které působí v Městě Touškově. Zejména ztráta na Košutce velmi mrzí, protože se zápas vyvíjel pro naše barvy více než příznivě. Ovšem zajíci se počítají až po honu. Nejúspěšnějším týmem je tedy zatím znovu obnovený tým v Hradci u Stoda, hrající pod názvem ŠK Líně E – Hradec, který je zatím v nejnižší soutěži na skóre druhý.

Pohár ČR v Liberci – ŠK Líně A (zleva): M. Blecha, M. Novák, P. Janočko, D. Kracík.

Mistrovství v Liberci

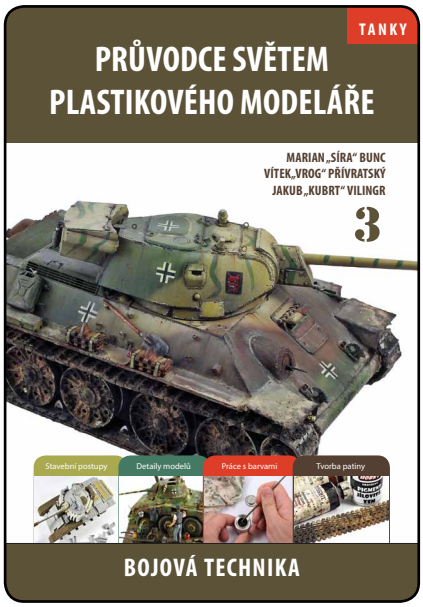
První říjnový víkend jsme se vypravili do Liberce. Ve zdejším centru Babylon totiž probíhal Pohár ČR v rapid šachu družstev a den poté MČR v bleskovém šachu družstev. Pohár patří mezi vůbec nejoblíbenější soutěže mezi šachisty v celé ČR, přesto se naposledy uskutečnil v r. 2009. Nechtěli jsme si nechat ujít jeho obnovenou premiéru, proto jsme vyrazili hned se dvěma týmy. Zatímco áčko tvořila kostra druholigového týmu, béčko se skládalo spíše z hráčů krajského přeboru. Zatímco v Poháru jsme s béčkem ligové hráče pěkně proháněli (25. béčko skončilo pouhý bod za 20. áčkem z celkem 40 družstev), v bleskovém šachu se nám tolik nedařilo a skončili jsme třetí od konce. Naopak tým A dosáhl velmi pěkného výsledku, když se v konkurenci extraligových týmů umístil na 13. místě z 30 družstev a odvezl si domů soudek pěnivého moku. Podrobnou zprávu o vydařené akci jak sportovně, tak i společensky najdete na našem webu zde: http://skline.cz/node/815.

Různé turnaje

Na podzim se uskutečnila celá řada turnajů, jichž se účastnili také hráči ŠK Líně. V Nepomuku se na 8. místě umístil Miroslav Palek. Tradičně 17. listopadu proběhl již 18. ročník turnaje Pilsner Urquell, který pořádá člen našeho klubu Zdeněk Bartoníček. Letos se účast téměř přiblížila magické stovce a mezi účastníky se neztratili ani hráči ŠK Líně: na výborném 11. místě skončil M. Palek, 26. Aleš Šimůnek, 27. Ivo Příborský, 38. Michal Staník, 40. Z. Bartoníček a 51. Hana Palková. Další dobrý výsledek si připsal Miroslav Palek na turnaji Open Plzeň zařazeného do seriálu Czech Tour 2015/2016, když skončil devátý.

Přejeme všem příznivcům královské hry, čtenářům Obecních novin a vůbec všem obyvatelům Líní i Sulkova krásné a klidné Vánoce, pevné zdraví a úspěšný rok 2016.

Průvodce světem plastikového modeláře 3 – Bojová technika



Aktuálně vydaná kniha „Průvodce světem plastikového modeláře 3“ sepsala trojice aktivních českých modelářů – Vít „Vrog“ Přívratský, Marián „Síra“ Bunc a Jakub „Kubrt“ Vilingr. Nyní se tedy nejedná čistě o autorskou publikaci Jakuba Vilingra, ale jde o větší společnou práci.

Převážná většina fotografií modelů bojové techniky pochází z dílny Mariána Bunce, který je mimo jiné znám i rozličnými přípravky pro vytváření patiny a dalších efektů na modelech bojové techniky pod obchodní značkou „Síra Hobby“. Kapitoly věnované barvám, práce s nimi a také ty, co jsou zaměřeny na airbrush a práce s ním zpracoval Jakub Vilingr a kapitoly zaměřené na dřevní základy a nářadí pak Vítek Přívratský, který má velké zkušenosti jako klubový vedoucí dětského modelářského klubu.

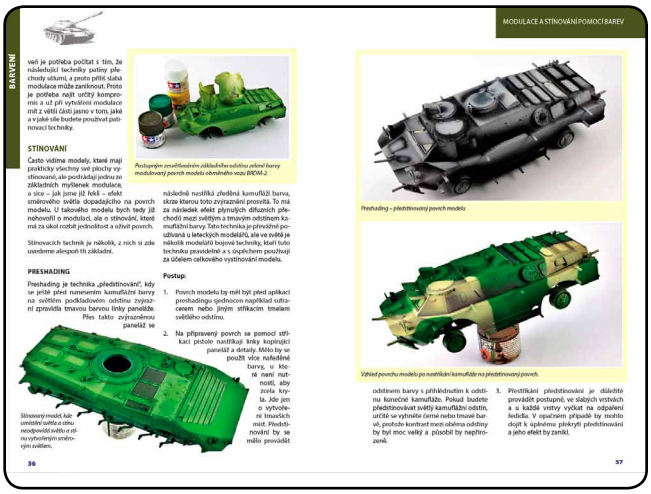
Kniha detailně představuje, takříkajíc od píky, jednotlivé kroky zaměřené na stavbu jak kolových, tak pásových vozidel v nejběžnějších měřítcích 1/72, 1/76, 1/48 a 1/35. V knize naleznete mnoho doporučení pro tvorbu různých technik povrchové úpravy modelů a s její pomocí si rychle osvojíte tento druh plastikového modelářství.

Stejně jako v případě prvních dvou knih „Průvodce světem plastikového modeláře 1 a 2“ máte nyní k dispozici třetí díl zaměřený na bojovou techniku k dispozici v naší obecní knihovně. Věřím, že nejen aktuální díl, ale všechny zmíněné pomohou najít v Líních další zapálené zájemce o plastikové modelářství.

Jakub „Kubrt“ Vilingr
www.modelplac.cz

Původních českých knih zaměřených na současné dění v plastikové modelařině navíc od českých modelářů je aktuálně zase o jednu navíc. Dva poměrně úspěšné tituly s názvem „Průvodce světem plastikového modeláře 1 a 2“ jsou nyní rozšířené o další díl, aktuálně věnovaný stavbě bojové techniky s důrazem na začátečníky. První dva díly, nyní již modelářské série, byly zaměřeny na stavbu plastikových modelů letadel, nicméně popsané základní techniky jsou použitelné bez ohledu na zaměření plastikového modelářství. Knihu opět vydalo pražské nakladatelství IFP Publishing, které se jinak zaměřuje převážně na jachtaře a mořeplavbu.

Publikací pro již zkušené modeláře se na trhu nachází celá řádka, ale zpravidla se jedná o práce zahraničních modelářů, většinou ale bohužel ne v češtině. Ak-



KDE SI NECHAT ZMĚŘIT ZRAK? U lékaře, či v optice?

Pokud bych měla na tuto otázku odpovědět jednou větou, řeknu jednoznačně ve zdravotnickém zařízení. Mezi zdravotnická zařízení, kde Vám pomohou se změřením zraku, patří nejen oční ordinace ale i zdravotnická zařízení v očních optikách. Ale pozor, ne každá optika je zároveň i zdravotnickým zařízením.
Proto si vybírejte pouze optiky takto označené.

Pojďme se na celou záležitost podívat podrobněji.

Mnozí to znají. Špatně vidíte a potřebujete nové nebo silnější brýle. Lékař má však práce nad hlavu, a proto se k němu stejně dříve jak za tři měsíce nedostanete. A tak přemýšlíte, zda si nechat změřit zrak v optice. Pokud máte ve svém okolí optiku, která nabízí měření zraku, ujistěte se, zda jde o zdravotnické zařízení. Pokud ano, pak si můžete si být jisti kvalitní péčí na odpovídající odborné i hygienické úrovni, s odpovídajícím přístrojovým vybavením, neboť každé zdravotnické zařízení (státní či nestátní, ordinace či optika) podléhá dozoru a legislativě ministerstva zdravotnictví. Jinými slovy, pokud navštívíte zdravotnické zařízení v optice, ocitnete se v prostorech podobných oční ordinaci, kde optometrické vyšetření (měření zraku) provádí vysokoškolsky vzdělaný optometrista, který je vzdělaný právě v oboru měření zraku.

Co je součástí běžného měření zraku optometristou?

Měření začíná stejně jako u lékaře anamnézou. Je potřeba si s klientem popovídat o jeho problému i zdravotních komplikacích v minulosti. Poté se přistupuje k měření zraku na přístrojích, s jejichž pomocí se orientačně zjistí dioptrické hodnoty. Nejdůležitější je poslední část měření, kdy se klientovi zkouší definitivní hodnoty dioptrií do brýlí a následují testy na jejich ověření a doladění. Připomeňme ještě, že optometrista navíc vyšetřuje i spolupráci obou očí a případné problémy řeší za použití speciálních skel.

V čem je výhodnější nechat si změřit zrak od optometristy oproti očnímu lékaři?

Pokud netrpíte žádnými zdravotními problémy a chcete si nechat změřit zrak a pak zhotovit brýle nebo kontaktní čočky, je volba navštívit zdravotnické zařízení v optice nejen časovou úsporou, ale také zárukou celkového výsledku. Optometrista si s Vámi promluví o možných způsobech korekce zraku. Zná výhody i nevýhody různých typů brýlí a na základě rozhovoru s Vámi Vám doporučí pro Vás ty nejvhodnější. Změří Vaše dioptrie, společně s Vámi vybere vhodné brýle nebo kontaktní čočky a za celkový výsledek ručí funkčně i esteticky. Případné vzniklé problémy se řeší na jednom místě a zákazník neběhá mezi optikou a lékařem.

Zkuste si měření zraku skutečně užít. S maximální péčí se Vám budeme rádi věnovat ve zdravotnickém zařízení v Optice HB na poliklinice v Nýřanech (II.patro), popřípadě v Optice HB ve Stodě, na pěší zóně. V současné době u nás pracují 2 optometristé a rádi se Vám budou věnovat v těchto dnech:

Optika HB Nýřany, (poliklinika II. patro) Masarykovo nám. 351, tel. 377 930 789
BEZ OBJEDNÁNÍ: po 8:00 – 17:00, út 8:00 – 16:00, st 8:00 – 16:00, pá 8:00 – 15:00
Optika HB Stod, Nádražní 65. Tel. 777 654 159
BEZ OBJEDNÁNÍ: po 9:00 – 18:00, út 9:00 – 17:00, st 9:00 – 17:00, čt 9:00 – 17:00, pá 9:00 – 13:00

Jednoduše přijďte, jsme tu pro Vás a pomůžeme Vám i s kontaktními čočkami.

Kynologický klub Líně-Sulkov

Pohádkový les

Tak jako každý rok i ten letošní byl ve znamení „tvrdých" tréninků a příprav na veřejná vystoupení, kynologické zkoušky a závody.

Členové **Základní kynologické organizace Líně** - Sulkov se zúčastnili se svými psími parťáky a parťačkami v roce 2015 několika závodů, na nichž naši organizaci reprezentovali se ctí. Paní Eva Krajčíová-Šmolíková se s fenou Dartií zúčastnila Mistrovství bílých ovčáků ve Zbraslavi u Brna, kde s přehledem získaly 1. místo a staly se Mistry republiky.

Kromě závodění skládají naši psovodi se svými svěřenci také zkoušky, které jsou vysvědčením a ohodnocením jejich společné práce a píle. Během jara a léta složili pan Pavel Sudzina s Boldem i přes zdravotní komplikace psovoda Zkoušku terénního vyhledávání 1.stupně, Eva Krajčíová-Šmolíková s Dartií složily Zkoušku všestranného výcviku 2.stupně a Zkoušku stopařskou 2.stupně.

Život na cvičáku ale není jen o tvrdém tréninku a sbírání ocenění. Naši členové se pravidelně účastní i akcí pořádaných pro děti a mládež, kde se dělí o své zkušenosti s výcvikem psích kamarádů a provádějí ukázky různých stupňů výcviku z různých oblastí života. Díky panu Pavlu Sudzinovi a neohroženému Boldovi mohli diváci shlédnout při ukázkách práci psa záchranáře ve Zbirohu nebo při oslavách výročí SDH Kaznějov, paní Jana Gaborová s Gutchim a paní Eva Krajčíová-Šmolíková

Pavel a Bold

s Dartií předvedly správné postupy při práci psa obranáře. Tyto ukázky a mnoho dalšího bylo k vidění při **Dni dětí** pořádaném obcemi Líně a Zbůch dne 30.5.2015, kde se kromě již zmíněných předvedli i kynologičtí nováčci s ukázkou základní poslušnosti psa.

Ke konci školního roku pořádala naše organizace dne 4.7.2015 již pátý ročník akce **Z pohádky do pohádky**. Děti měly možnost soutěžit s lidmi z doby kamenné, čaroději, rytíři a jinými pohádkovými bytostmi o sladké odměny a na konci strastiplné cesty je čekalo tradiční opékání buřtů. Největším překvapením byla pro všechny veliká tarantule, za niž byla převlečena naše psí členka Brunny.

Velká gratulace patří panu Pavlu Sudzinovi a jeho parťákovi Boldovi, kteří na podzim úspěšně složili atest mini-

Dara

Ela

sterstva vnitra pro kynology IZS v sutinovém vyhledávání osob a jsou tak jediným takto kvalifikovaným týmem v našem kraji.

Petra Rolníková

Z historie naší obce – ztracený smírčí kříž

V roce 1966 byl v naší obci objeven smírčí kříž. Na kříži byla vysekána písmena "I.R." a dva letopočty 1794 a 1558. Kříž byl 70 cm vysoký a 60 cm široký. Dne 6.6.1966 vyfotil tento kříž pan Karel Tůma. Kříž je zaevidován v seznamu smírčích křížů pod číslem 1323.
Prosíme spoluobčany „starousedlíky" o pomoc. Jakékoliv informace o líňském smírčím kříži a o osobě pana Karla Tůmy nám pomohou v dalším pátrání po historické památce naší obce.

Smírčí kříže

Mezi drobnými památkami v přírodě zaujímají zvláštní postavení kamenné kříže, u nás většinou nazývané smírčími kříži. Jsou zhotoveny z jednoho kusu kamene a jejich podoba odpovídá rozdílné řemeslné dovednosti tvůrce. Někdy jde jen o kameny přizpůsobené několika údery sekáčem do tvaru kříže, jindy prozrazují již vysokou profesionální úroveň práce kameníka. Necelá polovina křížů je opatřena vysekaným obrazcem kříže, nářadí nebo zbraně, nebo krátkým textem a letopočtem.
Smírčí kříž je kamenný kříž postavený nejčastěji na místě, kde se stal hrdelní zločin nebo neštěstí.
Ve středověku bylo možno při trestání provinilců uplatnit systém tzv. smírčího práva, kdy byl provinilci uložen nějaký úkol, kterým odčinil svůj zločin. Takovým úkolem kromě vyrovnání s postiženou rodinou mohlo být i vytesání a vztyčení kamenného kříže na místě, kde byl zločin spáchán.
Podobným symbolem je **křížový kámen**, což je kříž vytesaný do kamene a nemá tudíž klasický „křížový" obrys.
Soudnictví ve středověké západní Evropě vycházelo z křesťanského kanonického práva, založeného na hodnotách duchovních, svědomí a rozumu. Život na naši zemi nám daroval Bůh. A lidský život, byl chápán jako nejvyšší hodnota. Pro spásu lidí, jejich vykoupení od hříchu Ježíš Kristus zemřel na kříži. Vraždou, usmrcením člověka pohrdl jedinec Kristovou výkupnou obětí a darem stvoření. Toto jednání si

vůči živoucímu Bohu žádalo usmíření – potvrdit, že si křesťané váží Vykupitelova kříže. A tak vedle odškodnění pozůstalých byli pachatelé zločinu odsuzováni ke stavbě smírčích křížů.
Křížové kameny byly stavěny také jako upomínka na pohromy, například morové epidemie.

Oznámení

Nově vzniklý Spolek PRO VŠECHNY, z.s.

Oznamujeme založení nového spolku,který nese název Spolek PRO VŠECHNY, z.s..
Založili ho přátelé Sulkova a Líní dne 16. 11. 2015 za účelem pořádání kulturně-společenských a sportovních akcí nejenom pro děti, ale i pro dospělé. Na založení spolku se podíleli někteří bývalí členové spolku Ženy Sulkov, o.s.

Věříme, že díky novému spolku budeme moci vynaložit více úsilí, které povede k ještě lepšímu kulturnímu a společenskému životu obyvatel obce Líně a Sulkova.

Velice rádi uvítáme spolupráci s ostatními spolky obce.

Seznam plánovaných akcí na I. čtvrtletí roku 2016:
20. 02. 2016 OLDIES PÁRTY V RESTAURACI SPARTA NA SULKOVĚ
13. 2. 2016 MASOPUST NA SULKOVĚ
27. 2. 2016 MAŠKARNÍ BÁL PRO DĚTI (pořádají SDČR, z.s. Sulkov a Spolek PRO VŠECHNY,z.s.)
20. 3. 2016 VELIKONOČNÍ DÍLNIČKA PRO DĚTI

Ladislav Kur předseda spolku

Folklór a krásy České republiky

Po letošním čtyřdenním výletě, kdy naši turisté z Klubu českých turistů, obor Líně a ostatní zájemci putovali ve dnech 28. 5. - 31. 5. po Slovácku a byli vesměs spokojeni, připravujeme obdobnou akci pro příští rok.
Letos v prvním dnu navštívili v Petrově areál nejkrásnějších vinných sklepů „plží" na Moravě, Oskorušové muzeum v Tvarožné Lhotě, prošli se po naučné stezce tohoto stromu Slovácka a vystoupali na rozhlednu Travičná, v jejíž atriu si prohlíželi stálou expozici o přírodě a kultuře Chráněné krajinné oblasti Bílé Karpaty. V obci Kněždub navštívili rodný dům bratří Joži a Franty Úprků, kteří společně s malířem Antošem Frolkou svými pracemi proslavili folklor Slovácka. Všichni jsou pochováni na místním hřbitově „Slováckém Slavíně", a proto jej nemohli vynechat.
Druhý den navštívili v údajném rodišti J. A. Komenského v obci Nivnice jeho vychovatelskou knihovnu, Sedlckou chalupu a rozhlednu u kaple Nejsvětější Trojice. Pak putovali z Mikulčina vrchu, přes rozhlednu Velký Lopeník do obce Lopeník, navštívili zámek Nový Světlov nad Bojkovicemi, zašli do Vlčnovských búd – památce UNESCO, k rozhledně Hraběcí a ve vesnici Vlčnov, perle Slovácka si prohlédli unikátní Muzeum lidových pálenic. Poslední zastavení druhého dne bylo v Hlucké tvrzi a následovalo večerní posezení s malérečkou kraslic Marií Čihákovou z Blatnice pod Svatým Antonínkem. Zde měli možnost si sami ozdobit kraslice a nakoupit ty blatnické pro nostalgickou vzpomínku.
Třetí den po návštěvě hradu Buchlov se prošli okolo kaple Svaté Barbory do Buchlovic, pak navštívili Muzeum Tupeské keramiky s dílnou majolikové keramiky a prodejnou, kde si mohli její výrobky zakoupit. Dále si prohlédli poutní areál ve Velehradu a navštívili zdejší baziliku Nanebevzetí Panny Marie a sv. Cyrila a Metoděje. Následně navštívili hlavní budovu Slováckého muzea v Uherském Hradišti a den zakončili v obci Popovice návštěvou Potomákova muzea lidových krojů.
Poslední čtvrtý den je čekal bonbonek celé akce: celodenní program JÍZDY KRÁLŮ ve Vlčnově, zapsané do Reprezentativního seznamu nehmotného kulturního dědictví lidstva UNESCO.

xxxxx

Na závěr obdrželi účastníci zájezdu pamětní list, který jim svým zpracováním bude připomínat navštívený region Slovácko, jedinečný pro svůj folklor, který na něm připomínají pestrobarevné ornamenty a bohatý kroj z Dolňácka – Hluku u Vlčnova.
Pro rok 2016 připravujeme opět čtyřdenní výlet ZA FOLKLOREM A KRÁSAMI ČESKÉ REPUBLIKY, v termínu 11. 8. - 14. 8., tentokrát na Valašsko. Účastníci v prvním dnu navštíví Svatý Hostýn, jeho muzeum v Jurkovičově sále a projdou se v okolí po křížové cestě a k rozhledně. Ve Valašském Meziříčí si prohlédnou gobelínovou manufakturu a galerii a v Rožnově pod Radhoštěm Valašské muzeum v přírodě. První den ukončí návštěvou Pusteven a procházkou k soše Radegasta, ty zdatnější i k Radhošti. Druhý den postupně navštíví ve Vizovicích Distillery Land – exkurzní a návštěvnické centrum společnosti Rudolf Jelínek a.s., rozhlednu Doubrava, Muzeum řemesel jižního Valašska v Drnovicích, Národní kulturní památník Ploštinu, Městské muzeum ve Valašských Kloboukách, hrad Brumov, betlém v Horní Lidči a den ukončí ve Velkých Karlovicích návštěvou muzea a kostela. Ve třetím dnu zhlédnou celodenní program folklorního festivalu „Léto na Soláni" – hlavní motiv čtyřdenního výletu. Ve čtvrtém dnu cestou domů navštíví v Lešné historické interiéry zámku a ZOO Zlín.
Tak co, máte zájem s námi poznávat folklor a krásy Valašska? Tak neváhejte a pište si o program akce na adresu: Václav Straka V Sídlišti 355, 330 22 Zbůch (přiložte obálku s vaší adresou a s 13 Kč poštovní známkou) a nebo na e-mail: kctline@seznam.cz

Václav Straka
vedoucí zájezdu

Podzim v klubu důchodců

V září zahajuje divadlo každoročně novou sezonu a náš Svaz důchodců Sulkov-Líně začíná také po dvouměsíční pauze svou činnost. Letos divadelně. 18.září jedeme do Nového divadla na muzikál A. L. Webbera a T. S. Eliota Kočky. Konečně jsme se dočkali! Loňské představení nám bylo zrušeno vzhledem k problémům s nefunkční jevištní technikou. Nedopadne to letos také stejně? Kdepak, představení vynikající – nádherné kostýmy, hudba známá z častého uvádění v rozhlase. Kočky od roku 1981 objely svět a všude sklízely úspěch. Kdo ty skutečné kočky nemusí, toho si ty na jevišti určitě získaly. Grizabella v podání Stáni Topinkové-Fořtové, Múz Míry Grisy, Bomba-Baleríny Karolíny Gudasové a další kočky a kocouři nadchly. Takže start se vydařil.

5. října jsme se sešli na členské schůzi ve Spartě na Sulkově na oslavu Dne seniorů. Tentokrát začínáme dřív, abychom stihli vyřídit organizační záležitosti. Předsedkyně připomíná akce, které nás čekají, a nabízí možnost dalším zájemcům, aby se přihlásili. Přivítala dvě nové členky, takže je nás hodně přes 80. V 15 00 začíná hlavní část programu. Přichází pan Žákovec se svou zpěvačkou. Pochopitelně byli oba nadšeně přivítáni. Počáteční rozpaky za chvíli zmizely a parket se zaplnil tanečnicemi i tanečníky. Sedící u stolu se přidávali a zpívali společně s účinkujícími.

Na 13. gerontologický den 23.10. v plzeňské Besedě jely tyto zástupkyně z naší organizace: paní Brandnerová, Mentbergerová, Holá, Hrabačková, Kašparová, Jindřichová, Bulínová. Jako vždy jsou přítomni zástupci města – primátor Martin Zrzavecký, Mgr. A. Hynková, MBA, vedoucí odboru sociálních služeb, z Lékařské fakulty UK v Plzni doc. MUDr. L. Čeledová, Ph.D. Všichni ocenili aktivitu seniorů, seznámili nás s možnostmi, které nabízí stát i město pro kvalitnější život starší generace. Nejvíc nás zajímaly přednášky. Ta první o racionálním užívání léků a upozornění, s čím léky nelze kombinovat. Věděli jste, proč užívat léky rozložené 3 x 1 denně a ne 3 najednou? Rozložení dávky zajistí udržení určité hladiny léku v organizmu a tím jeho léčivou účinnost. Proč se potahované tablety nesmí dělit? Potahování zaručí, že tableta dojde až do dvanácterníku, kde se vstřebává a působí léčivě. Další téma se týkalo psychiky seniorů, psychických poruch, dozvěděli jsme se o příznacích Alzheimerovy choroby, jak řešit deprese a nespavost. Lékař ze Zdravotní záchranné služby Plzeňského kraje informoval o nejnovějších zásadách poskytování první pomoci. A pak jsme slyšeli o léčbě vysokého krevního tlaku, o osteoporóze, což se nás přítomných úzce dotýkalo, a i když byla doba pokročilá, sledovali jsme přednášející se zájmem.

Stárnutí je proces, který se dotýká nás všech, nelze jej zastavit, jen zmírnit jeho dopady. O to se také snažíme při našich aktivitách. Byly zakoupeny vstupenky do bazénu na Slovanech, v bazénu na Lochotíně jsme si 31.10. při hodině aqua aerobiku s příjemnou cvičitelkou za doprovodu rytmické hudby protáhli ztuhlá těla. Bohužel je o tyto aktivity malý zájem. Že by to bylo jen nevhodnou dobou (sobota 11- 13 00)? Středeční kondiční cvičení vedené paní J. Kracíkovou by také mohlo navštěvovat víc našich členek a členů. Řečeno dnešní mluvou – je to pro všechny výzva, tak proč ji nepřijmout?

9.11. se scházíme na členské schůzi. Je nutno probrat některé organizační záležitosti, blíží se zájezd do Regensburgu 3.12. na vánoční trhy a hlavně komentovanou prohlídku města, které bylo tak důležité v historii naší země. Znovu se zjišťují zájemci o týdenní pobyt v Sezimově Ústí. Probíhá příprava na besídku pro děti na Mikuláše a rozloučení s letošním rokem. Po vyřízení formalit nás čeká zpívaná při harmonice, z Plzně přijel pan Míka a každému zahrál písničku na přání. Bylo veselo, a i když někteří odcházeli dřív, zpívali jsme z plných plic. Připravenou přednášku o bylinkách a jejich účincích jsme nevyslechli, takže až příště.

T. G. Masaryk řekl, že lidé stárnou z pohodlnosti, nechtějí nic dělat. Určitě to neplatí o většině dnešních seniorů, což dokazují nejen akce našeho Svazu důchodců Sulkov – Líně, ale i další aktivity, do nichž se nejen v TOTEMu zapojují.

Milena Bulínová
Svaz důchodců Sulkov – Líně

Gerontologický den

Oslava dne seniorů

Místní knihovna Líně – Představuje nové knihy v knihovně

DOSPĚLÍ

BUNC, PŘÍVRATSKÝ, VILINGR
PRŮVODCE SVĚTEM PLASTIKOVÉHO MODELÁŘE 3: BOJOVÁ TECHNIKA: TANKY

DEAVER, Jeffery
ZAPADÁKOV

ADLER-OLSEN, Jussi
NESMÍRNÝ

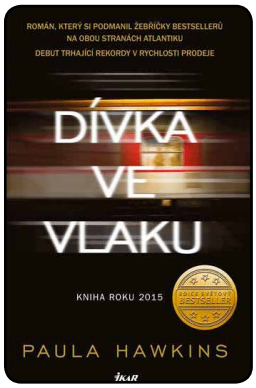
NESBO, Jo
SYN

VONDRUŠKA, Vlastimil
TAJEMSTVÍ ABATYŠE Z ASSISI

MOYES, Jojo
DÍVKA, JIŽ JSI TU ZANECHAL

GRISHAM, John
GRAYOVA HORA

HAWKINS, Paula
DÍVKA VE VLAKU



KELEOVÁ-VASILKOVÁ, Táňa
CO TO BUDE?

NESBO, Jo
PŮLNOČNÍ SLUNCE: KREV NA SNĚHU 2.

MARTÍNEK, Antonín
ŽIVOT POD KŘÍDLY 5. STÍHACÍHO LETECKÉHO PLUKU

DI FULVIO, Luca
CHLAPEC, KTERÝ ROZDÁVAL SNY

MORIARTY, Liane
SEDMILHÁŘKY: I MALÁ LEŽ MŮŽE MÍT VELKÉ NÁSLEDKY ...

KONDO, Marie
ZÁZRAČNÝ ÚKLID: POŘÁDEK JEDNOU PROVŽDY

FUHRMAN, Joel
SKONCUJTE S CUKROVKOU: VĚDECKY OVĚŘENÁ METODA PRO PREVENCI A ÚPLNÉ VYLÉČENÍ

ČERNOCKÁ, Petra
CO MĚ MAMINKY (NE)NAUČILY

GLUCHOVSKIJ, Dmitrij Aleksejevič
BUDOUCNOST

GRIMMICHOVÁ, Alena Isabella
VÝTVARNÉ VÁNOCE: DÁRKY, DEKORACE, OZDOBY STYLOVĚ A ZÁBAVNĚ

KUBÁTOVÁ, Táňa
ŠTĚPÁNKA

SLAHI, Mohamedou Ould
DENÍK Z GUANTÁNAMA

HAY, Louise L.
SÍLA JE VE VÁS

LAGERCRANTZ, David
DÍVKA V PAVOUČÍ SÍTI

LARK, Sarah
OSTROV RUDÝCH MANGROVNÍKŮ

KLENKOVÁ, Jiřina
LOGOPEDIE

GLOCKNER, David
CÍSAŘŮV PREZIDENT: TAJEMSTVÍ RODINY TOMÁŠE GARRIGUA MASARYKA

JAKOUBKOVÁ, Alena
DOBRÝ MANŽEL ... KTERÝ NEMLSÁ

STEEL, Danielle
PEGAS

ENGER, Thomas
INSTINKT DRAVCE

SCHEUNEMANN, Frauke
Z POHLEDU JEZEVČÍKA

MLÁDEŽ

PARACHINI-DENY, Juliette
KRÁLOVSTVÍ PONÍKŮ. BLÁZNIVÉ ZÁVODY

BREZINA, Thomas
KLUB TYGRŮ. MAMUTÍ JESKYNĚ

KONĚ: VÝVOJ, PLEMENA, CHOV, DOSTIHY, JEZDECTVÍ

DAVID, Erica
ANNA & ELSA: SLÁVA NAŠÍ KRÁLOVNĚ

HAWKINS, Sarah
UZDRAVENÝ PONÍK

KŠAJTOVÁ, Marie
MATÝSEK A MAJDALENKA: KOUZELNÉ ČTENÍ PRO NEJMENŠÍ

PRUSSE, Daniela
BAGRY, TRAKTORY A POPELÁŘSKÉ VOZY: MOJE VELKÁ KNIHA VOZIDEL

DAVIES, Kate
ZAPOMENUTÉ JEHŇÁTKO

SPONGEBOB V KALHOTÁCH. TAJEMSTVÍ ATLANTIDY

ROMANO, Pasqual
NEJVĚTŠÍ KNIHA KOUZEL: PRO DĚTI OD 6 LET

PETŘÍČKOVÁ, Renata
S BLBOUNEM ZA VELKÝM DOBRODRUŽSTVÍM

PART, Michael
CRISTIANO RONALDO: CESTA NA VRCHOL

GOWEN, Fiona
HRAVÁ VÝTVARKA PRO MALÉ ŠIKULY

CAST, P. C.
ŠKOLA NOCI 12. VYKOUPENÁ

Ilona Nekolová
knihovnice

Podzimní a zimní akce spolku Ženy Sulkov

10. 10. 2015 jsme uspořádali zájezd pro dospěláky, tentokrát jsme vsadili na již osvědčený zájezd z minulých let a vyrazili jsme do Světců do jízdárny- její rekonstrukce opět pokročila a průvodce nás zavedl i na půdu. Byl to opravdu zážitek.
Potom jsme si prohlédli pivovar v Chodové Plané a na dobrý oběd se vydali do restaurace Ve skále. Po obědě nás čekaly Sibyliny lázně v Německu- tady jsme si užili dvouhodinový relax v bazénech s různými tryskami, vířivkami, zacvičili jsme si v bazénu, navštívili jsme několikrát páru-suprové zakončení celého dne.

24. 10. 2015
V předvečer dušiček a lampionového průvodu jsme pro děti opět připravili již tradiční dýňování ve Spartě. Pod rukama spíš rodičů než dětí vznikala přenádherná dýňová strašidýlka, která si děti podle sebe dozdobily různými větvičkami, bobulkami či lístečky.
Určitě všem dělaly vydlabané dýně doma velkou parádu.

28. 10. 2015
V tento slavnostní den se konal tradiční lampionový průvod. Tentokrát se naše průvody ze Sulkova a Líní sešly uprostřed chodníku, který byl opět krásně osvětlen skleněnými lampičkami, a společně jsme došli na koupaliště. Tam čekaly na děti buřtíky a na nás všechny hudební vystoupení „Majkl bendu" a samozřejmě nechyběl svařáček pro zahřátí.
Ve ¾ na sedm byl odpálen ohňostroj i s hudebním podkreslením. Nádhera!! Velké poděkování patří Obecnímu úřadu za zajištění celé akce.

29. 11. 2015
Nastala první adventní neděle a na sulkovském dětském hřišti vyrostl opět vánoční strom.
Dětičky ze školky a školy měly připravené svoje vánoční dekorace ve stáncích, v restauraci U Vacků byla opět prodejní vánoční výstava výrobků pana řezbáře Dvořáka, vánočních dekorací paní Kafkové a paní Hanauerové.
V našem vánočním stánku nechyběl svařáček, čaj pro děti a k zakousnutí vánočka. S „Majkl bendem" a dětmi jsme si zazpívali vánoční koledy.
Samozřejmě jsme nezapomněli ani na sbírku pro dětičky z dětského domova v Trnové. Vybrali jsme celkem 4000 a ještě přidáme jako vždycky výtěžek ze svařáčku a dětičkám nakoupíme opět spoustu kreativních potřeb z papírnictví .
Všem, kteří přispěli mockrát děkujeme
Všem přejeme klidné a spokojené vánoční svátky plné lásky, klidu a porozumění.

Za Ženy Sulkov Jana Vizvárioová

Vyřezávané dýně

Světce

Barevný podzim v líňské škole

V měsíci říjnu vyhlásil první stupeň zdejší školy akci „Vyrob spolu s rodiči Podzimníčka".
Děti se s radostí pustily do výroby skřítků. Vznikla nádherná, nápaditá a originální díla, která byla vystavena na zahradě prvního stupně. K výrobě byly využity všemožné přírodniny a plody podzimu. Někteří skřítci dokonce dětem ráno posvítili na cestu do školy.
Podzimníček se všem velice povedl. Děkujeme rodičům za spolupráci. Jsme rádi, že jste strávili s vašimi dětmi příjemné chvilky při tvořivé činnosti a doufáme, že jste si sychravý podzimní čas zpříjemnili.

Plán turistických akcí O KČT Líně 2015

25.12. VÁNOČNÍ POCHOD v Líních — pěší turistika

pá 28. ročník, pořádá O KČT Líně

trasa: 10 km – mapa KČT č. 31
start: u Hasičárny v Líních od 13:00 do 13:30 hod.
cíl: u Mateřské školky v Líních do 15:30 hod.
info: Karel Lukáš mobil 732 484 976, e-mail: kctline@seznam.cz

LEDEN

17.1. ČLENSKÁ SCHŮZE KLUBU ČESKÝCH TURISTŮ, ODBOR LÍNĚ

Ne Místo konání: Líně, Obecní dům, Hornická ulice od 15:30 hodin
Vybírání členských příspěvků a platby (2 500 Kč) nebo zálohy (1 250 Kč) na turistickou akci s podporou autobusové dopravy Folklor a krásy ČR – 2 (Valašsko) od 14:30 hodin
Po skončení schůze krátká přednáška s promítáním Ing. Petra Vlčka Černá Hora – Kosovo – Albánie

ÚNOR

13.2. ČTYŘI ROČNÍ OBDOBÍ – ZIMA — pěší turistika

So Nový cyklus turistických akcí Václava Straky
Místo konání: Jihočeský kraj, okres Prachatice

Trasa: 17 km - mapa KČT č.69
Zajímavosti na trase: Lčovice - zámek, keltské hradiště Věnec, Královecký mezník, Mářský vrch, Smrčná – tvrz, Bohumilický meteorit
Dopravní spojení: tam – bus: Líně 5:00 – Plzeň, CAN 5:20, vlak: Plzeň hl.n. 6:02 – Strakonice př.7:06, odj.7:09 – Lčovice 7:45 hod.; zpět – vlak: Bohumilice v Čechách, zastávka 15:59 - Strakonice př. 16:47, odj. 16:53 – Plzeň, hl.n. 17:57, bus: Plzeň, CAN 19:15 – Líně 19:33 hod.
Přihlášky se zálohou 100 Kč do 17.1. 2015
Informace a přihlášky: Václav Straka mobil 721 443 671, e-mail: kctline@seznam.cz

20.2. HORNOBĚLSKÁ TŘICÍTKA — pěší turistika

So 38. Ročník turistického pochodu, pořádá Sokol Horní Bělá
Turistická akce s podporou autobusu

Trasy: 10, 20, 35 km - mapa KČT č. 30 a 31
Odjezd busu: Líně 7:00* Sulkov 7:05* Plzeň, Husova - zast. MHD u ČNB 7:15*
Plzeň- Lochotín, pivnice U Komína 7:25 hod.
Přihlášky do 13.2. 2016 * Cena za dopravu 100 Kč
Informace a přihlášky: Karel Lukáš mobil 732 484 976 * e-mail: kctline@seznam.cz

27.2. KOUZLO ZIMNÍHO LESA — pěší turistika

So 17. ročník turistického pochodu Klubu českých turistů, odbor Líně

Trasy: 12, 18, 20, 26 km - mapa KČT č. 31
Start: Plešnice, ŽST - pro trasu 12 a 18 km 9:30 - 9:50 hod.
Pňovany, ŽST - pro trasu 20 a 26 km 9:35 - 9:55 hod.
Průchozí cíl a cíl pro trasy 12 a 20 km: Tlučná, restaurace Na schůdkách 11:30 - 16:00 hod.
Cíl pro trasy 18 a 26 km: Plzeň – Nová Hospoda, konečná MHD

**Informace: Jana Horská a Oldřich Horský, Hornická 405, 330 21 Tlučná,
tel. 371 135 948, mobil 790 200 433, e-mail: kctline@seznam.cz**

Léčivé účinky ženšenu

Panax ginseng, který se v Číně, Koreji a Japonsku používá k léčebným účelům již po tisíciletí, je znám jako adaptogen a regenerační tonikum, široce používané v tradiční čínské medicíně (TCM) i západních bylinných přípravcích.
V první řadě je třeba zmínit, že existuje mnoho druhů Panax, což vede v literatuře k určitým zmatkům. Nejrozsáhleji však byly prozkoumány a nejvíce se používají dva druhy, **Panax ginseng (znám též, jako „čínský" či „korejský" ženšen) a Panax quinquefolius**, jinak známý jako americký ženšen.
Další botanický druh se sice běžně nazývá sibiřský ženšen (Eleutherococcus senticosus), nejedná se ale o pravý ženšen, ale o blízce příbuznou rostlinu, která se v typickém případě využívá jinak než čínský, korejský nebo americký ženšen.

Na co se ženšen tradičně používá?
V dnešní době se ženšen široce používá ke zvýšení energie (působí proti únavě, ač neobsahuje kofein). Zlepšuje pocit tělesné i duševní pohody a životní síly a zvyšuje jak duševní, tak fyzickou výkonnost. Ženšen lze používat jako pomoc při erektilní dysfunkci (podporuje libido a sexuální výkonnost). Používá se též při symptomech spojených s menopauzou.
Panax ginseng posiluje srdce a nervovou soustavu. Buduje celkovou duševní i fyzickou vitalitu a odolnost proti nemocem tím, že posiluje a stimuluje žlázy s vnitřní sekrecí, které řídí všechny základní fyziologické procesy včetně metabolismu vitamínů a minerálních látek.
Sovětští výzkumníci uvádějí, že ženšen normalizuje hladinu arteriálního tlaku a je účinný při léčbě jak vysokého, tak nízkého krevního tlaku (výzkum1954-1969). Ukázalo se také, že ženšen snižuje hladinu stresu u mužů i u žen.
Lidé, kteří užívají ženšen pravidelně, jsou schopni snášet vyšší fyzickou i emocionální zátěž.

Co obsahuje a jak působí?
Kořen asijského ženšenu obsahuje triterpenové glykosidy neboli „saponiny", společně označované jako „ginsenosidy". Tyto steroidům podobné sloučeniny poskytují adaptogenní vlastnosti, které napomáhají uvedení těla do rovnováhy v závislosti na tom, co daný jedinec potřebuje (například na jedné straně má schopnost snížit vysoký krevní tlak, na druhé straně zvyšuje nízký krevní tlak) a působí proti účinkům stresu. Stimulují také aktivitu přirozených zabíječů (natural killer cells) a chrání nervovou tkáň.
Ve všech částech této rostliny se nachází mnoho aktivních látek včetně aminokyselin, alkaloidů, fenolů, proteinů, polypeptidů a vitamínů B1 a B2. Dále obsahuje vitamín A, B6 a zinek, které napomáhají tvorbě hormonů brzlíku, nezbytných pro fungování obranného systému.
Pomocí tenkovrstvé chromatografie (TLC) a experimentální extrakce do metanolu bylo identifikováno až 40 různých ginsenosidů, které jsou pokládány za odpovědné za léčivé vlastnosti této byliny.
Asijský ženšen má **„ohřevné"**, zatímco americký ženšen **„ochlazující"** účinky.
Východní medicína ženšen pokládá za nezbytnou součást svých předpisů a pohlíží na něj jako na preventivní i léčebný prostředek.

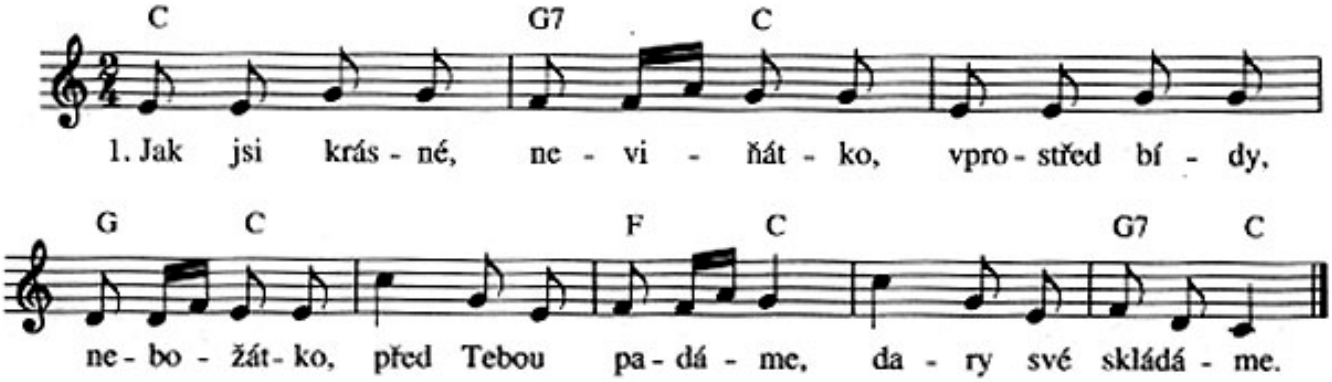
Používané části:
Celý kořen (zralost pro sklizeň trvá 4-6let). Kořeny se suší a používají k výrobě tablet nebo kapslí, extraktů a čajů stejně jako krémů, nebo jiných přípravků pro zevní použití.

Dokonce i když nejste nemocní, ženšen vám může pomoci zlepšit vitalitu, zvýšit hladinu energie a celkově podpořit vaše zdraví.

Druhy ženšenu
- **Panax ginseng** (znám též, jako „čínský ženšen", či „korejský ženšen")
- **Panax quinquefolius** (znám též, jako „americký ženšen")
- **Eleutherococcus senticosus** (znám též, jako „sibiřský ženšen")
- **Čínský ženšen versus americký ženšen**
- **Divoký ženšen, nebo uměle pěstovaný**

Milena Voráčková
/použito z informačního serveru zdraví/

Jak jsi krásné neviňátko



1. Jak jsi krásné neviňátko, vprostřed bídy, nebožátko,
   F C G7 C
   před Tebou padáme, dary své skládáme.

2. Já ti nesu dvě kožičky, by zahřály tvé údíčky;
   já zas trochu mlíčka, by kvetly tvá líčka.

3. Já ti nesu veselého beránka ze stáda svého;
   s ním si móžeš hráti, libě žertovati.

4. A co my ti, nuzní, dáme, darovati co nemáme;
   my ti zadudáme, písně zazpíváme.

5. Pastuškové mu dudajú, zvuky dud sa rozléhajú,
   slavně dudy dujú, všeci prozpévujú.

6. Měj se dobře, Jezulátko, přespanilé pacholátko!
   S tebú sa lúčíme, Bohu porúčíme.

Krásné vánoce prožité se svými nejbližšími a šťastný Nový rok 2016 plný lásky a bezpečí přeje Všem redakční rada.

NOVINY pro obyvatele Líní a Sulkova / obecní čtvrtletník
Číslo 4. Ročník 9. Vychází 15. 12. 2015

Noviny pro obyvatele Líní a Sulkova vydává Obec Líně, Plzeňská 145, 330 21 Líně, IČO: 00258059 pod evid. č. MK ČR E 17587
Šéfredaktorka: Milena Voráčková, redakční tým: Bc. Michal Gotthart, Bohumír Landrgott
Kontakt: Obecní úřad Líně, tel. 377 911 234, 377 911 334, fax.: 377 911 234, email: zpravline@seznam.cz
Cena výtisku: ZDARMA Počet výtisků 300 ks