

pro Hodkovice n. M., Mnichovo Hradiště, Turnov, Železný Brod, Semily, Sobotka, Jičín, Lomnice n. P., Bakov n. Jizerou a jejich spádové obce

Vaše pohodové rádio

Radio Contact
FM 101,4



www.rcl.cz

PETRA JANŮ & AMSTERDAM



20. 8. 2020 od 20 hod.

Sedmihorky u Turnova

www.sedmihorsketeleto.cz



GALERIE DETESK

GLASSMATES – výstava tvorby předních sklářských výtvarníků Jaromíra Rybáka a Jana Štohanzla potrvá do **6. 9.**

PRŮMYSLOVÝ DESIGN – průřez dílem významného sklářského designéra Miloše Janků mohou návštěvníci shlédnout od **11. 9.**



MUZEUM A GALERIE DETESK

Detesk

Náměstí 3. května, Železný Brod - denně 9.00 – 17.00 h

ŠKODA MUZEUM

PROGRAM KULTURNÍCH AKCÍ



8. 9. | CESTA NA VRCHOL (1925–1945)

Přednáška k jubileu 125 let historie automobilky ŠKODA AUTO, přednáší Jan Tuček, vstup zdarma.

22. 9. | CELENIA & JAKUB ZOMER QUARTET

Úvodní koncert tematického cyklu Latin & Jazz. stolové uspořádání, vstupné 300,- Kč

29. 9. | ZA NOVÝM VOZEM (1945–1964)

Přednáška k jubileu 125 let historie automobilky ŠKODA AUTO, přednáší Jan Tuček, vstup zdarma.

30. 9. | VLADIMÍR MIŠÍK & ETC

Koncert k sezení na tribuně, vstupné 450,- Kč. Držitelé ZTP 50% sleva.

1. 10. | DIVADLO TITANS: ZNOVU A LÍP

Svěží komedie o lásce, manželství a přehodnocování. Vstupné v předprodeji 390,- Kč, na místě 450,- Kč.

Předprodej vstupenek na pokladně ŠKODA Muzea denně od 9:00 do 17:00 a v síti Ticketmaster. Změna programu vyhrazena!

ŠKODA Muzeum, tř. Václava Klementa 294, Mladá Boleslav, tel.: +420 326 832 038, e-mail: muzeum@skoda-auto.cz, muzeum.skoda-auto.cz.

MUZEUM DETESK

Sbírka uměleckého skla a figurek se během první poloviny letošního roku opět rozrostla.

FIRMNÍ PRODEJNY SKLÁRNY DETESK V ŽELEZNÉM BRODĚ A LIBERECI

Široká nabídka originálních dárků včetně láhví plněných alkoholem.

VINOTÉKA DETESK

Z oblastí Itálie a Francie, do kterých společnost DETESK s.r.o. vyváží dárkové láhve pro plnění alkoholem, na splátku importuje vynikající červená i bílá vína. Ta pochází od drobných, dlouhodobě prověřených výrobců, kteří nemají možnost své mnohdy špičkové produkty exportovat vlastními silami.



DŘEVĚNÉ BRIKETY

Ekologické palivo s vysokou výhřevností



PRO TEPO DOMOVA



výrobní Soběslavice 20

LETNÍ CENY!

tel.: 485 177 351, 602 351 158, brd@drevenebrikety.cz

www.drevenebrikety.cz

INZERUJTE S NÁMI

až **55 000**
VÝTIŠKŮ/měsíc
ZDARMA DO SCHRÁNEK

PŘES **150 000**
ČTENÁŘŮ KAŽDÉHO
VYDÁNÍ



**NEJEFEKTIVNĚJŠÍ
PROPAGACE
V REGIONU!**

INZERCE:
ZAMĚSTNAECÍKÝCH
POZIC • SLUŽEB
E-SHOPŮ • FIREM
OBCHODŮ
KULTURNÍCH AKCÍ
a mnoho dalšího....

4TET
KONCERT VERZE V.

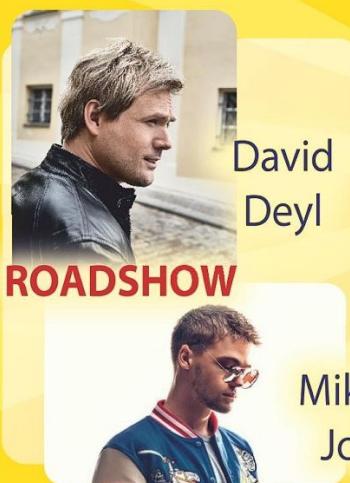


27. 8. 2020 od 20 hod.

Sedmihorky u Turnova
www.sedmihorskaleto.cz



Radio Contact - léto plné zážitků!



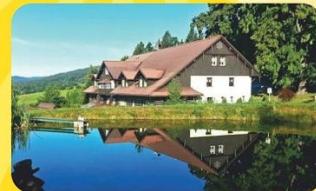
David
Deyl

ROADSHOW



Mikolas
Josef

Radio Contact
FM 101,4



letní soutěže
o skvělé zážitky
a pobytu

Poslouchejte, vyhrajte a bavte se s námi

Výrobce dekoračního a technického skla nabízí ve svých železnobrodských provozech k obsazení následující pracovní pozice:

Obsluha sklářských soustruhů

Foukač technického skla

Pracovník oddělení zušlechťování skla

Provozní manipulant/manipulantka

Pracovník údržby a správy budov

Pracovník dřevovýroby



Detesk®

Více informací získáte od odborných pracovníků společnosti při nezávazné návštěvě. Domluvte si schůzku elektronicky nebo osobně s využitím níže uvedených možností.

DETESK s.r.o.
Příkrá 401
Železný Brod

Kontakt:
jitka.vavrova@detesk.cz
483 389 825

www.detesk.cz

NÁBYTEK
Jamall
v bydlení jsme doma



AMELIA

š*v*h: 252*90/96*185 cm,

plocha pro spaní: 126*190 cm, výška sedu: 45 cm

19 990,-

(cena pro látky LARS 27, 82, 92)

SEMILY

Jiráskova 519

tel.: 608 073 379

semily@jamall.cz

www.jamall.cz

ONDŘEJ DLABOLA: „Největší kouzlo je v ovoci vypěstovaném a zpracovaném u nás“

NOVÁ MOŠTÁRNA A PALÍRNA DLABKA VE SVIJANSKÉM ÚJEZDU PRÁVĚ OTEVŘELA!



V červencovém vydání jsme s Ondřejem Dlabou rozmlouvali nejen o palírně a moštárně Dlabka ve Svijanském Újezdu, ale také o kráse přírody, přírodním zemědělství, které dává smysl, nebo o stromech a vodě. Protože se do velmi zajímavého rozhovoru nevešlo vše, druhou část přinášíme právě v tomto vydání. Než se začte, je nutno připomenout, že moštárna a palírna Dlabka je nová, čerstvě zkolaudovaná a otevřená zákazníkům. A každý, kdo přemýšlí co se svou úrodou, aby nezůstala bez užitku popadaná pod stromy, rozhodně by měl zbystrit. Kromě toho vás v závěru rozhovoru čeká druhá část soutěže o atraktivní ceny od firmy Dlabka.

Když jsme spolu mluvili v červenci, chystali jste se na otevření. Jak se vše podařilo? Vcelku dobře. Otevřeli jsme, provoz spustili na začátku srpna a už přijímáme ovoce a kvas na pěstitelské pálení. Testovací provoz dopadl nad očekávání a vyplálená višňovice je lahodná. Teď bude rok ležet a vydychávat, a pak teprve bude připravena k pití. Kolem 18. srpna už začneme i moštovat. To znamená, že zájemci už v době vydání novin mohou přijet a nechat si vymoštovat své ovoce.

Kolaudace proběhla v sobotu 8. srpna... Ano, byla to taková menší kolaudace pro obyvatele ze Svijanského Újezdu, abychom utužili společné vřelé vztahy. Přišlo i pár lidí z Turnova, kteří se podíleli na stavbě palírny. Kolaudace se podařila náramně. Kamarád kuchař předvedl své umění, připravili jsme pohoštění v podobě trhaného vepřového v bagetkách, studenou polévku gazpacho, ovocné špízy, kanapky... Věřím, že se příchozím líbilo i chutnalo.

Nutno vyzvednout, že se v rámci pěstování ve vašich sadech věnujete ekologickým přístupům.

Co si pod tím máme představit? Ano, ekologický přístup mi dává smysl. Jsou to jednoduché principy, které fungují. Například sekáme trávu jen jednou za rok, výlisky z jablek vracíme zpátky do sadu, používáme ekologické postříky a tak dále. Zemědělství je pro mě i péči o krajinu, a pokud je to udržitelné zemědělství, pak je to o to hezčí. Fungovat v souladu s přírodou je mi blízké.



Zůstaňme chvíli u přírody. Umíte krásně vyprávět o stromech – co udělat pro to, aby dobře plodily... My sázíme vysokokmenné stromy ve sponu 10 x 10 m. Každý strom má tedy dostatek prostoru a bude mít i dostatek světla pro produkci kvalitního ovoce. Po vysazení je velmi důležitá péče o strom a správný řez v prvních letech života. Pokud se o to pěstitel postará, má v dalších letech výrazně zjednodušený život. Stromek má geneticky dáno, jak bude růst, a vy do něj zasahujete pouze nezbytně nutně. Důležitý je šetrný řez, který nám zajistí dostatečnou úrodu a kvalitu ovoce, a stromu pak dlouhou věkost.

Velké téma je také hubení plevele, pro mnoho lidí úhlavní nepřítel... Ano, ve změně myšlení tímto směrem nás čeká ještě hodně práce. Pamelišky, sedmikrásky a mnoho dalších rostlin, které „nám vadí v golfových trávnících“ jsou velmi důležité. A mnoho lidí si to neuvedomuje. Pokud vyhubíme život na povrchu, přestane fungovat

i ten pod povrchem - běžně funguje symbioza, kdy mikroorganismy vytváří humus a minerální prvky, které si strom pak bere. Nejsou to jen žízly a brouci, ale i mikroskopický život, který vůbec nevidíme. Šetrným zemědělstvím se snažíme vrátit rovnováhu půdě a přírode.

Pojďme k tomu, co chystáte pro vaše zákazníky. Kromě moštování a pěstitelského pálení budeme prodávat i mošt z našich jablek. Novinkou i pro nás jsou sedimentační nádrže. Když si zákazník bude přát mošt částečně nebo úplně odkalit, tak je to možné.

Jak je to s moštováním u vás? Minimální množství ovoce na moštování i pálení je vždy 100 kg. Pokud někdo přiveze méně, lze mu po domluvě dát podíl a moštovat s naším ovozem, nebo spojit s někým dalším. Určitě je dobré si předem zavolat a domluvit se individuálně na termínu. V tuto chvíli totiž zatím neumím říci, zda budou určené moštovací dny, nebo zda to bude celý týden. Budeme reagovat na počátku a zájem.

A pokud budeme chtít vypálit vlastní pálenku? Pak jsou dvě možnosti – buď přiveze hotový kvas a my vám ho vypálíme. Můžete být u samotného procesu

a sledovat, jak z vašeho ovoce vzniká lahodný voňavý mošt. Druhou možností pak je přivézt kvalitní vyzrálé ovoce, které má dostatečné množství cukru, a my pro vás kvas založíme, budeme o něho v průběhu pečovat a následně vám vypálíme vás ovocný destilát. I v tomto případě je žádoucí předem zavolat a individuálně se domluvit. Potřebné množství ovoce či kvasu na pálení je opět 100 kg. V případě menšího množství pak musíme ovoce s vaším souhlasem sloučit s ovozem jiného pěstitele.

U pálení ještě chvíli zůstaňme. Určitě je zajímavé, že si můžeme z vlastního ovoce nechat vypálit a naláhat vlastní pálenku... Ano, je to takové kouzlo, kdy z vlastního ovoce, které mají lidé na své zahrádce, dokážeme udělat voňavou pálenku. Lahvujeme na míru. Je to skvělé i jako dárek k Vánocům pro vaše blízké, kamarády. Vhodné je to i pro firmy jako pozornost k Vánočům. Navíc dokážeme po domluvě od určitého počtu udělat i vaše vlastní etikety. Je to chutný a hezký dárek. Ale fajn je to i pro domácí spotřebu.

Jaké ovoce je nejhodnější? Ovoce můžete přivést jakékoli, které vypěstujete na svých pozemcích. Zpracováváme jablka, hrušky, švestky, višňy... cokoliv. Na pálení by ovoce mělo být zralé v konzumní kvalitě, až přezrálé. Na moštování také v konzumní kvalitě a co se týká odrůd, tak pak je to na chuti každého. Někdo má rád ji sladkou chuť, mně naopak více chutná mošt kyselejší – tady velmi záleží na druhu jablek. Na mošt je třeba, aby jablka byla zdravá, ale nemusí být čistá, protože projdou naší kartáčovou myčkou. Obecně platí, čím tvrdší jablka, tím více mají šťávy. Výtěžnost u kvalitního ovoce se pohybuje okolo 65 %.

Můžeme si k vám přivést i vlastní kvas. Jak ideálně na něj? Do vlastního kvasu je ovoce potřeba dávat zralé až přezrálé, čisté, nenahnité, rozdracené. Je nutné dát pozor u peckovic, kdy se nesmí drití pecky. Na odpeckování u nás máme pro základky k dispozici velkou odpeckovávačku. Po kud si tedy někdo neví rady, stačí ovoce přivézt

k nám a se založením pomůžeme.

Vaše moště jsou jiné... protože je děláte „jinak“... Ano, jak už jsme říkali, využíváme chemicky neošetřené ovoce. Pak je velký rozdíl v tom, když se dělá mošt „jinak“, že použijete jablka, která jsou právě pro moštování vhodná. Taková, ve kterých je více aromat a kyselin, pak jste schopni udělat voňavý nepřeslazený mošt, který skvěle chutná. Vše je o výběru odrůd a mazlení se s celým procesem.

V minulém rozhovoru jsme se nedostali k velmi zajímavému produktu. Cider. Ano, letos budeme poprvé zkoušet cider, je to ale hodně finančně a časově náročné. Nejdříve kvasí a pak skoro rok zraje, po celou dobu musíme cider chladit. Bude-



me ho letos dělat několik tisíc litrů a uvidíme... Pokud to dobře dopadne, tak bychom ho mohli dát zákazníkům ochutnat v létě 2021. A protože to opravdu bude naš první pokus, pokud by to neklaplo, bude z něho vynikající jablečný ocet. Takže teprve uvidíme, co z našeho prvního cideru vznikne...

Myšlenek a nápadů máte ale mnohem více. Požádejte nám o ginu... Ano. Rádi bychom se pustili do výroby ginu – budeme ho vyrábět na základu ovocné pálenky, což se hodně dělá ve Francii, kde ho pálí v vína. Na rozdíl od průmyslových lihovarů, které mají jako základ konzumní líh. Rád bych dělal gin více ovocný. Například si umím představit, že je základem višňovice, takže by místo jalovce bylo cítit více ovoce, a takový gin je jako stvořený pro naše něžnější polovičky. Gin bude převážně z ovoce, které u nás vyrostlo i bylo zpracované. A v tom je to největší kouzlo.

Kde vás zájemci o moštování, pálení a další vaši nabídku mohou najít a zkontaktovat? Ve Svijanském Újezdu 132 – poslední domek vlevo ve vesnici směr Soběslavice, za kostelem do kopce... Veškeré informace jsou také na www.dlabka.cz. Otevříací doba je vždy po domluvě, proto je ideální zavolat a domluvit se. Pracujeme i o víkendu.

Moštárna a Palírna Dlabka, www.dlabka.cz, tel.: 731 480 261, e-mail: palirna@dlabka.cz

Finále soutěže o ceny od DLABKA.CZ

VYHRAJTE

- 1) 10 l ovocného destilátu vypáleného z vašeho ovoce. Účast na pálení, prohlídka palírny.
- 2) 5 l ovocného destilátu vypáleného z vašeho ovoce. Účast na pálení, prohlídka palírny.
- 3) Tři 5l moštů z chemicky neošetřených jablk v BiB. Prohlídka palírny.

Otzázy, podmínky soutěže a formulář pro zaslání odpovědí na www.ceskyrajvakci.cz

ŠTEFAN MARGITA

& MORAVSKÉ KLAVÍRNÍ TRIO

MĚSTSKÉ DIVADLO
JABLONEC NAD NISOU

1. 10. 2020
OD 19.00 HODIN



e vstupenka

1+1
ZDARMA

dioptra optik

AKCE PRODLUŽENA

NA SAMOZABARVOVACÍ SKLA VČETNĚ MULTIFOKÁLNÍCH

* Platí při současném zakoupení obruby a prémiových brýlových skel. Platnost akce od 1. 4. 2020 - 31. 8. 2020. Více informací v prodejně.

TURNOV

- Sobotecká 1660, tel.: 734 154 673
(naproti Penny marketu - budova Dioptra)

ŽELEZNÝ BROD

- náměstí 3. května 201, tel.: 734 154 354

www.dioptraoptik.cz dioptraoptik.cz

BLESKOVÝ ROZHовор – PETRA JANŮ: „NEMĚNILA BYCH NIC, VŠECHNY DOBRÉ I ŠPATNÉ VĚCI K ŽIVOTU PATŘÍ“

Jedna z top zpěvaček v České republice, která se navíc na špičce hudební scény drží po celou dobu své kariéry. Je oblíbená jak mezi svými muzikantskými kolegy, tak u publiku. Držitelka několika zlatých slavíků, a přesto stále skromná a bulvárem neprotřelá Petra Janů. Své dětství prožila v Českém ráji, ke kterému má velmi vřelý vztah, a ráda se do něj vrací. Vrátil se také ve čtvrtek 20. srpna. Potěší všechny své příznivce nadupaným letním open-air koncertem v rámci Sedmihorského léta. Hitů má tato rockerka nepočítané... Kdo by neznal songy jako Moje malá premiéra, Není nám už sedmnáct, Už nejsem volná, Říkej mi, S láskou má svět naději, Sbohem všem láskám dej, Ještě se mi směj, To máme mládež nebo třeba Jedeme dál. Jak právě žije a na co se v rámci koncertu v Sedmihorkách můžete těšit, jsme se Petry Janů zeptali v bleskovém rozhovoru.

Jak se právě teď máte? Děkuji za optání, žiju dobře, jsem právě na chalupě v jižních Čechách, už zase koncertuji, pořídila jsem si štěně, a tím pádem je konec jakéhokoliv lenošení.

Jak jste prožila nebo využila letošní jaro, kdy jsme nuceně byli doma? V polovině března jsem se přestěhovala na jih, tři neděle u mě bydlela kamarádka s malou holčičkou, takže jsem mohla poznat rodičovské útrapky, když rodiče museli ratolesti vyučovat. Jinak jsem chalu-pařila, co také jiného v té době...

K Českému ráji máte vřelý vztah, můžete nám o tom říct více? Ano, od svých jedenácti let jsem žila v Sekerkových Loučkách v srdci Českého ráje, zažila jsem tady první lásky, první zpívání s kapelami, je to pro mě kraj

plný vzpomínek.

Na co se mohou těšit diváci, kteří přijdou na váš koncert do Sedmihorek? Na všechny písničky, které ode mě znají, a i na ty, které třeba uslyší poprvé.

Máte na kontě celou řadu obrovských hitů, jsou nějaké písničky, které vás stále baví a neumíte si bez nich vůbec představit svůj koncert? Je jich spousta, všechny nejznámější zpívám na koncertech a jsem moc ráda, že se lidem pořád líbí.

Na koncertech jste v obložení své kapely Amsterdam, což jsou všechno muži. Jaké to je být stále v mužské společnosti? Upřímně jsem vždycky lépe vycházela s mužskými, jsou čitelnější.

Jaké to je být mezi top zpěvačkami v naší republice, stále se držet na výsluní? Znamená to pro mě opravdu hodně a doufám, že nám to s mým milým publikem ještě nějaký čas vydrží!

Co vám popularita vzala a co dala? A je něco, co byste ve svém životě změnila? Neměnila bych nic, všechny dobré i špatné věci k životu patří...

Těšíme se na vás 20. srpna na Sedmihorském léta! Moji milí, přijďte určitě, já i kapela Amsterdam se na vás moc těšíme!!! Ať žije rokenrol!!!

Děkuji za rozhovor. Jitka Maděrová



PETRA JANŮ & AMSTERDAM



20.8.2020 Sedmihorky u Turnova
od 20.00 hodin • Letní scéna u Motelu Even

CO DIVÁKY V RÁMCI SEDMIHORSKÉHO LÉTA JEŠTĚ ČEKÁ?

19. 8. • IVO JAHELKA : Pořad „zpívajícího právníka“ je sestaven z veselých příběhů ze života zpracovaných do písniček. Písničky jsou prokládány ukázkami ze soudních spisů a policejních protokolů, o humor není nouze. Ivo Jahelka vzkazuje: „...dobrý humor, slovo, smích – nejít na to byl by hríchl!“

20. 8. • PETRA JANŮ: Na Sedmihorské léto poprvé v jeho historii zavítá jedna z legend tuzemské poprockové scény jedinečná Petra Janů. Vystoupí se svou skupinou Amsterdam, kterou tvoří ostřílení rockeři: Pavel Lochman (klávesy + zpěv), Roman Štefl (baskytara), Miloš Švec (elektrická kytara), Tomáš Marek (bicí). Skvělá rockerka Petry Janů zazpívá mnoho ze svých hitů jako: Exploduj!, Jedeme dál, To máme mládež nebo Moje malá premiéra. Těšte se na největší rockové hity Petry Janů doplněné o další oblíbené písni a také o novinky z posledního alba Blázni.

25. 8. • LOLLIPOPZ: Skupina Lollipopz vznikla v roce 2016 a tvoří ji čtyři dívky ve věku 11-13 let. Se svým vlastním repertoárem vystupují v České i Slovenské republice.

27. 8. • 4TET: Brilantně aranžované známé melodie ve 4TETovském kabátu a skvělá podívaná. Scéna, kostýmy, projekce, elegance a specifický humor potěší diváky všech generací. Není koncert jako koncert. Koncert 4TETu je opravdu něčím ojedinělým a určitě vás nadchne. Těšte se na novou verzi s číslem V.



11. 9. • POUTNÍCI: Dnes již legendární kapela Poutníci hrající bluegrass a country si svoji premiéru na hudební scéně odbyla na začátku prosince roku 1970 v Country klubu v Maloměřicích. Již od prvních koncertů a hudebních přehlídek se skupina řadí do brněnské a krajské špičky své žánrové škatulky, což potvrdila i svými postupy do celostátního finále soutěže, jež měla tenkrát velký zvuk a jmenovala se Porta. Přijďte na Sedmihorské léto oslavit s Poutníky jejich 50 let v country.

6. 10. • JAROSLAV SVĚCENÝ – VEČER PRO DVA: Večer krásné hudby v módu pozitivní energie v podání houslisty Jaroslava Svěceného a herečky Dejvického divadla Zdeňky Žádníkové Volencové (mluvěně slovo a flétna). Zazní hudba tří staletí. Koncert se koná v Recall centru, kde diváky čeká komorní atmosféra a dokonalý hudební zážitek!

Sedmihorské léto – Sedmihorky u Turnova
Veškeré informace a vstupenky k akcím na
www.sedmihorskeleto.cz

vám prospívá. Seznámí vás také s alternativami a způsoby, jak se proti působení uvedených škodlivin bránit. Dozvíte se, jak škodlivý je aspartam a glutamat, homocystein, jak působí trio vitamínů B6+B9+B12 v prevenci autismu i Alzheimerovy nemoci, proč je dobré vynutit se „éčkum“ a mnoho dalšího. Přednáška, kterou byste neměli zmeškat!

24. 9. • DOBA JEDOVÁ – profesorka RNDr. ANNA STRUNECKÁ, DrSc. Autorka best-sellerů Doba jedová a Doba iedová II se bude ve své přednášce zabývat příklady největších škůdců lidského zdraví v potravinách, nápojích, léčích a našich domovech. Ukáže vám, jak vaše zdraví ohrožuje to, o čem si myslíte, že



která je v současnosti nejvýraznější česká specialistka na výživu a zdravotní prevenci. Prostor bude i na diskuzi a dotazy.

Akce se odehrávají v komorním sále Recall centra v Sedmihorkách u Turnova. Kapacita sálu je omezená, počet vstupenek je limitován – na obě akce zbývají poslední kusy vstupenek. Podrobný program, více info a vstupenky na WWW.RECALLCENTRUM.CZ
Sedmihorky 10 (B), 511 01 Turnov
INFO@RECALLCENTRUM.CZ



Mátový olej na migrénu, alergii i bolavé nohy

Máta je součástí tradiční čínské medicíny již více než 3 000 let, k léčebným účelům ji ale používali i naši předkové. Je antiseptická, protizánětlivá a chladí. Málový olej pomáhá na bolesti hlavy i nohou, ztuhlosti krční páteře, blahodárně působí na křečové žily, pomáhá při žaludeční nevolnosti způsobené například cestováním, snižuje plynatost, nadýmání, zlepšuje trávení a zrychluje metabolismus. Dále povzbuzuje imunitní systém, osvěžuje dech, zklidňuje nervový systém. Není vhodná při kojení a v těhotenství.

Výroba oleje: Lístky máty důkladně omyjte a v hmoždíři rozdrťte. Zalijte olivovým olejem a vložte do uzavíratelné sklenice. Po dobu pěti dní denně směs promíchejte a podle potřeby přilijejte olej – lístky musí být pokryté, poté scd'te, nebo udržujte lístky pod hladinou. Hotový olej uchovávejte na tmavém a chladnějším místě.



ODDLUŽENÍ - INSOLVENCE

- posouzení situace
- výběr nevhodnějšího řešení
- sepsání a podání insolvenčního návrhu
- provedení celým procesem oddlužení
- následný servis

Prozvoňte, sms: 736 610 065
Kancelář: Robousy 48, Jičín
j.vagenknechtova@seznam.cz

ADVOKÁTNÍ SLUŽBY

- vymáhání pohledávek po lhůtě splatnosti právní cestou
 - konkurzy
 - právní pomoc

SKLENĚNÉ MĚSTEČKO

ŽELEZNÝ BROD

12.-13. 9. 2020

XIV. ročník slavnosti
sklářského řemesla

UKÁZKY ŘEMESLA POD ŠÍRYM NEBEM
ZPŘÍSTUPNĚNÍ SKLÁŘSKÝCH FIREM
SKLÁŘSKÝ A DOBOVÝ TRH
BLEŠÍ TRH SE SKLEM
SKLÁŘSKÉ DÍLNY VE SKLÁŘSKÉ
ŠKOLE A SKLÁŘSKÉM UČILIŠTI
VÝSTAVY SKLA
GALERIE KOTELNA
MĚSTSKÉ MUZEUM
GALERIE VLASTIMILA RADY
MUZEUM A GALERIE DETESK
MODNÍ PŘEHLEDKA
MADE IN JABLONEC 2020
KULTURNÍ PROGRAM



SEDMIHORSKÉ LÉTO 2020



Sedmihorky u Turnova

www.sedmihorskeleto.cz



B	STŘEDA 19.8.		IVO JAHELKA	A	ČTVRTEK 27.8.		4TET KONCERT - VERZE V. Jiří Korn, David Uličník, Jiří Škorpík, Dušan Kollár
A	ČTVRTEK 20.8.		PETRA JANŮ & AMSTERDAM	B	PÁTEK 11.9.		POUTNÍCI 50 let v country
B	ÚTERÝ 25.8.		LOLLIPOPZ	B	ÚTERÝ 6.10.		JAROSLAV SVĚCENÝ & VĚRA ŽÁDNÍKOVÁ VOLENCOVÁ VEČER PRO DVA

Předprodej: www.sedmihorskeleto.cz, www.evstupenka.cz a evstupenka prodejní místa - IC Turnov, Mnichovo Hradiště, Železný Brod, Liberec, Mladá Boleslav, Kněžmost, Lomnice nad Popelkou, Chrastava, CK Mediteran Travel Semily, Smržovka, Eurocentrum Jablonec nad Nisou a další. Děti na koncerty do 140 cm vstupné 140 Kč. Dětské vstupenky pouze na pokladnách festivalu. Na koncert Lollipopz se dětské vstupenky neprodávají. Změna programu a místa konání vyhrazena.

Zastřelené jeviště a hlediště. Veškeré info na www.sedmihorskeleto.cz



PŘIPÍJÍME NA ZDRAVÍ VŠEM, KDO
BOJOVALI A BOUJÍ S PANDEMIÍ
KORONAVIRU V PRVNÍ LINII.

Koupí této plechovky přispíváte 10 Kč na vybraný nadační fond podporující účastníky boje proti COVID-19 v první linii. Za každou prodanou plechovku „PRVNÍ LINIE“ předá PIVOVAR SVIJANY 10 Kč nadačnímu fondu, který vyberete hlasováním na www.pivovarsijany.cz

PODPOŘTE DOBROU VĚC A KUPETE
NA ESHOP.PIVOVARSVIJANY.CZ

RESTART



Příloha o zdraví,
pohybu a relaxaci
srpen 2020

OLEJOVÁ MASÁŽ – JEDNODUCHÝ ZÁZRAK

V ájurvédě se olejové masáži říká „abhjánga“ a tvoří naprosto nepostradatelnou součást jógové praxe. Kdo jígo nepraktikuje, nevadí, i pro něho je pravidelná olejová masáž velkým přínosem. V podstatě nejde o nic jiného, než o promazání celého těla teplým olejem.

K čemu je taková olejová masáž dobrá?

Snižuje stres a uvolňuje psychický tlak i napětí, pomáhá rozpuštět fyzické, mentální i energetické toxiny, které se v nás během žití usazují. Důvodem je naše neschopnost se dostatečně uvolnit v různých komplikovaných životních situacích, které nás denně potkávají. Tato masáž pak dokáže nastolit rovnováhu, doplnit naši nevyváženosť a pomáhá vyrovnat psychiku i fyzické tělo. Zároveň nás učí přijmout své tělo a pečovat o něj (Řekněte, kdo z vás je se svým tělem naprostě spokojený? Kolikrát si řeknete „chtělo by to tady ubrat, tady přidat...“, pokud však budete pravidelně věnovat svému tělu čas skrzes masáž, začnete se brát takoví, jací jste, a to je věc, ke které mnoho z nás velmi často vzhlíží, ale nedáří se uskutečnit). Na tuto automasáž byste si měli udělat čas ideálně jednou týdně, nejlépe v neděli, kterou je obecně dobré dodržovat klidnou, nepracovní a relaxační, abychom si dobili baterky na nový týden. Masáž je vhodná pro každého člověka, jen je dobré věnovat se výběru vhodného oleje individuálně. Ájurvéda obecně doporučuje sezamo-

vý olej, který je pro naše tělo dokonalý. Pokud vám však z nějakého důvodu tento olej nevyhovuje, není problém použít jiný – kokosový, mandlový či olivový.

Jak na masáž? Věnujte si alespoň hodinu času jen pro sebe. Osprchujte se horkou vodou, vysušte se a ideálně teplým olejem (pozor, ne horkým!) se promažte od hlavy k patě. Poté se zabalte do županu a v teple a klidu alespoň hodinu relaxujte. Dejte si k tomu třeba dobrý čaj, čtěte knihu nebo si poslechněte teplou vodou, tentokrát nepoužívejte mýdlo. Případný nadbytečný olej utřete do ručníku. Ideální je tuto masáž načasovat před spaním, kdy vás velmi příjemně připraví na pohodový spánek. Pokud dopřejete svému tělu tuto masáž pravidelně, odvěďte se vám hebkou, čistou a mladistvou pletí, budete zářit a cítit se odpočinutí a plní energie. Jak málo stačí, aby vám bylo skvěle!



JÓGA KEMP V ČESKÉM RÁJI

17. - 18. 7. 2021

víkend plný relaxu, pohody,
jógy, přednášek
a zajímavých osobnosti
pro začátečníky i pokročilé

VSTUPENKY ZA
ZVÝHODNĚNOU
CENU JIŽ NYNÍ
V PRODEJI na



Podívejte
se na webu
na fotoreport
z letošního roku!

JÓGA & MASÁZE

místo pro váš pohyb, pohodu, relax i business

PRAVIDELNÉ LEKCE V RECALL CENTRU PRO ZAČÁTEČNÍKY I POKROČILÉ PRO ŽENY, MUže I DĚTI CVIČÍME I BĚHEM PRÁZDNIN!

- hatha jóga
- jóga pro posílení středu těla
- jóga pro posílení pánevního dna (pro ženy, muže, po porodu...)

**OD ZÁŘÍ NOVÉ LEKTORKY
A NOVÉ LEKCE LÉTACÍ JÓGY V ŠÁLÁCH**
Anička Pincová a Nicola Malá
UKÁZKOVÉ LEKCE ZDÁRMA: 24. 8. a 31. 8.
(možnost rezervací už nyní!)

Od září pravidelné lekce létací jógy
v pondělí a čtvrtk & kurzy létací jógy

V RECALL CENTRU VÁS ČEKÁ:

- skvělá, příjemná a efektivní lekce dle vašeho výběru
- příjemné a profesionální lektorky
- krásné prostředí a atmosféra

INFO • ROZVRH LEKCÍ • REZERVACE:
WWW.RECALLCENTRUM.CZ

Sedmihorky 10 (B), 511 01 Turnov • tel.: 774 499 935



Recall centrum
relax • refresh • revive

DÝCHÁNÍ A JÓGA

Dech je automatická činnost, nad kterou běžně vůbec nepřemýšíme. Začneme ho vnímat až v případě, že nám dochází (nadmerná fyzická aktivita nebo psychický stav), když se nám dech zrychlí (nervozita, strach) či pokud se nám špatně dýchá (velké horko, dušnost, nemoc). Jóga se dechu velmi intenzivně věnuje a učí, abychom dech vnímali, a především se ho naučili ovládat, aby se naše zažité špatné a mělké stereotypní dýchání stalo zdravým a pro naše tělo i psychiku uzdravujícím.

Každá ásána (jógová pozice) je doprovázena také správným dýcháním, kterému je důležité věnovat pozornost při každé lecké jogy. Nejde jen o správné provedení ásan, ale právě také o hluboké a uvědomělé dýchání, které pozice a užitek z nich navíc prohlubuje. Pro naši organismus je to velmi osvobojující a uzdravující akt. V tomto díle o józe vám přinášíme dva tipy na dýchání. První je ochlazující, což pomáhá při přehřátí organismu v letních dnech, a druhé dýchání, které přináší uzdravující energii.

• Ochlazující dýchání Praktikujte vsedě na zemi, nohy zkřížmo. Kulatě otevřete ústa a srolujte jazyk do ruličky. Přes ruličku se pomalu nadechujte. Ucíte příjemný chlad na jazyku. Při výdechu zavřete ústa a vzduch vydechněte skrz nos. Cvičení lze opakovat, dokud vám bude příjemné. Důležité je uvolněnost. Toto dýchání působí protizánělivě, předchází onemocněním dutiny ústní a čistí krev. Pomáhá i při horečce.

• Uzdravující dýchání Praktikujte vleže. Soustředěte se na místo, které vás bolí (část těla, orgán...). Pomalu se nadechujte nosem a velmi pomalu dané místo napínejte. Poté zadržte dech a zároveň držte i mírné napětí ve chtěném místě. Držte pět až deset vteřin – dle toho, jak je vám to příjemné. Vydechujte pozvolna nosem, a uvolněte tak napětí celého těla. Cvičení je vhodné opakovat 10–15x. Pomáhá zvýšit tok energie v postiženém místě, který přispívá k léčbě všech neduhů a nemocí.

**TIP: Chcete si příjemně zacvičit
a poznat správný dech?**
WWW.RECALLCENTRUM.CZ



Autor článku: Recall centrum Sedmihorky u Turnova

CESTY KE ZDRAVÍ: TIPY A RECEPTY INSPIROVANÉ ÁJURVÉDOU – LETNÍ DARY

Léto nám přináší své dary, využijme jich plnými doušky. Užívejme si vůni, dlouhého dne a pokladů, které vzešly z naší půdy. Letošní léto je trošku jiné, než jsme zažívali v posledních letech. Vrátilo se nám počasí, které jsem znala ve svém dětství a dospívání. Je vlhčí, nejsme tak vyprahlí, slunce není tak bodavé. Je možné se procházet i ve dne, slunce nesvítí jak na Saharě. Je potřeba počítat s tím, že večer je chladněji, než tomu bylo v posledních letech. Můžeme snadněji prostydnotu a nachlazení má vliv na naši celkovou vitalitu. O strachu, že jsme chytli i něco jiného než obyčejnou rýmu, ani nemluvím. Pokud tedy prochladneme, je dobré si udělat teply čaj – zázvorový, meduňkový se skořicí nebo jablíčkový (z letních jablek) se skořicí, kardamomem a hřebíčkem.

Pokud máme rádi koupel ve vaně a nevadí nám zdravotně, je vhodné se napářit. Můžeme do vody přidat sůl a doplnit ji o voňavé a čerstvé bylinky a květy (levandule nebo květy růže). Já je nejprve jemněji promnu v ruce a pak teprve přidávám do koupele. Pokud si vanu nemůžeme doprát, lze si udělat teplou koupel nohou. A pro příště si zapamatovat, že pokud se zdržíme v létě venku později večer, tak si s sebou vezmeme světřík a ponožky. Když je nepoužijeme, nevadí, ale když se do nás dá zima, jsou k nezaplacení.

CO V TOMTO OBDOBÍ IDEÁLNĚ JÍST?

SLADKÝ NÁKY

Dáme vařit 1 hrnek jáhel, 1 hrnek ječných krup

a cca 3-4 hrnky vody, po mírném zméknutí vypneme a necháme dojít. Vymažeme si pekáček. Do mírně vychladlých krup a jáhel přidáme 2 hrnky strouhaného kokosu, 1-2 hrnky najemno nakrájených a orestovaných švestek (na ghí s kardamomem a skořicí), 1 šlehačku, asi 1 sklenici vody, 1 vanilkový cukr, 1/2 tř. cukru (upravte dle sladkosti švestek a vás). Je možné na těsto ještě přidat zakysanou smetanu či nadrolit tvaroh. Pečeme na 220 stupňů. Místo orestovaných čerstvých švestek je možné použít i kompot (v zimě) nebo broskve.

LEHKÝ BRAMBOROVÝ SALÁT Z NOVÝCH BRAMBOR S KOPREM

Vařené brambory (8 ks), olivový olej, ghí, sůl, čerstvý nasekaný kopř (trošku), orestovaná mrkev (1 ks), orestovaný čerstvý celer (1-2 ks), jablečný nebo vinný ocet, zakysaná smetana (1 vrchovatá lžíce), cayenský pepř (trošku).

Nakrájené vařené brambory smícháme s nastrouhanou a orestovanou mrkví a celerem, přidáme ostatní ingredience. Dochutíme a necháme chvilku odstát. Nedoporučuji ho jíst úplně studený, nedávejte ho do lednice, bude hůře stravitevný. Jedná se o chutnou a lehkou variantu bramborového salátu, ale tato příloha je nevhodná do očistných diet, při bolesti zad, kloubů, dně a nepomůže nám zhubnout. Výborně se hodí ke smažené cuketě.

Kopr – krásně vonící koření s jedinečnou chutí. Semena obsahují mnoho železa, je vhodný jako zdroj minerálních látek. Zlepšuje naše trávení,



snižuje nadýmání, pomáhá při žaludečních křečích a nespavosti. Velmi dobře se hodí k bramborám, kde zlepšuje jejich stravitevnost.

CUKETA OBALENÁ V HRAŠCE

Obecně se o cuketě dá říci, že je lehce stravitevná (proto se hodí do očistných diet) a měla by se jíst v teplém počasí, protože její vlastností je, že zchlazuje.

Velmi chutná je obalovaná cuketa v Hrašce a já osobně preferuji Hrašku pikantní, nahradí trojobjal, je bezlepková a velmi dobře zvýrazní chut pokrmu. Hrašku zakoupíme ve zdravé výživě, rozděláváme ji s vodou, vznikne nám těstíčko. Smažíme na ghí.

Krátké upozornění – jedná se o přirození preparáty, které si připravujete z vlastních zdrojů a na vlastní nebezpečí. Nenahrazují léky a reakce je podle okolnosti a akutního zdravotního stavu, který já nemohu předvídat.

AUTORKA: Iva Georgievová – praktická Ayurveda • ivaveda@ivaveda.eu • www.ivaveda.eu • Recepty pochází z publikace Ivy Georgievové Jídlem k rovnováze.

SPÁNEK VERSUS SVĚTLO

Pro náš organismus je přirozený pravidelný 24hodinový cyklus, jehož nedílnou součástí je spánek nezbytný pro regeneraci nervového systému a doplnění sil. Při jeho nedostatku či špatné kvalitě se cítíme unavení, máme sníženou pozornost a výkonnost, dlouhodobě dochází zcela ke snížení kvality života a mohou se objevit závažné duševní choroby. Správný spánek je základ života každého z nás. Podpořit kvalitu spánku můžeme v základu správným výběrem matrace i postele a dále se musíme starat o prostředí, ve kterém spíme. Tentokrát se podíváme zblízka na světlo během spánku.

Častou přičinou snížené kvality spánku jsou civilizační vlivy, mezi které patří i přítomnost nadměrného množství světla v noci. Někteří lidé neusnou v na prostě tmě, přitom jde o přirozenost. Naši předci neměli potřebu zatemňovat, protože světelný smog neexistoval. V dnešní době je to jiné. Mnoho z nás má přímo před okny pouliční lampa svítící celou noc a absolutní trmu v podstatě nenajdeme. Možnosti jsou jistě závesy a žaluzie. Řešení to však není všeobecné. Důvodem je důležitý faktor přirozeného probouzení – přítomnost denního světla v ranních hodinách. Pokud znáte pocit nevyspání, i přesto, že jste spali dlouho a tvrdě, může to být právě z důvodu absence ranního světla. A tedy probouzení ve špatný okamžik. Závesy nás připraví o přirozený „budící“ signál v podobě svítání, který by normálně skvěle a bez stresu nahradilo budík.

Důležitou roli při spánku hraje spánkový hormon melatonin, pro jehož tvorbu je úplná tma nezbytná. I malé množství světla jeho tvorbu snižuje, nebo zcela zastavuje. Melatonin působí preventivně proti vzniku rakoviny, zpomaluje stárnutí a pomáhá proti Alzheimerově či Parkinsonově chorobě. Kromě intenzity světla určuje vliv i jeho barva. Nejsilnější (a nejvíce negativní) účinek má světlo modré, naopak světlo oranžové a červené nás ovlivňuje méně. Z tohoto hlediska představuje velké potenciální riziko nasazování nových typů světelných zdrojů. Halogenidové výbojky (známé například z nákupních center) či světelné zdroje založené na LED technologii vyzářují světlo v modré oblasti spektra – právě tam, kde je lidský organismus (a nejen lidský) na narušení nočního prostředí nejcitlivější. Preferujte zdroje s teplou barvou světla a vyvarujte se těm s barvou studenou. Pro lepší spánek alespoň dvě hodiny před spaním nepoužívejte elektroniku – televizi, počítač a mobilní telefon. To vše vás spánek negativně ovlivňuje a narušuje.

TIP: Nechte si poradit s výběrem postele a matrací od profesionálů! Českorajská firma Matrace Haken vám dá péči, kterou potřebujete!



MATRACE HAKEN

Specialista na české matrace, masivní bukové a čalouněné postele.

Showroom a prodejna

Všeň u Turnova, čp. 40. Otevřeno o nedělích 9:30 - 13 h nebo individuálně.



Doprava, výnos i montáž zdarma
Akce 1+1, rychlé dodání

www.matrace-haken.cz

telefon: 737 605 082

NÁBOR DĚtí do ATLETICKÉ PŘÍPRAVKY

PRO ROCNÍKY
2008 - 2015

3. ZÁŘÍ 2020 OD 15:00 HODIN
STADION LUDVÍKA DANÍKA
TURNOV



Cílem atletických přípravek není prioritně vychovat budoucí profesionální atlety. Jde o službu pro rodiče, kteří chtějí, aby se jejich děti naučily pravidelnému a zdravému pohybu, zabavily se a do budoucna se mohly zaměřit na jakýkoliv sport profesionálně či se mu mohly věnovat pouze rekreačně. Služba je určena rodičům, kteří hledají pro své ratolesti kroužek zaměřený na všeobecnou pohybovou aktivitu.

Běh, skok, hod, to jsou pohybové aktivity, které jsou základem nejen pro jednotlivé disciplíny v atletice, ale i v jiných sportech.



Kontaktní osoba
Radka Macháčková
605 869 258
radka.machackova@seznam.cz
www.acturnov.com

PRAVIDELNÝ POHYB DĚtí ÚZCE SOUVISÍ S VÝVOjem INTELEKTU A PSYCHICKÝCH FUNKCÍ

Pohyb a motorika velmi úzce souvisí s centrálním nervovým systémem a s tím, jak se dítě vyvíjí fyzicky a psychicky. Pokud dítě nemá dostatek pohybu, vývoj jeho intelektu a veškerých psychických funkcí se zásadně zpomaluje. Malé děti mají vrozenou a přirozenou touhu hýbat se a objevovat nové věci. V tom jim právě pohyb pomáhá. Jde o klíčovou schopnost v životě člověka, kterou mají rodiče za úkol kultivovat, pěstovat a podporovat.

Je dokázáno, že pohybová aktivita v dětství má pozitivní vliv na člověka v dospělosti. Děti se učí napodobováním, jsou jako „houba“, která ze svého okolí nasavá vše. Tedy i příklad svých rodičů. Je proto velmi žádoucí, aby rodiče příkladem učili své děti nejen morálním hodnotám, ale také pravidelnému pohybu. Dětem v předškolním ani školním věku nejde příliš rozumově vysvětlit, že pohyb, kterému se od malíčka budou věnovat, bude mít pozitivní vliv v dospělosti na jejich srdce, klouby, tlak, že je ochrání před cukrovkou, pohybovými problémy a dalšími nemocemi. V tomto věku není dítě schopno představit si pod těmito pojmy konkrétní problémy. Proto je na rodičích, aby vedením a příkladem ukázali dětem cestu, učili je od útlého věku lásce k pohybu a vštěpovali do jejich tělesného programu, že pohyb je radost. S velkou pravděpodobností se u dítěte, které k pohybu vedenou nebylo, v dospělosti láská k pohybu neprojeví. Pokles pohybové aktivity u dětí, o kterém se v posledních letech mluví čím dál častěji, je příčinou obezity, svalových dysbalancí, vadného držení těla, přetěžování určitých partií – z čehož plynou další a další fyzické problémy chybňých pohybových stereotypů. Ubylo přirozeného pohybu – chůze, běhání, lezení po stromech a trávení většiny času venku. Proto je doporučováno už od dvou let věku dítěte denně absolvovat třicetiminutovou pohybovou aktivitu mírně až střední zátěže.

Jaká jsou doporučení pro rodiče větších dětí?

1. stanovte v rodině pevné limity pro sedavé činnosti (sledování TV, počítač)
2. pomožte dítěti vybrat vhodnou sportovní aktivitu
3. přizpůsobte tělesnou zátěž možnostem dítěte
4. povzbuzujte děti k účasti na sportovních aktivitách
5. zdůrazňujte, že důležitá je účast, a ne výsledek
6. buděte svým dětem pozitivním příkladem



Předškoláci a školáci potřebují všeobecný rozvoj. Není tedy dobré zaměřit se na jednostranný sport. Ideální je tradiční sokolská či atletická průprava, která učí obratnosti, rychlosti a koordinaci pohybů jemné i hrubé motoriky. Děti trénují pestrou škálu pohybů, která je pro vývoj zásadní. Důležitý je rovněž dětský kolektiv, který motivuje k pokrokům, dává příležitost osvojit si sociální dovednosti a učit se disciplíně a fair play. Základním pravidlem je přistupovat k pohybu jako k zábavě, nenutit děti do sportů, které je nebabí, naslouchat jim a podporovat je ve sportovních disciplínách, které jim jdou a těší je. Zkuste s vašimi dětmi něco nového, přiveďte je do nového kolektivu, ukažte jim další možnosti. A především – učte je hýbat se, hýbat se s láskou.



**INZERUJTE
V PŘÍLOZE RESTART**
novin Český ráj v akci
• akce • sport • zdraví • lifestyle
• zdravé potraviny • kosmetika • a další
WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ



ZÁZRAČNÁ KOPŘIVOVÁ SEMÍNKA

To, že kopřivu (především na jaře) využíváme na špenát či smoothie, sbíráme na čaj a využíváme jako bylinku, která skvěle očištěuje, je známo. Víte ale, že můžete sbírat i zralá semínka kopřivy dvoudomé? Kromě toho, že jí tím zčásti znemožníte rozmnožování (rozmnožuje se vegetativně i generativně), a tím zaplavení zahrady, získáte i skvělý produkt, který má řadu prospěšných látek. Zralá semínka totiž obsahují vitamíny A, B, C, E a F, draslík, vápník, železo a chlorofyl. Pomáhají při nejrůznějších infekcích, při chronické únavě, kloubních a autoimunitních onemocněních, zánětech močových cest a střev, při vypadávání a lámavosti vlasů a při problémech s pokožkou, zpevňují nehty. Podporují látkovou výměnu, imunitu, tvorbu mateřského mléka a potenci. Pozitivně ovlivňují zdraví prostaty a povzbuzují libido. Lidský léčitel je zároveň doporučuje pro úpravu hladiny krevního cukru, podporu funkcí jater a žlučníku a v neposlední řadě i prevenci ledvinových kamenů. Můžeme jimi posypat chléb s pomazánkou, přidat do polévky, koktejlů, salátů, jogurtů nebo z nich udělat pesto či bylinkovou sůl. Čerstvá semínka můžeme též naložit do oleje, nebo rozkousat a zapít. Často se také nakládají do medu (na 1 litr medu stačí asi 75 gramů), nebo se dávají do vína. Semínka z kopřivy dvoudomé se získávají tak, že kopřivu nakloníte nad misku a jednoduše vydrolíte (pokud to jde hůř, kopřiva je ještě v květu a není pro sběr semínek vhodná doba).

KOPŘIVOVÉ VÍNO:

50 g kopřivových semen rozdržte ve hmoždíři a přelijte 3/4 litrem přírodního bílého vína. Nechte 10 dnů stát a občas rádně promíchejte. Poté víno přecedte. V případě, že se tato směs rostlinnými částmi zakalí, okamžitě ji povařte a znova přefiltrujte. Lahev je přitom třeba vypláchnout roztokem jedné čajové lžičky kyseliny citronové na 1/2 litr horké vody. Do vína ještě přidejte 100 g čistého včelího medu nebo ovocného cukru. Pečlivě uzavřenou láhev uložte do ledničky, kde vydrží asi měsíc. Denně vypijte maximálně 3 likérové skleničky vína.

KOPŘIVOVÉ PESTO:

Rozmixujte čerstvá kopřivová semínka s olejem, solí a česnekem, můžete přidat další bylinky dle chuti – například bazalku, slunečnicová semínka nebo parmezán. Uchovávejte v uzavřené skleničce v ledničce.



VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM

Masarykova 1727, 289 22 Lysá nad Labem, e-mail: vll@vll.cz

otevírací doba:
9 - 18 hod.
neděle:
9 - 17 hod.
www.vll.cz

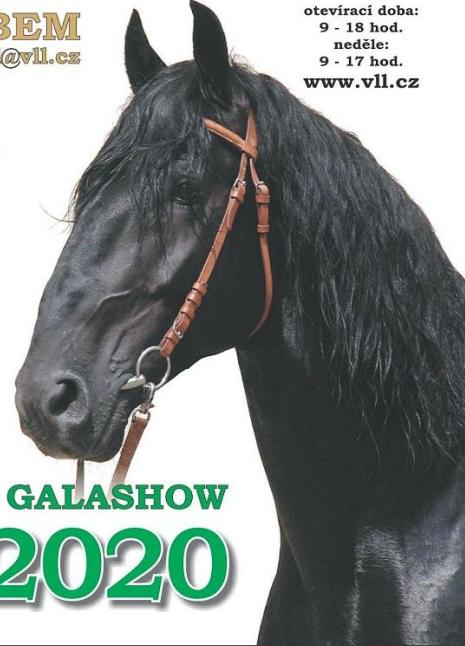
KŮŇ

MEZINÁRODNÍ VÝSTAVA KONÍ
A VŠEHO CO K NIM PATŘÍ

POD ZÁŠТИ TOU
MINISTRA ZEMĚDĚLSTVÍ

18. a 19. 9. - VEČERNÍ KOŃSKÁ GALASHOW

18. - 20. 9. 2020



NÁKLADNÍ DOPRAVA LuKa

DOVOZ PÍSKŮ, ŠTĚRKŮ
MOŽNOST PŘISTAVENÍ
KONTEJNERŮ

ODVOZ ODPADNÍCH VOD
SEPTIKY, ŽUMPY, ČISTIČKY
VYSOKOTLAKÉ ČIŠTĚNÍ
UCPANÉ KANALIZACE



513 01 CHUCHELNA

TEL.
603 535 511
720 982 400

VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM

4. - 6. 9. 2020

OTEVÍRACÍ DOBA:
9 - 17 HOD.

**DOMOV
a teplo**

26. VÝSTAVA MODERNÍHO VYTÁPĚNÍ,
BYTOVÉHO VYBAVENÍ A NÁBYTKU

www.vll.cz



JIRINKOVÉ SLAVNOSTI 2020
8. CELOSTÁTNÍ VÝSTAVA JIŘÍN A GLADIOL



- elektroinstalační práce
- opravy elektromotorů
- prodej elektromateriálu a elektromotorů
- opravy a údržba elektroinstalací
- přihlášky k odběru a revize

RADY DO ZAHRADY: SMÍŠENÁ KULTURA

Pěstování ve formě smíšené kultury zažívá svou renesanci. Na rozdíl od klasických monokulturních záhonů jde o způsob vytváření mnohogruhových záhonů, na kterých jsou namíchány různé druhy rostlin, pokud možno zelenina i květiny dohromady, využívají se i některé plevele. Jde o snahu přiblížit se na zahradě přirozeným přírodním společenstvím. Rostliny se zde ovlivňují v mnoha směrech, je tedy důležité vybrat vzájemně prospěšné kombinace, přičemž je nutné respektovat nároky jednotlivých rostlin. Kritérií výběru může být několik, některá jsou zřejmá na první pohled, jiná možná překvapí. Některé interakce mezi rostlinami nejsou vědecové ověřené, nicméně navrhované kombinace jsou známé mezi pěstiteli již po staletí. Rostliny sesazujeme například dle hloubky kořenění - je zřejmé, že mělce a hlu-

boce kořenící rostliny si budou méně konkurovat v odběru vody a živin z půdy. Pro představu – kořenový systém salátu zůstává zhruba dvě desítky centimetrů pod povrchem, těsně pod povrchem koření ředkvičky, ale také třeba kuřice, zatímco melouny, chřest či rajče koření i hlouběji než metr. Důležité také je to, jak si rostliny konkuruje nad povrchem, kde jde o prostor, světlo a vláhu, kombinují se tedy například rostliny více vzrůstné a půdopokryvné, nebo vysoké a štíhlé s popínavými (fazole a kukuřice). Dalším kritériem sesazování rostlin je délka jejich vegetační doby: rostlin s krátkou vegetační dobou se na záhonu buď vystřídá víc, anebo mohou být využity k zakrytí půdy ve chvíli, kdy hlavní plodina chybí nebo zapojený porost teprve vytváří.

Mezi rostlinami probíhá nepřetržitá látková výměna, rostliny uvolňují biologické látky do vzduchu, půdy i vody. Mnoho rostlin se navzájem podporuje, či se naopak brzdí v růstu, rostliny si dokáží vzájemně vylepšit vlastnosti nebo si pomoci od chorob a škůdců. Příklady nejčastějších prospěšných kombinací jsou známé: v případě sesazení jahodníku a česneku pomáhá česnek nebo cibule chránit jahodník před houbovými chorobami. Dalšími staletími ověřenými příklady jsou brambory a kmín, mrkev a cibule nebo saturejka a fazole. Většinou nic nezkazíme umístěním kořeninové, léčivé či aromatické rostliny do zeleninového záho-



nu: silice, které nám v tymánu nebo bazalte voní, škůdce naopak odpuzují. Výrazné aroma se pak považuje za faktor vylepšující chuť i vzhled hlavní plodiny. Dobře známý aksamitník například dokáže redukovat množství škůdců v půdě (kořenová hádátká) a je vhodný do kteřehokoliv smíšeného záhonu. Dalšími stálíci smíšených záhonů, které kromě pomoci také rozráží záhon krásnými barvami, jsou měsíček lékařský a lichořeřišnice. Bonus nakonec: jejich květy se rovněž dají konzumovat. Nejsou samy: jedlé jsou například jemně nakyslé květy begoní, po okurkách voní a chutnají blankytné květy brutnáku lékařského. Mnohé pokrmy ozvláštní také květy hvozdíků, violek, denivek nebo fuchsíí, velmi chutné jsou křehké květy hrachu nebo lichořeřišnice.

• Text pochází z knihy *PĚSTUJEME VE MĚSTĚ – Zelené balkony, sousedské záhonky a komunitní zahrady*, Autorský tým Kokoza, nakladatelství Smart Press.



**SOUTĚŽTE O KNIHU
PĚSTUJEME VE MĚSTĚ**
Otázku a formulář pro účast v soutěži najdete na www.ceskyrajvakci.cz



Borůvková farma Tatobity

ČERSTVĚ NATRHNÁNÉ KANADSKÉ BORŮVKY Z NAŠÍ RODINNÉ FARMY ZAKOUPÍTE BĚHEM ČERVENCE A SRPNA U NÁS V PROVOZOVNĚ TATOBITY č.p.251, 512 53 TATOBITY

WWW.BORUVKOVAFARMA.CZ **605 530 874**



OBCHOD UHLÍM SEDMIHORKY

PRODEJ

UHLÍ

**KRBOVÉHO DŘEVA
DŘEVA NA ZÁTOP**

BRIKET

PÍSKŮ

ŠTĚRKŮ

KAČÍRKŮ

MULČOVACÍ KÚRY

SEDMIHORKY U TURNOVA

WWW.MIROSLAVSTROJSA.CZ

PO – PÁ 9–15, SO 9–12

TEL. 602 612 674



VYČISTÍME UMYJEME UKLIDÍME

koberce,
sedačky,
okna,
dveře,
sanitu,
radiátory,
podlahy,
kočárky,
dětské sedačky,
matrace, interiér automobilů ...



www.cisteniuklidzajicek.webmium.com

PARNÍ I UV STERILIZACE KOMPLETNÍ ÚKLID

Radim Zajíček

tel. 777 138 948

e-mail: radimzajicek@seznam.cz

WWW.JITKAMADEROVA.COM

FOTOGRAFIE

- svatební
- rodinná
- portréty
- děti
- newborn...

NOVÝ ATELIÉR v Turnově



LÉTO 2020 V MUZEU

MĚSTSKÉ MUZEUM NOVÁ PAKA

SUCHARDŮV DŮM

„POKLADY NEJEN Z DEPOZITÁŘE“ aneb „PŘEDMĚTY VYPRÁVÍ“



„SVĚT KOSTIČEK®“ aneb „SEVA - ČESKÝ FENOMÉN“



MIROSLAV KEMEL - KARIKATURY



KLENOTNICE DRAHÝCH KAMENŮ

EXPOZICE GEOLOGIE, VULKANOLOGIE, ZKAMENĚLÝCH DŘEV A DRAHÝCH KAMENŮ



EXPOZICE SPIRITISMU

Ojedinělá expozice podkrkonošského spiritismu



INFORMAČNÍ CENTRUM

je umístěno v budově Klenotnice. Nabízíme Vám informační materiály, mapy, drobné dárkы.



AKCE

KONCERT MIROSLAV KEMEL S KAPELOU

čtvrtek 6.8.2020 ve 20 hodin na dvorečku MKS v Nové Pace, vstupné 120,- Kč



PRÁZDNINOVÁ KORÁLKOVÁ DÍLNIČKA

Termíny: Úterý a Pátek od 9:30 do 15:00 hodin Srpen: 4.8., 7.8., 11.8., 14.8., 18.8., 21.8., 25.8., 28.8.



GERNATŮV DŮM - KAVÁRNA

VÝSTAVA NOVÁ PAKA PŘED 100 LETY



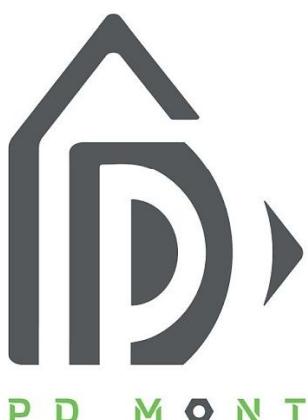
JANA SOJKOVÁ - PODMALBY NA SKLE



V příjemném prostředí můžete mimo kávy, čaje a zákusků ochutnat regionální produkty.

SUCHARDŮV DŮM, KLENOTNICE DRAHÝCH KAMENŮ, TURISTICKÉ INFORMAČNÍ CENTRUM A KAVÁRNA GERNATŮV DŮM
Otevřeno denně od 9 do 17 h. • WWW.MUZEUM.CZ - FACEBOOK@MUZEUMNOVAPAKA.CZ

Zavedená rodinná firma shání spolupracovníky do svých řad na pozice:



ZÁMEČNÍK

- řidičský průkaz podmínkou, svářecí průkaz výhodou, jednosměnný provoz, spolehlivost, lojalita, pracovitost, výplata až 33 tis., dotované obedy

OBCHODNÍ ZÁSTUPCE

- zajišťování nových zakázek, příprava zakázek pro výrobu, kontrola výroby, předání zakázek, možnost spolupráce na ŽL, zázemí zavedené firmy, zajímavé finanční ohodnocení odpovídající aktivitě obchodníka

Kontakt www.pdmont.cz a telefonní číslo 734 736 469 paní Kuběnová.

OBJEVUJTE ČESKÝ RÁJ: VÍTE, PROČ SE CHODÍ ZA KOPICŮV STATEK?

Když jdete po červené mezi hradem Valdštejnem a Hrubou Skálou, narazíte na modrou turistickou značku směrem ke Kacanovům, která vás dovede ke Kopicově statku. Kdysi se tu říkalo Jirošův statek. Vojtěch Kopic (1909–1978) se do stavení přiženil v r. 1932, když si vzal za ženu Věru Holubovou z Vrchů, a spolu s ní pobýval na statku až do smrti v roce 1978. Dnes je statek veřejnosti nepřístupný a je v majetku vnuček pana Kopice. Usedlost dvorcového typu z konce 18. století patří k nejpozoruhodnějším památkám pojizerské lidové architektury. Do čtyřbokého dvora se vjíždí dvěma vyklenutými branami z pískovce. Charakteristický venkovský objekt si zahrál v mnoha historických i pohádkových filmech.

Vojtěch Kopic se narodil ve Vadíně u Havlíčkova Brodu, po smrti svých rodičů (od jeho 8 let) byl vychováván tetou v Turnově. K výtvarnu se dostával za 2. svět. války, kdy pomáhal při památkové úpravě chalupy – otesávat kámen ho učil kameník ze sousedství. K tvorbě svých skalních děl používal jen velmi jednoduché náčiní – upravený krumpáč, špičák a paličku. Pan Kopic byl velmi usilovný, např. ve snaze zajistit pro stavení vodu se rozhodl vykopat v úzlabině pod skalami studnu –

ta vodu vydala až v hloubce 35 m. Zájmy Vojty Kopice byly široké – sám se naučil hrát na harmonium (hrával v kaplích na Valdštejně i na Hrubé Skále), zajímalo ho historie, četba starých knih a kronik. Náramky z našich dějin pak plnil svou galerii v pískovcových skalách po neuvěřitelných 38 letech.

Skalní galerie pomalu stárne, některé ze soch i díky zvýšené návštěvnosti posledních let potřebovaly chirurgické opravy, jiné za vlhkého teplého léta tajemně zarůstají mechem a ztrácí se v zeleni. Přesto stojí za to projít si skály a hledat – Přemysla, Libuši, Žížku, Horymíra, Jiřího z Poděbrad, Jana Husa, Cyrila s Metodějem i lidová moudra vtesaná do kamene. Vedle římské orlice najdete holubičku, amorka či Havlíčka Borovského, Jánošíka, zmínku o Lidicích a vzpomínce na maminku. Za největší plastiku jsou považovány varhany, u nichž se tvůrce zobrazil. Štít své chalupy, aby štit perníkové roubenky, tu lidový mistr zanechal v kameni pro památku následníkům. Na to, aby se vše v čase neztratilo, pozorně dohlíží jelen s muflonem a s nimi i český lev s jantarově žlutýma očima ze skla. Je jen na vás, zda najdete všechny plastiky poschovávané ve stráni za statkem.



foto a text toulavá Sláfká

Kulturní a informační středisko Lomnice nad Popelkou vás zve k návštěvě...

LÉTO NA ZÁMKU 2020 – ZÁMEK LOMNICE NAD POPELKOU – do 30.8.2020

ZÁMECKÁ KAVÁRNICKÁ Herní prvky na nádvěří, zámecká herna, každá 5. káva zdarma aj.

SVĚT KOSTIČEK® Výstava kostek a modelů ze stavebnic LEGO® ze sbírky Petra Šimra, do 30.9.

KRAJINY ČESKÉHO RÁJE Prodejní výstava obrazů Výtvarníků Českého ráje, do 27.9.

ZÁMECKÉ LETNÍ KINO 2020 Nádvěří zámku, 14.8.–23.8. vždy od cca 21:00 (po setmění).

NEDĚLNÍ LETNÍ KONCERT – LOMnická skupina AGREGÁT 23.8. od 16:00, nádvěří.

LOUČENÍ S PRÁZDNINAMI NA ZÁMku 30.8. od 13:00, dílnička, prohlídka zámku, pohádka...

NEDĚLNÍ LETNÍ KONCERT – NIKITA S KAPELOU 30.8. od 16:00, nádvěří.

Program Léta na zámku na www.kislomnice.cz, letního kina na www.kino.kislomnice.cz.

TOVARYŠEM ČTVERA ŘEMESEL 2020 + 2 ŘEMESLA NAVÍC Poslední workshopy: Lomnické suchary, zvonářství, keramika, drahé kameny. Podrobný program na www.kislomnice.cz. Přihlašování v Turistickém informačním centru.

ZÁMEK LOMNICE NAD POPELKOU

15.9. od 20:00 – KONCERT PAMÁTCE JIŘÍHO ZAHRADNÍKA

22.9. od 17:00 – KLUB SENIORŮ – JABLÍČKOVÁNÍ Posezení s hudbou, od 16:00 dílnička.

TYLOVO DIVADLO LOMNICE NAD POPELKOU Další program na www.kislomnice.cz.

5.10. od 19:00 – JAKUB SMOLÍK S KAPELOU Koncert v náhradním termínu.

13.10. od 19:00 – MŮJ NEJLEPŠÍ KAMARÁD Komedie Komorního divadla Kalich s Alešem Hámou v hl. roli.

21.10. od 19:00 – KAMELOT A ROMAN HORKÝ Koncert.

KINO LOMNICE NAD POPELKOU Promítání od 24.8., program a prodej vstupenek na www.kino.kislomnice.cz.

24.8. od 18:00 – KONCERT K ZNOVUOTEVŘENÍ KINOKAVÁRNY – TRIPHONIX

JINÉ Sezónní informační středisko na hoře Tábor (do 30.8., Út – Ne 10:00 – 17:00).

Více informací: 739 568 347, info@kislomnice.cz, www.kislomnice.cz, www.facebook.com/kislomnice.



**PRODEJ
suchého, měkkého
+ listnatá směs**

**DŘEVA
NA TOPENÍ
IHNEd**

....

**Syrové dřevo
tvrdé a měkké**

**MĚKKÉ • TVRDÉ
4 m • 1 m
ŠPALKY • ŠTÍPANÉ**

Martina Vrabcová
Svatoňovice 5
511 01 Karlovice (Turnov)
tel. 603 178 964 • 732 642 353
Po telefonické domluvě nás
můžete navštívit a dřevo vybrat.

Obec Příšovice nabízí VÝHODNÝ PRONÁJEM plně vybavené zubní ordinace od 1. ledna 2021

Zdravotní středisko Příšovice hledá zájemce o pronájem zubní ordinace. Prostory v budově zdravotního střediska si může pronajmout buď zubní lekář, nebo odborník poskytující dentální hygienu. Stávající stomatolog ukončí svou praxi koncem roku 2020 odchodem do důchodu.



- Pronajímané prostory mají celkovou výměru 86,69 m²,
- z toho zubní ordinace 17,2 m², zubní laboratoř 17,2 m² a dva sklady.
- Obec Příšovice, která pronájem nabízí, vyžaduje ordinační dobu v rozsahu nejméně 24 hodin týdně.

Další informace k pronájmu podá starosta obce Ing. František Drbohlav, tel. 602 112 037,

e-mail: prisovice@email.cz nebo stávající stomatolog MUDr. Petr Hnátek, e-mail: petrhnatek@centrum.cz



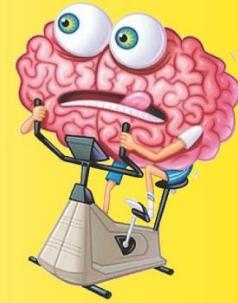
MOZKOVNA

V dnešní mozkovně budeme vzpomínat na důležité momenty vašeho života. Zkuste si v udaných situacích, které jste již v životě zažili, vybavit co nejvíce informací, pocitů, předmětů a zážitků s nimi spojených a napíšte je.

Například: dovolená – moře, mušle, pohoda, sluníčko, opálení se, vůně moře, lahodné jídlo, relaxace...

- kurz v zaměstnání
- práce na zahrádě
- stěhování do nového bydlení
- po tréninku (velké fyzické zátěži)

- svatba
- narození potomka/vnučku
- poslední oslava narozenin
- poslední rodinná dovolená



SOUTĚŽ S KŘÍZOVKOU

Zašlete vyuštení křízovky přes formulář na www.ceskyrajvakci.cz a vyhrajte knihu od nakladatelství SMART PRESS.

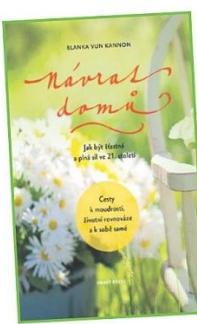
NÁVRAT DOMŮ – Jak být šťastná a plná sil v 21. století

autorka: Blanka Vun Kannon

Autorka propojila východní nauky (principy feng–shuy) s učením přirodních národů, které nezapomněly

vnímat sílu přírody, a v ucelené knize je zpracovala pro českou ženu.

smart
press



RECEPT: JABLEČNÉ KNEDLÍČKY S OŘECHY

450 g nahrubo nastrouhaných jablek (vhodná jsou i letní zelená jablíčka), 250 g hrubé mouky, 70 g ořechů (vlašské, lískové, mandle atd.. lze použít i slunečnicová semínka nebo směs). Jablka s moukou dobře prohněteme a uděláme těsto. Necháme odležet. Umeleme ořechy a bez oleje oprážíme na páni až začnou vonět. Odstavíme a přimícháme 2 lžíce cukru a 1 lžíčku mleté skořice. Z těsta vytvarujeme malé knedlíčky, které zavaříme ve vroucí, jemně osolené vodě. Vaříme, než vyplavou na hladinu (cca 5 minut). Při servírování posypeme připravenými ořechy a omastíme přepuštěným máslem.



	THAJSKÁ TISK. AGENTURA	1. ČÁST TAJENKY	PŘÍRODNÍ SRÁŽKY	DOMY	PUTOVÁNÍ ZÁKLADNÍ RYTMUS JAZZU	VYSOKÉ UČENÍ MARXISMU LENINISMU	ADÉLA DOMÁCKY	PŘITAKÁNÍ	3. ČÁST TAJENKY	VRYP (ZAST.)
ZNAČKA AUDIOKAZET				EMILIE (DOMÁCKY) MRKNUTÍ		ZKR. AMPÉRHODINY ESENCE, BYTNOST				
NORMÁLNÍ ŠKOLA						CIRKA ČÁST KOSTRY				
POVĚL PRO PSA					SPZ KOLÍNA HVÍZDAT					PLEŠ
POMŮCKY: POSTL, YEAR, ARTIS, TNA, LOOK	INDIÁNSKÁ ZBRAŇ POTRUBÍ				NÁŠ MALÍŘ POHLED (ANGL.)					
HUDEBNÍ ŽÁNR			LUPÍNKY LINKA DUVÉRY (ZKRATKA)							
OBEZITA							ODBOROVÝ SVAZ SKOLIT			
ZAKVIČENÍ VEPŘE		OPRAVNÁ LODÍ MOTOCYKL				SLOVEN, PŘEDLOŽKA LOTERNÍ LISTEK				
ČÁST ÚST			TKANICE PRVEK ZNAČKY RN		BATOH 2. ČÁST TAJENKY					
ANGL. ROK	CITOSLOVCE POCHOPENÍ	ŠÁLENÍ KOČKOVITÁ ŠELMA				ZKR. STÁTNÍ ARBITRÁZE SPZ NÁCHODA		RUSKY TITO	ĐÁBEL	
HRDINA ORIENTAČNÍCH POHÁDEK						STAVEBNÍ KONSTRUKCE CIZÍ ZKRATKA ČÍSLA				
PATŘÍCÍ JEMU				JMÉNO HEREČKY EKBERGOVÉ						
OVANUTÍ				ZNAČKA LYŽÍ						

Pokud jste nedostali noviny Český ráj v akci do schránky, dejte nám vědět! noviny@ceskyrajvakci.cz

Nechte si noviny zasílat také pohodlně e-mailem. Stačí se zaregistrovat na www.ceskyrajvakci.cz.

Aktuální tipy, zajímavosti, recepty, novinky a další čtení také na www.ceskyrajvakci.cz. Vydává Belontis Design s. r. o., IČ 02862581. Korespondenční adresa: Redakce Český ráj v akci, P. O. BOX 52, 511 01 Turnov, e-mail: obchod@ceskyrajvakci.cz, www.ceskyrajvakci.cz. MK ČR E 21748.

Za obsah inzerce ručí zadavatel. Vychází v nákladu 50–55 000 výtisků, distribuuje Česká pošta, a.s., do schránek v Českém ráji (Turnov, Železný Brod, Hodkovice nad Mohelkou, Semily, Jičín, Sobotka, Mnichovo Hradiště, Lomnice nad Popelkou, Bakov nad Jizerou a jejich spádové obce). Noviny k dostání také v IC daných měst, v IC Mladá Boleslav, Liberec, Jablonec nad Nisou, Nová Paka, Lázně Bělohrad a na dalších místech, seznam na www.ceskyrajvakci.cz. Měsíčník. Zdarma. Vydání č. 72 – srpen/2020, výšlo 17.–19. 8. 2020. • Výherci soutěží z č. 71: výhry ze všech soutěží již byly rozeslány, výherci uveřejněni na www.ceskyrajvakci.cz



MOZKOVNA, TIPY, ZAJÍMAVOSTI NA WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ



Business centrum u hlavní pošty, Řeznická 1332/7, Liberec, telefon: +420 489 114 800



Zvyšujeme kompenzaci pro naše dárce na 700 Kč!



www.sanaplasma.cz - plasma léčí

*Tato náhrada je závazně stanovena ustanovením § 32 odst. zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, podle kterého za krev odebíranou pro výrobu krevních derivátů a pro použití u člověka podle jiných právních předpisů a za její odběr nevzniká osobě, které byla krev odebírána, nárok na finanční ani jinou úhradu, s výjimkou účelně, hospodářně a prokazatelně vynaložených výdajů spojených s odběrem její krve, o které tato osoba požádá, a to celkem do maximální výše 5 % minimální mzdy.



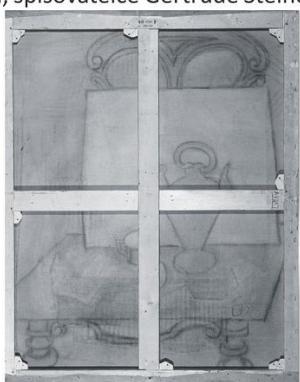
WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ

ZAJÍMAVOST ZE SVĚTA: SLAVNÝ PICASSŮV OBRAZ SKRÝVAL NETUŠENOU PŮVODNÍ SKICU

Chicagský institut umění chtěl prozkoumat jedno ze slavných Picasso-vých zátiší s názvem „Still Life“ a přišel na nečekaný objev. Díky rentgenovému snímkmu objevili malířovu skicu, která se skrývala pod obrazem. Objev byl zveřejněn v červenci v magazínu *SN Applied Sciences*. Plátno kromě slavného obrazu skrývalo skicu se džbánem, hrnekem a obdélníkovým objektem, který institut označil nejpravděpodobněji za noviny – vše položené na desce, která mohla být buď stolek, nebo židle. Picasso je znám tím, že často maloval na plátna, která již předtím použil. Skici zapracoval do svého nového díla. V tomto případě ale šlo ojinou metodu, kdy skicu zatřel silnou vrstvou bílé barvy a na plátno namaloval zcela nový motiv. Zajímavostí je, že právě díky barvě o existenci skici pod dílem neměl nikdo tušení. Odborníci nechtěli spekulovat, proč Picasso skicu zamaloval, konstatovali však, že obraz, který se skice podobá, visí v Göteborgském muzeu umění ve



Švédsku. Zátiší „Still Life“ se skrytým náčrtkem namaloval slavný autor v roce 1922 a věnoval ho své přítelkyni, spisovatelce Gertrudě Steinové.



Zdroj: novinky.cz, foto twitter Live Science



SEMILSKÝ PECEN



Tradiční dožínková slavnost města Semily

11. - 12. září 2020

Pátek 11. září

Đolíkfest na Ostrově

17:00 Přehlídka místních umělců a uskupení

Pódium před zámkem

19:30 cimbalMEN - mladá cimbálová muzika z Lednice, která nezapadá do klasického formátu a pojedná cimbálových muzik. Do folkloru se nebojí vložit odvážné aranžé a neobyčklé hudební kombinace a nový image.

Sobota 12. září

Sbor Dr. Karla Farského v Semilech

8:15 Ekumenická bohoslužba a vystoupení pěveckého sboru Jizerka.

9:30 Tradiční průvod městem na Ostrov za doprovodu dechové hudby.

Ostrov

10:00 Přivítání průvodu a slavnostní zahájení.

10:45 Pásma písniček, říkadel a ukázky mlácení obilí – 4. třída Waldorfské ZŠ.

11:10 Ocenení místních chovatelů či pěstitelů.

11:25 Goat dancing (koží tancování).

11:45 Udělení ceny zahrádníka města Semily.

12:00 Česká beseda – tanecní vystoupení souboru Přátelé Benešova.

12:30 Tanecní skupina Dance Semileis Semily.

13:00 Goat dancing (koží tancování).

13:30 Pop - folk - country.

12:45 Tanková bitva.

14:30 Vyhlašení výsledků soutěží „Podivín mezi plody“ a „Dobrý pecen“.

Pódium před zámkem

11:30 DH Semilská 12 - pod vedením kapelníka Daniela Bismilera vystoupí místní dechová hudba.

13:30 Beat Sisters - čtyřčlenná kapela z Berouna hrající hard rock-rock.



akce je pořádána
s finanční podporou
Libereckého kraje

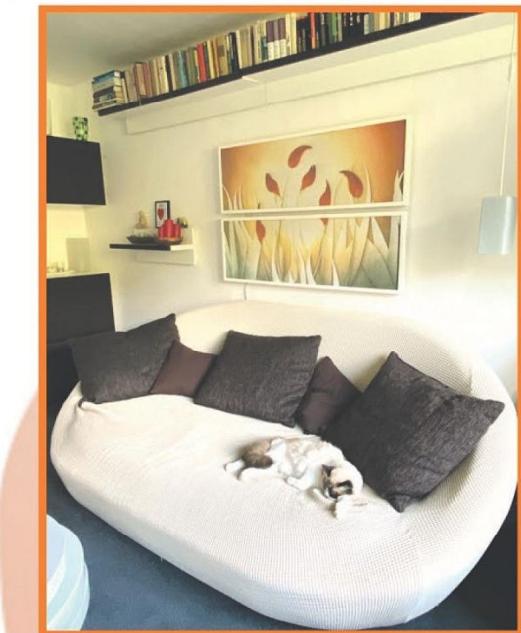


INFRAPANELY

jako hlavní zdroj vytápění



Certifikovaný český produkt



- jsou krásné
- nezabírají místo (radiátory, vedení, tech. místnost)
- levné na pořízení
- průměrné až podprůměrné provozní náklady
- snadno přenositelné a modifikovatelné
- nulová poruchovost díky absenci součástek
- životnost 20 let bez servisu a dalších nákladů
- bez revizí
- přenositelné
- nevysušují vzduch
- bez emisí
- snadné připojení na FVE
- standardní elektrické rozvody

výroba - projekce - prodej - montáž



**MINIELEKTRÁRNY PŘÍMO
DO ZÁSUVKY**

...PŘIBRZDĚTE SVŮJ ELEKTROMĚR !!!

...lze i bez předražené dotace :)

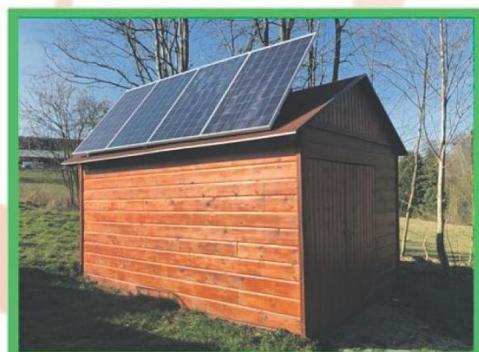
1kW - 22.900,-Kč

2kW - 37.990,-Kč

4kW - 75.980,-Kč

10kW - 113.970,-Kč

ceny vč. DPH



minielektrárna 1kW

- okamžitá a jednoduchá instalace do Vaší zásuvky
- automatický zcela bezobslužný provoz
- bez revizí a papírování

zelená linka 800 100 979

www.sunnyhouse.cz

prodejna a galerie

SUNNYHOUSE

Nádražní 214
51301 Semily

otevírací doba

po - čt 8 - 15:30 hod
pá 8 -12 hod

tel: 737 451 167