



[WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ](http://WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ)

pro Hodkovice nad Mohelkou, Mnichovo Hradiště, Turnov, Železný Brod, Semily, Sobotka, Jičín, Lomnice nad Popelkou a jejich spádové obce



#### 17. 8. MARIE ROTTROVÁ & NERĚZ

Marie Rottrová je jednou z nejoblíbenějších a nejuznávanějších českých zpěvaček. Těšte se na hity jako Kůň bílý, Reka lásky, Měli jsme se potkat dřív, Markétka nebo Lásko, voníš deštěm.

#### 19. 8. PADDY KELLY (KELLY FAMILY)

Legendární frontman skupiny Kelly Family. Dále vystoupí: Vlasta Horváth, Alžběta Kolečkářová a Public Relations.

#### 24. 8. RUKOJMÍ BEZ RIZIKA

Skvělá situacní komedie o tom, jak dokáže sebevražedné plány dvojici zoufalých přátel překazit trojice prchajících amatérských lupičů s pytem plným peněz. Hrají: Václav Vydra, Jan Šťastný, Jana Boušková, František Skopal a další.

#### 31. 8. ČECHOMOR

Zažijte megahity jako Proměny, Velické zvony, Mezi horami, Místečko a mnoho dalších.

[WWW.SEDMIHORSKELETO.CZ](http://WWW.SEDMIHORSKELETO.CZ)

## ČTĚTE

### ROZHовор MĚSÍCE:

Václav Vydra str. 7

### SOUTĚŽ S KŘÍŽOVKOU O KNIHY

str. 14

### DRUHÝ DÍL SERIÁLU JÓGA

+ JAKÝ BYL PRVNÍ JÓGA

### KEMP V ČESKÉM RÁJI

str. 5

### ZDRAVĚJŠÍ DOMÁCOST –

Jak nahradit aviváz str. 10

### a dále TIPY NA KULTURNÍ AKCE, VÝLETY, ZAJÍMAVOSTI

## MUZEUM

Neustále doplňovaná přehlídka železnobrodského uměleckého skla, především autorských objektů významných sklářských výtvarníků spolu s kvalitními příklady výrobků železnobrodských firem do r. 1948.

Další oddělení podrobně mapuje vývoj železnobrodských skleněných figurek.

**MUZEUM A GALERIE DETESK**

# ČESKÝ RÁJ VAKCI

SRPEN 2017  
MĚSÍČNÍK  
53 000 VÝTIKŮ  
ZDARMA DO SCHRÁNEK

8/17



**ŠKODA**  
SIMPLY CLEVER

Podzimní abonentní cyklus 2017 se venuje houslím v jazzovém rytmu a hudebníkům, kteří je mistrovsky ovládají. Během tří večerů se Vám představí dva houslisté a jedna půvabná houslistka.

Pondělí 25. září 2017

## BEN HOLDER & PETR BENEŠ DUO

Pondělí 16. října 2017

## ROMANO TRIO

Pondělí 20. listopadu 2017

## ANNA MLINARIKOVÁ KVINTET

Abonentky v ceně 600 Kč jsou v prodeji od 1. 7. 2017, jednotlivé vstupenky za 250 Kč od 11. 9. 2017. Přeprodaj na pokladně ŠKODA Muzea denně od 9 do 17 hodin.

**ŠKODA Muzeum**, Tř. Václava Klementa 294, Mladá Boleslav, T: +420 326 832 038, E: [muzeum@skoda-auto.cz](mailto:muzeum@skoda-auto.cz), [muzeum.skoda-auto.cz](http://muzeum.skoda-auto.cz)

**JOSEF KÁBRIT** – obrazy ilustrace grafika animace **GALERIE**  
Výběr z díla světoznámého animátora, režiséra, malíře a grafika, držitele mnoha domácích i zahraničních ocenění.

**ŠPERKY • KRESBY • OBRAZY Jaroslava Kodejše**

Výstava šperků premiérově doplněná také Kodejšovou tvorbou malířskou.

**VINOTÉKA**

Francouzská a italská vína od prověřených dodavatelů z oblastí, kam společnost DETESK dlouhodobě dodává soubory dárkových láhví určené pro plnění alkoholickými nápoji.



**Detesek**

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

# Firma Ontex Turnov slaví 20 let. Při dni otevřených dveří odhalí celou výrobu

Od otevření závodu na Vesecku uplynulo neuvěřitelných 20 let. Firma Ontex - přední mezinárodní výrobce hygienických potřeb je v regionu jedním z nejvýznamnějších zaměstnavatelů a od doby svého vzniku stále svou výrobu rozšiřuje. Jediný závod v České republice je v Turnově a řadí se mezi téměř dvě desítky výrobních závodů, které jsou rozesety doslova po celém světě. Celosvětově firma Ontex zaměstnává 12 000 lidí, v Turnově je to pak téměř tisíc z nich. Na rozvoj turnovského závodu, úspěchy, zaměstnanecké výhody, ale i připravovaný Den otevřených dveří, který se uskuteční v sobotu 9. září, jsme se zeptali ředitelé závodu pana Martina Hyšky, který v Ontexu Turnov působil ve vedoucích funkčích deset let a od 1. 1. 2016 zastává funkci nejvyšší.

## Pane řediteli, jak se turnovský Ontex změnil v průběhu posledních let z pohledu inovací, rozsahu služeb nebo i rozšíření areálu?

Pokud se podívám 10 let nazpět, došlo k rozšíření areálu Distribučního centra pro hotové výrobky a k výstavbě nové administrativní budovy s hlavním cílem nové jídelny pro zaměstnance. To nejdůležitější se ovšem odehrává ve stávajících prostorech. Zde se neustále rozšiřujeme z pohledu výrobních kapacit. Hlavní část naší výroby je zaměřena na dětské jednorázové plenky. Jednak se orientujeme na investice do nových výrobních linek, ale i na modernizaci těch stávajících. Od roku 2012 zde máme i novou linku na výrobu jednorázových plenek pro dospělé. Samozřejmě velkou část výroby tvoří výrobky pro dámskou hygienu, kde také modernizujeme linky, abychom i na této výrobní kategorii rozšířili kapacitu. Toto je zásluhou našich techniků, kteří jsou sami schopni připravit výrobní prostory pro nové výrobní technologie, ale i starší výrobní linku přestavět na moderní systémy. V tomto trendu budeme pokračovat s větším zaměřením na automatické řízení výrobního procesu a sběru dat z výrobních linek.

## Jaký sortiment nabízí firma Ontex svým zákazníkům?

Ontex Group je dodavatelem celé řady výrobků hygienických jednorázových potřeb. Za nás závod v Turnově, jak jsem již zmínil, hlavní zaměření je na výrobu dětských jednorázových plenek v celém spektru velikostí. Od základního provedení, až po „Prémiovou“ řadu nejvyšší

kvality na trhu. Dále výrobky dámské hygiény a také výroba jednorázových plenek pro dospělé.

## Vyvážíte své výrobky také do zahraničí?

Ano, více než 90% naší produkce se využívá do zahraničí – lze říci, že na všechny světové kontinenty. Našimi hlavními zákazníky jsou maloobchodní řetězce, pro které vyrábíme pod jejich obchodními značkami.

## Ontex jede cestou automatizace, můžete nám tuto problematiku blíže specifikovat?

V první řadě musím říci, že charakter naší výroby je a bude založen na znalostech a zkušenosťech lidí, kteří pracují u výrobních linek. Cestou automatizace jsme se vydali hlavně v oblasti paletizace pomocí robotů na výrobních linkách pro dětské i inkontinenční plenky. Do budoucna budeme pokračovat v tomto trendu na všechny výrobní linky. V letošním roce se bude instalovat



vat automatické balení přímo do kartonů. To je směr, do kterého bude firma Ontex investovat i nadále.

## Jaké jsou vize firmy Ontex do budoucna?

Máme jasné cíl do budoucna, být preferovanou firmou pro naše zákazníky, koncové spotřebitele, zaměstnance a samozřejmě investory.

## Jak se firma Ontex staví k otázce odpadů?

Ekologii samozřejmě řešíme, jsme certifikovaní normami ISO 14001, což je orientace na životní prostředí, a ISO 50001, která se soustředí na hospodaření s energiemi. Jako firma se snažíme chovat zodpovědně k životnímu prostředí – zabýváme se snižováním spotřeby energie, odpadů a jejich tříděním a k tomu také vedeme všechny naše zaměstnance.

## Jste významným zaměstnavatelem v regionu, pro letošní rok chystáte například rozšíření

dopravy pro své zaměstnance... Již dlouhou dobu spolupracujeme s další výrobní firmou z Turnova na dopravě zaměstnanců z okolí Semil, Železného Brodu a od podzimu se nově chystáme rozšířit svoz z Lomnice nad Popelkou, Košťálova a Libštátu.

## Kolik v současné době zaměstnáváte lidí?

V tuto chvíli zaměstnáváme 760 kmenových a přes 100 agenturních zaměstnanců. Na Turnovsku se rádime mezi přední zaměstnavatele.

## Jaké další benefity – kromě zmiňované dopravy – mohou v rámci zaměstnaneckého poměru vaši zaměstnanci čerpat?

Nabízíme zaměstnancům celou řadu benefitů, k dnešnímu dni jich máme 34. Zmíníl bych 13. a 14. plat; dovolená 26 dní; příspěvek na penzijní připojištění, masáže a rehabilitace přímo v závodě a řadu rodinných permanentek. Co osobně vnímám jako velký benefit, je stabilní zaměstnání bez ohledu na okolní vlivy ostatních odvětví průmyslu; nadále postupný růst firmy, stabilita na trhu a prostor pro rozvoj našich zaměstnanců.

## V sobotu 9. září proběhnou oslavy 20 let Ontexu v Turnově, v jejich rámci také den otevřených dveří. Komu je určen a na co se mohou návštěvníci těšit?

Z velké části jde o poděkování všem našim zaměstnancům za jejich skvěle odváděnou práci. Budou mít možnost ukázat své rodině, přátelům a známým práci, kterou zde vykonávají. Den je však určen i široké veřejnosti. Návštěvníci se budou moci podívat do výrobních a skladových prostor, na automatizaci a technická zařízení, vyzkoušet si kvalitu našich výrobků na různých laboratorních testech. Venkovní prostor pak bude určen pro zábavu dětí i dospělých. Ti se mohou těšit na atrakce podle jednotlivých kontinentů, kde Ontex působí, s workshopem a vždy sportovně zábavní atrakcí. Za všechny mohu jmenovat za africký kontinent například obrovské bludiště. Pro návštěvníky máme připravenou výrobu ledové tříštiče, výrobu hamburgerů nebo ručního papíru. Chybět nebudou ukázky hasičů, informační stánek VZP s měřením krevního tlaku i řadou rad pro zdraví a mnohé další. Samozřejmostí je také občerstvení. Všechny zájemce, kteří se chtějí podívat na netradiční způsob výroby a zároveň se pobavit, srdečně zveme.

# ONTEX CZ s.r.o. TURNOV

Vás srdečně zve na  
**DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ**  
v sobotu 9.9.2017 od 9,00 hod.

Přijďte s námi oslavit 20 let od otevření turnovského závodu!

- Seznámíme Vás s technologickými a produktovými inovacemi.
- Připravujeme prohlídku výrobních a skladovacích hal s možností praktických testů a ukázkou nově instalovaných robotů.

Čeká Vás bohatý doprovodný program s řadou atrakcí pro děti i dospělé.



## ZAJÍMAVOSTI ZE SVĚTA: OD 2. SRPNA ŽIJEME V RÁMCI ZEMĚKOULE NA DLUH

Den nazvaný Earth Overshoot Day, tedy den, kdy lidstvo vyčerpá přírodní zdroje, které Země dokáže za rok doplnit, se letos stanovil na 2. srpna. Od této chvíle už žijeme na dluh.

Začátek ekologického dluhu lidstva ohlásila organizace Global Footprint Network (GFN) se sídlem v kalifornském Oaklandu. Smutné datum letos přišlo nejdříve v historii této statistiky. Loni to bylo o den později. Jeden pozitivní fakt bychom však dokázali najít - pohyb v kalendáři směrem dozadu se v posledních letech zpomaluje. Poprvé mělo lidstvo neudržitelnou spotřebu půdy, vody či čerstvého vzduchu v roce 1971.

„Ke druhému srpnu spotřebujeme více, než naše planeta dovede za celý rok obnovit. To znamená, že za sedm měsíců jsme vyprodukovali více oxidu uhličitého, než mohou oceány a lesy pochlitit, chytily jsme více ryb, porazili více stromů a zkonzumovali více vody, než Země dokázala za stejnou dobu vyprodukovat,“ uvedla GFN v oficiálním prohlášení. Podle ní by nyní na uspokojení poptávky lidstva při respektování obnovy zdrojů bylo potřeba 1,7 zeměkoulí. Kdyby ale všichni lidé žili jako občané Austrálie či USA, nestačili by ani čtyři modré planety!

GFN také vypočítala Overshoot Day pro jednotlivé státy porovnáním jejich spotřeby s velikostí a přírodním bohatstvím. Česká republika letos svůj potenciál překročila již 28. dubna, o téměř mě-

síc dříve než Slovensko, avšak o více než dva měsíce později než nejhorší Lucembursko a Katar. Výpočet data každoročního „dne překročení“ vychází z porovnání globální biokapacity a poptávky. Global Footprint Network k němu využívá údaje OSN z tisícovek oblastí lidské činnosti, včetně rybářství, lesnictví, dopravy a energetiky. Podle organizace na začátku 60. let lidstvo využívalo tři čtvrtiny kapacity zdrojů Země a od 70. let v důsledku ekonomického a populačního růstu začala poptávka překračovat nabídku. „Naše planeta má své limity, ale potenciál člověka je nemá. Žít podle možností, které nám dává naše planeta je technologicky proveditelné, finančně výhodné a je to naše jediná šance na úspěšnou budoucnost,“ řekl předseda GFN Mathis Wackernagel. Zároveň připomnul, že povzbudivým signálem může být vývoj v USA, kde se mezi lety 2005 a 2013 (aktuálnější údaje nejsou v současné době k dispozici) ekologic-

ká stopa jednoho obyvatele snížila o 20 procent, a to i v čase ekonomického růstu. Díky masivnímu rozkvětu zelené energetiky se podle Wackernagela rovněž zlepšuje Čína.

**Tabulka ukazuje kolik zeměkoulí by bylo třeba, pokud by všichni žili jako obyvatelé daného státu. →**

Zdroj: ČTK, GFN; foto: NASA



Austrálie	5,2
Spojené Státy	5
Jižní Korea	3,4
Rusko	3,4
Německo	3,2
Švýcarsko	3,1
Francie	3
Velká Británie	3
Japonsko	2,9
Itálie	2,6
Španělsko	2,4
Čína	2,1
Brazílie	1,8
Indie	0,6
<b>Světový průměr</b>	<b>1,7</b>

**19**  
SRPEN  
**17**

19.08. 2017 od 18:00 hod

VSTUPNÉ: 100,- Kč DĚTI ZDARMA!

**VELKÁ NOČNÍ CENA**  
eLED - PTÝROV

www.farmaptyrov.cz / www.koneptyrov.cz



FairCredit  
**Začněte s námi!**  
**Hledáme posily do našeho obchodního týmu**



### Nabízíme

- Podporu nové silné české společnosti
- Pravidelnou týdenní výplatu provizí
- Podíl na zisku 20%
- Možnost dalšího pasivního zisku
- Bezplatné profesionální zaškolení
- Otevřenosť a férnost

**800 888 120** bezplatná linka

[www.faircredit.cz](http://www.faircredit.cz)  
[www.vydelejtesivic.cz](http://www.vydelejtesivic.cz)

**NÁBYTEK Jamall**  
v bydlení jsme doma

3x polohovatelný záhlavník

**SKLADEM DO VÝPRODAŽE**

**19 990,-**

(cena pro akční látky Camino 17, 19, 20)

### NOVINKA

**PIURE**

š\*v\*h: 265\*85-100\*200 cm  
Plocha pro spaní: 119\*197  
Výška sedu 45 cm

**SEMILY**

Jiráskova 519  
tel.: 608 073 379  
semily@jamall.cz

[www.jamall.cz](http://www.jamall.cz)



Hormonální jóga s Magdalénou  
15. - 16.9.

TURNOV 733 115 485  
[www.yogaholick.cz](http://www.yogaholick.cz)

**ČLOVĚK JE STVOŘEN K POHYBU**  
Pohyb je život. Důležité je vést už své děti k pohybu, který jim kromě blahodárné fyzické aktivity dává také rád, pravidelnost a přináší sebevědomí, sebekázeň a také umění prohrávat, motivovat se a nevdávat se. Určitě ale sportujte i vy sami! Ať jste v jakémkoliv věku a fyzické či zdravotní kondici, aktivit je dle vašich možností obrovská spousta. Už jen samotná chůze je úžasná. S příměřenou fyzickou aktivitou odchází bolest a přichází radost! Hýbejte se, žijte!

**MĚSTO SEMILY**

**HLEDÁ NÁJEMCE NOVĚ BUDOVANÉHO ZÁZEMÍ NA OSTROVĚ**

[WWW.SEMILY.CZ/UREDNI-DESKA/2](http://WWW.SEMILY.CZ/UREDNI-DESKA/2)

A C  
TURNOV

# NÁBOR DĚTÍ DO ATLETICKÉ PŘÍPRAVKY PRO ROČNÍKY 2005 - 2012

## ATLETIKA PRO DĚTI

Pondělí 4.září 2017

od 15 hodin do 17 hodin

Městský atletický stadion Ludvíka Daňka v Turnově,  
poté každé zářijové pondělí od 16 do 17 hodin.

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. Dnešní nabídka pro děti je pestrá - od plavání, tenisu, fotbalu až po keramiku či zpěv. Atletika je však v něčem „jiná“. V začátcích nenutí děti ke specializaci, a proto by měla umět těžit ze své nesporné výhody - všeobecnosti. Běh, skok, hod, to jsou pohybové aktivity, které jsou základem nejen pro jednotlivé disciplíny v atletice, ale i v jiných sportech.

Pro školní rok 2017-2018 navýšujeme kapacitu pro velký zájem a přidáváme už desátou skupinu, přednost má ten, kdo se přihlásí dřív. Děti, které již přípravku navštěvovaly v minulém školním roce, mají přednostní zápis (informace u svých trénérů).

Kontaktní osoba: Radka Macháčková, mobil: 605 869 258, email: [rada.machackova@seznam.cz](mailto:rada.machackova@seznam.cz)

[www.acturnov.com](http://www.acturnov.com)



## SEDMIHORSKÉ LÉTO 2017

<b>A</b>	<b>ČTVRTEK</b>	<b>17.8.</b>	<b>MARIE ROTTROVÁ &amp; NEŘEZ</b>
<b>B</b>	<b>SOBOTA</b>	<b>19.8.</b>	<b>PADDY KELLY</b> frontman Kelly Family Dále vystoupí: Vlasta Horváth, Alžběta Kolečkářová a Public Relations
<b>A</b>	<b>ČTVRTEK</b>	<b>24.8.</b>	<b>RUKOJMÍ BEZ RIZIKA</b> DIVADELNÍ PŘEDSTAVENÍ Václav Vydra, Jan Šťastný a další
<b>A</b>	<b>ČTVRTEK</b>	<b>31.8.</b>	<b>ČECHOMOR</b>

**Sedmihorky u Turnova**

**Předprodej vstupenek:**  
[www.sedmihorskeleto.cz](http://www.sedmihorskeleto.cz), [www.evstupenka.cz](http://www.evstupenka.cz)  
a evstupenka prodejní místa. Vstupenky na koncert **Paddy Kelly** (Happy Faces Festival) na [www.ticketstream.cz](http://www.ticketstream.cz) a [www.sedmihorskeleto.cz](http://www.sedmihorskeleto.cz).  
Děti do 5 let zdarma / od 6 let do 140 cm vstupné 120 Kč.  
Dětské vstupenky pouze na pokladnách festivalu. Na divadelní představení a Paddy Kelly se dětské vstupenky neprodávají.

**Zastřešené jeviště a hlediště**



[www.sedmihorskeleto.cz](http://www.sedmihorskeleto.cz)

# PRVNÍ JÓGA KEMP V ČESKÉM RÁJI SE USKUTEČNIL KONCEM ČERVENCE. UŽ NYNÍ SE CHYSTÁ JEHO DRUHÝ ROČNÍK



Úžasná a silná atmosféra, neskutečný pohled na hrad Trosky a velmi příjemný uzavřený prostor v zahradě Penzionu Recall – to vše tvořilo dokonalou atmosféru Jóga kempu, který se uskutečnil o víkendu 22. a 23. července. Organizátory při prvním ročníku mile překvapil zájem účastníků, který byl výrazně vyšší než letošní kapacita. Jóga kemp byl plný různých druhů jógy se třemi úžasnými jógovými lektorkami. Každý si tak mohl zkusit, jak mu vyhovují různé druhy vedení i různá rychlosť cvičení, jak meditovat, jak se protáhnout, dozvědět se něco nového v rámci přednášek. Mezi účastníky byli jak absolutní začátečníci, tak i lidé, kteří jógu cvičí roky. Všichni účastníci navíc pozitivně uvítali, že se organizátoři snažili Jóga kemp udržet co nejvíce ekologický, vyprodukovat co možná nejmenší množství plastů a dalšího odpadu. Je až neskutečné, že celý kemp vyprodukoval pouze dva pytle plastů, půl pytle papíru a půl pytle směsného odpadu. Třídění odpadu totiž dává smysl. „Neskutečný pro nás byl i fakt, že po celé akci a po našich účastnících v areálu nezbýl jediný odpadek!“ Vše do sebe zapadal naprostě úžasné. Za nás organizátory bylo obrovskou radostí, že všichni odjízděli s úsměvem a slovy, že se za rok určitě vrátí. Velké poděkování proto patří opravdu všem, kteří byli součástí programu a celého Jóga kempu. Těšíme se za rok!“, dodává Pepa Šorm, organizátor Jóga kempu. Už nyní je možné přihlásit se k novinkám a při zájmu na další ročník na [www.jogakempceskemraji.cz](http://www.jogakempceskemraji.cz)

## PENZION RECALL

### SPORTOVNÍ POBYTY

### JÓGA

### SVATBY

### V ZAHRADE

### KRÁSNÉ PROSTŘEDÍ ČESKÉHO RÁJE

[www.penzionrecall.cz](http://www.penzionrecall.cz)

+420 774 709 588

recepce@penzionrecall.cz



## JÓGA II. – DODEJTE SVÉMU ŽIVOTU ŠTÁVU S HORMONÁLNÍ JÓGOU

Dynamika, vitalita a optimismus! To jsou tři slova, která hormonální jógu dokonale charakterizují.

Až ji zažijete na vlastní kůži, uvidíte sami! Tento jógový styl byl vyvinut brazilskou lektorkou Dinah Rodriguez. Ta zkombinovala hatha jógové asany s dechovými a energetickými technikami a představila sérii cviků, které probudí vaši hormonální soustavu k životu. V současné době existují 3 série cviků: pro ženy, pro muže, pro diabetiky.

Cílem hormonální jógy je získání, obnovení nebo udržení vyrovnané hormonální hladiny v našem těle. Myslíte, že to není důležité nebo že se to samo nějak srovná? Máte šanci pomoci sami sobě a dokonce nemusíte čekat na první výsledky týden ani měsíce. Hned po první lekci zaručeně učítíte změnu.

### PROČ ZKUSIT HORMONÁLNÍ JÓGU?

Ženu s vyrovnanou hormonální hladinou poznáte na první pohled. Má čistou pleť, hezké vlasy, metabolismus funguje jak má, a tak i postava má ty správné tvary. Celkově je taková žena skutečně hezká, plná života i sexuální energie. Na takové ženě poznáte, že přijímá sebe samu, že si je zcela vědoma svého ženství a ví si rady s vlastním životem. To platí samozřejmě i pro muže. Jednoduše řečeno: Vyrovnejte svou hormonální hladinu a vyrovnaté svůj život!

### PRO KOHO JE HORMONÁLNÍ JÓGA VHODNÁ?

Primárně se soustředí na ženy i muže trpící hormonální nerovnováhou. Pokud však máte pocit, že vaše hormony jsou ve správné hladině a rádi byste tuto jógu vyzkoušeli na vlastní kůži, můžete očekávat osvěžující sprchu pro vaše tělo. Série cviků vám dodá vícere energie, významně zvýší pohyblivost těla a pomůže vám cítit se plní života. Pokud již tohle všechno máte, patříte, mezi hrstku šťastlivců a pravidelná praxe hormonální jógy vám pomůže nastolenou rovnováhu udržet! A to všechno téměř okamžitě.

### ZMÍRNÍTE NEBO ZCELA ODSTRANÍTE:

Emocionální nestabilitu, nepravidelnou nebo bolestivou menstruaci, deprese, obezitu, diabetes, nedostatečnou činnost štítné žlázy, syndrom karapátního tunelu, problémy s pleťí, nehty nebo vlasy, nízké libido, premenstruační syndrom, neplodnost, symptomy menopauzy, cysty na vaječnících

a mnoho dalšího.

### PROČ BYSTE TO MĚLI ZKUSIT?

Protože vitalita je jako vibrace, je silná až nakažlivá a jakmile jednou ucítíte svou vnitřní sílu, která bude zářit i navenek, tak už ji nebudete chtít nechat odejít. Člověk má vlastně neustále tendenci vylepšovat vlastní život a vy teď můžete s touto jógou.



### NA CO SE HORMONÁLNÍ JÓGA ZAMĚŘUJE?

Hormonální jóga se soustředí především na udržení, znovuobnovení nebo udržení vyrovnané hladiny hormonů. Hormony v našem těle tvoří žlázy s vnitřní sekrecí: hypofýza, štítná žláza, nadledvinky, vaječníky (varlata). Pro vyrovnanou hormonální hladinu je důležitá správná funkce těchto žláz, a tak sestavy cviků pracují s asanami (jógovými pozicemi), které přímo ovlivňují dané části těla. V kombinaci s dechovými, vizualizačními, energetickými a dalšími jógovými technikami dochází také k úžasnému omlazení organismu. Probudíte ve svém těle k životu vše, co potřebujete.

### KONTRAINDIKACE

Techniky hormonální jógy nejsou vhodné pro těhotné ženy. Můžete provádět většinu asan, ale bez kombinací s dechovými technikami, při kterých pak dochází k silné masáži vnitřních orgánů. Naopak, pokud se otěhotnět snažíte, tento styl jógy je pro vás. Díky hormonální józe už se narodilo mnoho dětí.

V období menstruace rovněž není vhodné praktikovat, ale naopak zvolit jógovou praxi, která není dynamická, ale uvolňující a relaxační. Zapojte

asany, které otvírají kyčle, uvolňují bedra, a které vašemu tělu dodají potřebný klid a úlevu. Pokud máte v těle zranění nebo bojujete s dlouhodobou nemocí, poradte se se zkušenou lektorkou hormonální jógy. Pomůže vám zcela individuálně řešit váš problém a poradí variace cviků, které budou pro vás nejhodnější.

### JE HORMONÁLNÍ JÓGA JEN PRO ŽENY?

Není :) Hormonální jóga je pro muže i ženy, kteří chtějí dodat svému životu štávu. Kteří chtějí svůj život prožívat aktivně, vědomě a plní energie.

### OTÁZKY JÓGOVÉHO ZAČÁTEČNIKA:

### JAK SE MÁM HORMONÁLNÍ JÓGU NAUČIT?

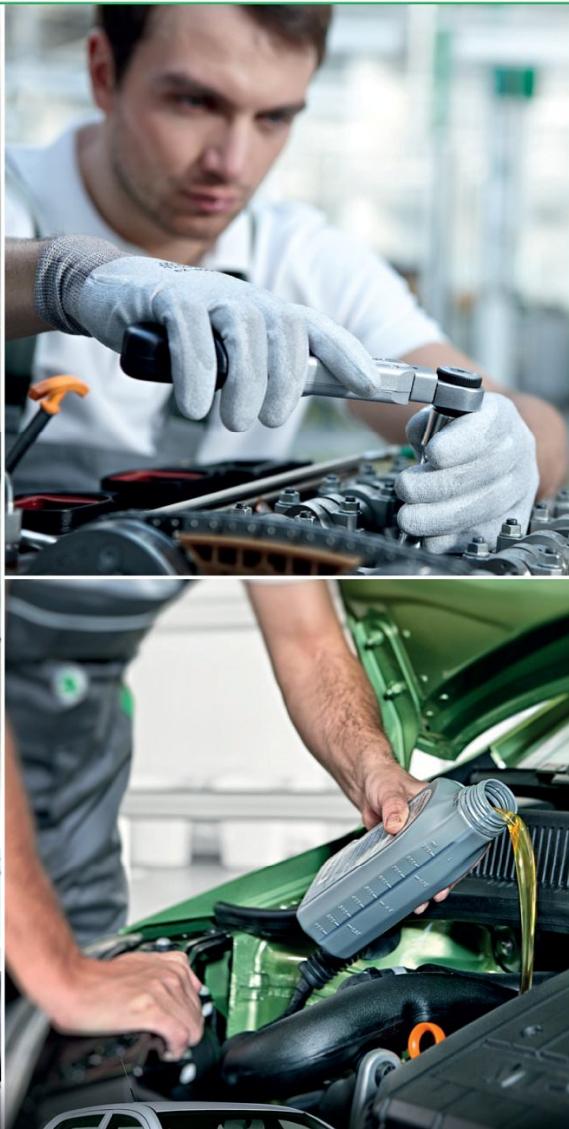
Nejhodnější cestou je navštívit seminář hormonální jógy vedený certifikovanou lektorkou. Sama Dinah Rodriguez školí všechny své lektory osobně a bez jejího svolení není povoleno hormonální jógu vyučovat. Občas se můžete setkat s označením vitální jóga nebo jóga k hormonální rovnováze. Tyto kurzy jsou často vedené lektorkami, které nejsou certifikovány v hormonální józe. To je fajn vědět, protože pokud už se rozhodnete vydat se na tuto jógovou cestu, tak ať to stojí za to. Ať vás po ní vede člověk zkušený, ten který rozumí lidskému tělu i duši a zaručí vám správnost provedení všech technik. Můžete si také pořídit knihu nebo DVD, ale není nad osobní zkušenosí. Jak si podle knížky ověříte, že to, co děláte je správné a funkční pro vaše tělo?

### ZA JAK DLOUHO UVIDÍM VÝSLEDKY?

To samozřejmě záleží na tom, jak důslední budete. Jistě ale je, že změnu ucítíte okamžitě. Vytrvejte v praxi 3x týdně 30 minut a uvidíte sami, jak rychle to půjde.

Přeji krásné jógování, Magdalena Klížová





## VYUŽIJTE KVALITU SLUŽEB AUTORIZOVANÉHO SERVISU ZA CENY NEAUTORIZOVANÉHO!



### Výhody servisu u HAVEX-auto

- › záruka na servisní úkony
- › starší vozy platí za servis méně
- › domovský servis plný výhod
- › zapůjčení náhradního vozu
- › Pick-up servis
- › zlevníme Vám pojistku Vašeho vozu



*... má pro Vás  
vždy něco navíc*

### PŘÍKLAD

**Roční servisní prohlídka  
ŠKODA Fabia I, 1.2 HTP**

**za 2 080 Kč včetně DPH**

**Prohlídka zahrnuje:**

- › výměna motorového oleje a filtru
- › kontrola brzd
- › kontrola náprav
- › kontrola stavu pneumatik
- › kontrola stavu akumulátoru
- › kontrola stavu provozních kapalin
- › kontrola stavu výfukového potrubí
- › další úkony ...

**[www.havex.cz](http://www.havex.cz)**

# ROZHовор MĚSÍCE – VÁCLAV VYDRA:

**„Divadlo a herectví se nedá provozovat jen jako práce, musí bavit.“**

Václav Vydra (\* 1965) je známý a velmi oblíbený český divadelní, filmový i televizní herec, dabér a moderátor. Kromě toho je znám jako milovník koní, kterým zasvětil svůj život a volný čas. Nejdaleko Prahy má vlastní statek, koně a kromě starostí s nimi si rád užívá i „koňskou“ romantiku. Narodil se do herecké rodiny Václava Vydry a Dany Medřické a svou první roli dostal ve 14 letech ve snímku Zabil jsem Einsteina, pánonové. Při počítání všech jeho ztvárněných filmových či seriálových postav jsem počítala a počítala a ani při druhé stovce ještě nebylo vidět konec. V současné době ho můžete vidět v patnácti divadelních představeních. S jedním z nich – komedií Rukojmí bez rizika – přijíždí tato velmi přijemná herecká osobnost do Českého ráje. **Ve čtvrtek 24. srpna můžete zažít Václava Vydu na pódiu Sedmihorského léta.** Rozhovor jsme spolu dělali v časové tísni, ale i tak byl Václav Vydra velmi vstřícný a stále usměvavý. Rozhodně si ho nenechte ujít!

**Náš rozhovor začnu letní otázkou. Jak se má Václav Vydra v polovině prázdnin, jak si užívá dovolenou?** Děkuji za optání. Letos je to trošku hektické, protože zkouším ve dvou hrách najednou – Muže se železnou maskou na Broadwayi a Sestru v akci v Karlíně, které mají premiéru na podzim. Navíc mne hned od začátku září čeká natáčení jednoho nového seriálu pro televizi, takže letošní prázdniny pro mě už asi skončily. V srpnu ještě musím stihnout odehrát všechna naplánovaná představení, kterých je asi patnáct... A ještě někde musím najít čas na koně.

**Musím říct, že jste mi právě v jedné větě odpověděl na téměř všechny mé otázky. Zkusíme je rozvést. Napočítala jsem, že aktuálně hrájet v patnácti představeních, ale ještě v nich nejsou započítána dvě zmiňovaná představení...**

V současné době se některá představení nehrájí kvůli různým nemocem kolegů, ale pokud dobré počítám ty, která se v tuto chvíli opravdu hrají, pak se dosteneme na devět představení. Někdy v listopadu se ale přidají i všechna další, takže se na těch zmiňovaných patnáct vyšplháme.

**Jak si můžete pamatovat tolik textů?** No, když už se to naučím, tak si to pamatuji, ale nejhorší je naučit se nové texty.

**Máte na to nějaký figl?** Snažím se je naučit na zkouškách v divadle, abych se je nemusel učit zvlášť. A když už to nestačí, tak prostě musím sednout a podívat se na ně. Když to nejde, tak si texty podtrhám a když už je vůbec nejhůř, tak si je opíšu.

**To je dobrá metoda, přepisováním textu jsem se učívala na zkoušky a fungovalo to. Pojďme ale k romantickému prázdninovému a zároveň vašemu velkému tématu – koně. Jak jste se k nim vlastně dostal?** Byl to takový můj celoživotní vývoj. Vzniklo to z romantiky divokého západu, což bylo v tu dobu takové momentální poblouznění. Když mi bylo asi dvacet let, tak jsem se poprvé posadil na koně a začal jezdit. S jezděním jsem pak přestal. A někdy v třiadvadesátém jsem se k němu zase vrátil. V roce 98 minulého tisíciletí jsem si kupil svého prvního koně a od té doby by se dalo datovat mé „koňactví“. To znamená, že 19 let mám vlastní koně. V současné době jich mám sedm. O romantice to ale moc není, i když někdy také. Ale je to spíše o práci a starosti. Ale pořád mě to baví. Nicméně je to pro mě zábava a práce pravděpodobně nadosmrť.

**Není mi jasné, jak se dají tyto dvě náročné práce – herectví a koně – skloubit dohromady.** Mušíte se hodně otáčet (smích). Lítám jako hadr na holi. Statek mám asi čtyřicet kilometrů od Prahy, bydlím odtamtud sedm kilometrů, takže to mám kousek. A spíše dojíždí od koní do Prahy – do divadla, než z Prahy ke koním. Takže vlastně hodně trávím čas na kolečkách...

**Na Váš statek může přijet kdokoliv, nebo je pouze soukromý?** Na statek je možné přijet, ale například vyjížďky na koních nepořádáme. Lidé si mohou ustájit svého vlastního koně, nebo se přijet podívat, případně se ubytovat a přespát, podívat se na koně, na statek, ale nezajezdí si na koni. Pokud chce někdo začít jezdit, tak je nejlepší pořídit si vlastního koně, což je samozřejmě složitá záležitost. Nejprve je dobré umět trochu jezdit a někde se to určitě musí naučit, ale tuto službu na statku neposkytujeme.



**Co koně a vaše manželka Jana Boušková?** Co má dělat (smích). Vzhledem k tomu, že mi koně za berou v podstatě veškerý volný čas, který mám a k tomu vykonávám svou profesu – tedy hraji a případně natáčím – tak nám společného času mnoho nezbývá. Nicméně už se s tím smířila a ví, že jí dávám veškerý volný zbytek času.

**Vraťme se zpět k herectví. Je to pro vás práce, zábava nebo obojí dohromady?** Obojí dohromady. Divadlo a herectví se nedá provozovat jen jako práce, to musí bavit. Pokud to herce nebabí, tak jak to pak má bavit diváky. Je to víceméně obojí. To je vlastně i s těmi koňmi podobné, jak už jsem říkal. Já se tak potácím mezi prací a zábavou.

**Jste trémista?** Ne... už zdaleka ne. To už bych tu asi nebyl (smích).

**Dokážete si představit, že je tréma paralyzující...** Člověk se trémy časem zbaví. Jako kluk jsem mívá strašnou trémou, ještě na konzervatoři jsem tím trošku trpěl. Ale postupem času to ze mě spadlo. Když člověk nemá některé představení ještě tolik zažité, tak určitě rozechvění ještě je, ale to už se asi nedá nazývat trémou. Jinak tréma je malinko paralyzující a člověk si musí pěstovat nějakou sebedůvěru, bez které to není možné. A tréma samozřejmě sebevědomí podrývá, takže je dobré se jí zbavit.

**A to se tedy dělá jak?** Různě, na to není jednoznačný recept. Já jsem to vždy řešil tak, že jsem měl kolem ještě další aktivity. To znamená, že jsem tu práci, kterou jsem momentálně měl, nebral jako to nejzásadnější, na čem stojí svět. Jeden moudrý pán říká: Neberte život moc vážně, stejně

z něj nevyváznete živí.

**Má další otázka směřuje na společné hraní s vaší manželkou Janou Bouškovou. Ptám se proto, že když dělám rozhovory s dalšími herci, jejichž partner je také z herecké branže, často říkají, že to nedělá dobroru a jsou raději, když spolu nehrájí. Jak je to tedy ve vašem případě?** Já myslím, že nám společné hraní dohromady jde, protože to pro nás znamená další čas, který můžeme strávit spolu. Spojíme příjemné s užitečným.

**Kolik máte společných představení?** Pokud se nepletu tak šest

**Tím se dostávám i k dotazu na představení Rukojmí bez rizika, kde hrájet také ve společnosti paní Bouškové. S „Rukojmími“ přijedete 24. srpna na Sedmihorské léto. Co od této komedie mohou diváci očekávat?** Je to výborná komediální detektivka, ale myslím si, že bych neměl prozrazovat moc, co se týká děje. Myslím, že pokud lidi chodí do divadla a chtějí přijít na nás a stačí jim, že je to lehce detektivní komedie s černým humorem, tak více ať se nechají překvapit. **Vy v ní hrájet hlavní roli...** Ano hraji tam takového jednoho životem znuděného spisovatele brakových románů.

**Tak to už samo o sobě zní dobře. Mimochodem, na Sedmihorské léto se vracíte po 4 letech. Vzpomenete si na atmosféru tam?** Ano, to si pamatuju moc dobře. Protože tam bylo docela hodně lidí. **A všichni z vás byli nadšení....** ...ano, to si také pamatuju. Bylo to představení Blbec v večeři, které hrajeme už dvacet let a je v něm nesmrtelný humor.

**Tak to dnes už podruhé klobouk dolů za paměť. Rozlišujete vy osobně, zda hrájet venku nebo uvnitř?** Já osobně hraji raději uvnitř. Venkovní představení mají své kouzlo, ale především pro představení, která se k tomu hodí. Poslední dobou se hrají venku téměř všech ny hry, i když se do exteriéru, myslím, příliš nehodí.

**Na Sedmihorském léte jsou uváděny vždy komedie...** To je dobré, komedie je na letní scénu skvělá. Určitě se ven ale nehodí třeba drama. Pro mě je to i pocitově takové, že by se na venkovní scéně mělo hrát představení, které se dějově neodehrává uvnitř. Ale letní scéna má zase jiné kouzlo stejně jako třeba letní kino. Je to něco jiného, příjemného.

**Moc vám děkuji za rozhovor a na konci srpna se na vás budeme moc těšit v Sedmihorkách.** Já se na vás budu těšit taky.

Rozhovor: Jitka Maděrová Foto: archiv Václav Vydra



**SRPNOVÝ PROGRAM NA STRANĚ 4**

**VSTUPENKY NA AKCE SEDMIHORSKÉHO LÉTA 2017 ZAKOUPÍTE NA**

[www.sedmihorskeleto.cz](http://www.sedmihorskeleto.cz), [www.evstupenka.cz](http://www.evstupenka.cz)  
a prodejních místech evstupenka. V infocentech Turnov, Železný Brod, Lomnice n. P., Jičín, Liberec a další. Cestovní agentura VIA Turnov, CK Czech Paradise Jičín.

Vstupenky na koncert Paddy Kelly (Happy Faces Festival) na [ticketstream.cz](http://ticketstream.cz) a [sedmihorskeleto.cz](http://sedmihorskeleto.cz)  
telefon Sedmihorské léto 774 499 935

# AKCE 1+1 ZDARMA

více variant skel

PLATNOST AKCE  
3. 7. 2017 - 30. 9. 2017



**1+1  
ZDARMA**

**AKCE**

## TURNOV

Sobotecká 1660, tel.: 734 154 673

- (naproti Penny marketu - budova Dioptra)
- Nádražní 1063, tel.: 737 210 856

## ŽELEZNÝ BROD - JIŽ OTEVŘENO!

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

**SLEDUJTE NÁS NA:**

[www.dioptraoptik.cz](http://www.dioptraoptik.cz)

 [dioptraoptik.cz](https://www.facebook.com/dioptraoptik.cz)

## JAK NA BODNUTÍ HMYZEM

Je léto a bodnutí včelami, vosami, komáry či jiným hmyzem, je velmi aktuální téma. Máme pro vás několik „babských“ rad, které zaručeně pomohou a zároveň jde o ingredience, které máte doma, nebo venku jednoduše při ruce. Pokud jste alergik, nebo některou z níže uvedených složek nesnášíte, pak samozřejmě použijte vaše léky a s babskými radami nehazardujte.

• **TEA TREE OIL:** v dnešní době velmi běžný přípravek v domácnostech. Působí jako antiseptikum, ničí bakterie a viry a zabráňuje vzniku šíření infekce. Lze ho kromě hmyzího píchnutí využít na ošetření výrůžek, akné, drobných řezných ran, oděrek, zánětů v dutině ústní, na afty a opary, a nebo také na plísň na nohou. Dokonalý pomocník.

• **LEVANDULOVÝ ÉTERICKÝ OLEJ:** pokud nejste na levanduli alergičtí,

doporučujeme mít tento olej jako stálou výzbroj vašeho domova. Velmi efektivně totiž působí jako odpuzovač hmyzu. Pokud vaše kůže zvládne levandulový olej, máte vyhráno. Bezpečně odpuzuje i nejhladovější komáry! (Olej ale využijete také jako vůni při praní prádla, vůni při mytí podlahy, na vlasy a podobně. Stačí pář kapek). Doporučuje se rostliny levandule nasázen pod okna vašeho domu, hmyz krásnou levandulovou vůni nesnáší a tak se ani nebude toulat do vašeho obydlí.

• **HLÍNA:** každý včelař vám doporučí použít po vcelém bodnutí hlínu, kterou si na místo vpichu „namažete“. Máme vyzkoušeno, funguje!

• **JITROCEL:** list jitrocele rozemněte v ruce a poté šťávou potřete místo vpichu



## INSTALATÉRSTVÍ VOTRUBEC RADEK

MONTÁZE NOVÝCH  
A REKONSTRUKCE STARÝCH  
ROZVODŮ VODY, ODPADŮ  
A TOPENÍ

REVIZE KOTLŮ NA TUHÁ PALIVA  
zn. Atmos, Opop, Rojek, Viadrus, Emka  
Povinnost majitelů domů od 1.1.2017  
MĚŘENÍ KOMÍNOVÉHO TAHU

VÝMĚNA VAN, UMYVADEL,  
WC, ČERPADEL  
vč. kompletní dodávky materiálu

STROJOVÉ ČIŠTĚNÍ  
ODPADNÍHO POTRUBÍ

DALŠÍ SLUŽBY

SEKÁNÍ TRÁVY KŘOVINOŘEZEM  
PROŘÍZKA A KÁCENÍ  
OVOCNÝCH STROMŮ

TEL. 604 588 507

votrubecradek@seznam.cz

## VÝKUP STAROŽITNOSTÍ

Projděte půdy, sklepy, stodoly, příborníky i celé pozůstatnosti  
– dobrě zaplatíme. Přijedeme a po dohodě odkoupíme.

Kontakt: tel. 602 451 681  
[jedlickamiroslav@email.cz](mailto:jedlickamiroslav@email.cz)

### VYKUPUJEME:

zlato, stříbro, české granáty a různé přívěsky i poškozené

mince, bankovky, prstýnky, náušnice, zubní zlato

zelené jade sklo, hutní sklo a jiné

starý nábytek, obrazy, hodiny, sklo, porcelán

sáně, lyže, hudební nástroje, šmelc, korále

betlémy, vánoční ozdoby

perské koberce, rádia, bižuterii

chromový nábytek, vojenské věci, hračky, kočárky a jiné staré věci

trakaře a žebříňaky, kočáry – bryčky

fabrické lampy, kovové stoly, židle a různé zařízení továren

kamenné předměty, sloupy, cihly, kovaná vrata, cihlové dlažby

ploty, koryta, kamenné dlažby i celé stodoly, studny skládané z dílů

Miroslav Jedlička • Klášter, 294 15 Hradiště nad Jizerou, okres Mladá Boleslav



# ZAHRADNÍKŮV ROK: SRPEN

SRpen je obyčejně doba, kdy domácí zahradník opouští svou zahradu divů a jede na dovolenou. Po celý rok sice důrazně hlásal, že letos nepojede nikam, že taková zahrádka je nad každý letní byt a že on, zahradník, není takový blázen a trumbera, aby se někde plahočil ve vlaku a po všech čertech; nicméně když uhodí letní doba, prchá i on z města, buď že v něm propukl stěhovavý pud, nebo kvůli sousedům, aby se neřeklo. Odjíždí ovšem s těžkým srdcem, pln obav a starostí o svou zahradku; a nejdíže, dokud nenajde nějakého přítele nebo příbuzného, kterému na ten čas svou zahradku svěří. „Koukejte,“ praví, „ted' beztoho není na zahrádce vůbec žádná práce; stačí, když se tam jednou za tři dny jen tak podíváte, a kdyby snad něco tento, nebylo v pořádku, tak mně napište kartku, a já přijedu. Tak teda já na vás spolehám. Jak říkám, stačí vám pět minut, jen co tam mrknete okem.“ Načež odjede, vložív takto svou zahradku na srdce ochotnému bližnímu. Tento bližní pak dostane druhého dne dopis: „Zapomněl jsem vám říci, že se zahrádka musí každý den kropit, nejradiji v pět ráno nebo k sedmé večer. To nic není, jen přišroubujete hadici k hydrantu a hodinku stříkáte. Prosím vás, konifery musíte pokropit celé a hodně vydatně, a pažit také. Kdybyste někde viděli nějakou plevel, tak ji vytrhněte. To je všechno.“ Den nato: „Ono je strašně sucho, prosím vás, dejte každému rododendronu asi dvě konve odstát vody, a každé jehličině pět konví, a ostatním stromům asi po čtyřech konvích. Ty pereny, co teď kvetou, potřebují hodně vody – napište mi obratem, co kvete. Odkvetlé stonky se musejí odřezat! Bylo by dobře, kdybyste motýčkou zkypřil všechny záhonky; ona pak půda líp dýchá. Jsou-li na růžích mřízce, kupte tabákový výtažek a za rosu nebo po dešti ty růže jím postříkejte. Víc se zatím nemusí dělat.“ Třetího dne: „Zapomněl jsem vám říci, že se musí posekat trávník; tím strojkem to uděláte hravě, a co nevezme strojek, ostříháte nůžkami. Ale pozor! Po posečení se musí tráva dobře vyhrabat a potom vymést koštětem! Jinak trávník vylysá! A zalévat, hodně zalévat!“ Čtvrtého dne: „Kdyby se strhla bouřka, běžte se, prosím vás, podívat na mou zahradku; prudký líják udělá někdy škody, a je dobré být hned na místě. Kdyby se na růžích ukázalo padlí, posypte je časně ráno za rosu sirným květem. Vysoké pereny přivažte k hůlkám, aby je vítr nepolámal. Tady je nádherně, rostou houby

a je krásné koupání. Nezapomeňte denně zalít ampelopsis u domu, má tam sucho. Schovějte mi do sáčku semínka od Papaver nudicaule. Doufám, že už máte trávníky posečeny. Jinak není ničeho třeba než hubit škvory.“ Pátého dne: „Posílám vám bedničku s květinami, které jsem narýpal tady v lese. Jsou to různé vstavače, divoké lile, koniklec, pirola, plicník, sasanky a jiné. Ihned jak bedničku dostanete, ji otevřete, sazenice pokropte a vsadte někde ve stínu do mé zahrádky! Přidejte jim rašelinu a listovku! Ihned vsadit a třikrát denně zalévat!! Prosím vás, uřežte vlky na růžích!“ Šestého dne: „Posílám vám expres koš s květinami z přírody... Ihned s nimi do půdy... V noci bysme měli jít do zahrádky s lampičkou a hubit šnek. Bylo by dobré vyplet cestičky. Doufám, že vám ten dozor na mou zahradku nezabere mnoho času a že na ní strávíte příjemné chvíliky.“ Zatím ochot-



ný bližní, vědom si své odpovědnosti, kropí, seče, kypří, pleje a obchází s poslanými sazenicemi hledaje, kam by je u čerta vsadil; je zpocen a postříkan od hlavy k patě, s hrůzou pozoruje, že tuhle vadne nějaký chrást a tamhle se polámalý nějaké stonky a tady trávník zrezavěl a že celá zahradka je nějak jakoby spálená, i proklíná chvíli, kdy na sebe vzal toto břímě, a modlí se, aby už byl podzim. A zatím majitel zahradky myslí s nepokojem na své kytky a trávníky, špatně spí, nadává, že mu ochotný bližní nepíše denně raport o stavu zahradky, a počítá dny do svého návratu, posílá obden bednu s květinami z přírody a dopis s nějakými dvanácti naléhavými rozkazy. Konečně se vrádí, ještě s kufry v rukou se říti na svou zahradku a rozhlíží se vlnkýma očima – Ten lajdák, ten vrták, ten prasák, myslí si hořce, ten mně tu zahradu zřítil! „Děkuju vám,“ řekne suše bližnímu a jako živá výčítka se chopí hadice, aby pokropil zanedbanou zahradku. (Ten blbec, myslí si v hloubi duše, tomu

tak něco svěřit! Jakživ už nebudu takový blázen a trumbera, abych jel na letní byt!) Copak květiny z přírody, ty už zahradní fanatik nějak vyrýpe z půdy, aby je vtělil do své zahrádky; horší je to s jinými přírodními objekty. Zatrápeně, myslí si zahradník pohlížeje na Matterhorn nebo na Gerlachovku, tuhle horu kdybych tak měl na své zahrádce; a tady ten kousek pralesa s lesními velikány, a tu paseku, a tady tu horskou bystrinu nebo raději toto jezero; tahle kyprá louka by se taky pěkně dělala na zahradě, rovněž kousek mořského pobřeží, a taková zřícenina gotického kláštera by se mně taky šikla. A chtěl bych mít tamhle tisíciletou lípu, a tahle antická fontánka by se u mne vyjímal docela pěkně; a což stádo jelenů nebo nějaký ten kamzík, nebo aspoň tato alej prastarých topolů, tamhleta skála, tady ta řeka, tamten dubový háj nebo ten běloučký a modrý vodopád či aspoň tohle tiché a zelené údolí – Kdyby to nějak šlo, udělat smlouvou s čertem, který by zahradníkovi splnil každé přání, prodal by mu zahradník svou duši; ale ten chudák čert, jářku, by tu duši zatraceně draho zaplatil. „Chlape mizerná,“ řekl by konečně, „nežli bych se musel takhle dřít, táhni raději do nebe – beztoho jinam nepatríš.“ A svíhaje zlostně ocasem, až by jím zurázel květy řimbaby a zápleváku, šel by po svém a nechal by zahradníka i s jeho neskromnými a nevyčerpatebnými žádostmi. Vězte, že mluvím o zahradníkovi zahradním, a ne o těch sadařích a koštálincích. Ať si sadař září nad svými jablíčky a hruškami, ať se raduje koštálník z nadživotní velikosti svých kedluben, turků a celerů; pravý zahradník cítí ve všech kostech, že srpen, to už je taková doba obratu. Co kvete, to už honem hledí odkvétat; ted' ještě přijde doba podzimních aster a chrysantém, a potom dobrou noc! Ale, ale, ještě ty, zářící floxe, kytičko farská, ty, zlatý starčku a zlatobýle, zlatá rudbekie, zlaté harpalium, zlatý slunokvěte, ještě vy a já, ještě se nedáme, kdepak! Po celý rok je jaro a po celý život je mládí; pořád je z čeho kvést. To se jen tak říká, že je podzim; my zatím rozkvětame jiným květem, roste me pod zemí, zakládáme na nové výhonky; pořád je co dělat. Jen ti, kdo mají ruce v kapsách, říkají, že se to obrací k horšemu; ale kdo kvete a nese plod, i kdyby to bylo v listopadu, neví nic o podzimu, nýbrž o zlatém létě; neví nic o úpadku, ale o rašení. Podzimní astro, drahý člověče, rok je tak dlouhý, že ani konce nemá.

Kniha: Zahrádníkův rok, autor: Karel Čapek

**VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM**  
Masarykova 1727, 289 22 Lysá nad Labem, e-mail: vll@vll.cz

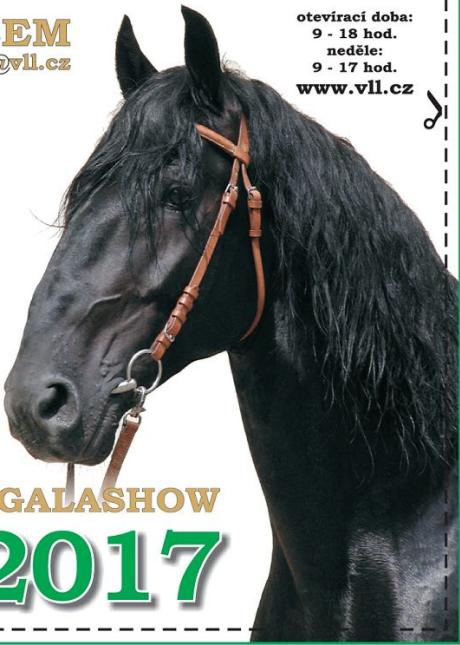
**KŮŇ**

MEZINÁRODNÍ VÝSTAVA KONÍ  
A VŠEHO CO K NIM PATŘÍ  
POD ZÁŠITOU  
MINISTERSTVA ZEMĚDĚLSTVÍ  
A ŽOKEJE JOSEFA VÁNI

15. a 16. 9. - VEČERNÍ KOŇSKÁ GALASHOW

**15. - 16. 9. 2017**

33%  
VSTUPNÉHO, TENTO INZERÁT PLATÍ JAKO SLEVA Z PLNÉHO VSTUPNÉHO



otevřívací doba:  
9 - 18 hod.  
neděle:  
9 - 17 hod.  
[www.vll.cz](http://www.vll.cz)

**PŮJCOVNA**  
Svatoňovice u Turnova

Lubomír Janáček

**HUTNÍCÍ  
A STAVEBNÍ  
MECHANIZACE**



**MINIBAGRY  
DUMPERY**



**736 415 500**

# FARMÁŘSKÉ TRHY V KOSTELNÍ

SVĚŽÍ, ČERSTVÉ  
A KVALITNÍ  
POTRAVINY

KAŽDÝ  
ČTVRTEK  
od 8:00 hod.

Liberec  
[www.trhyvliberci.cz](http://www.trhyvliberci.cz)



2. ZÁŘÍ  
NÁMĚSTÍ DR. E. BENEŠE

[www.trhyvliberci.cz](http://www.trhyvliberci.cz)

## LIBERECKÝ

# PIVní FESTIVAL

READY KIRKEN  
WALDOVY MATUŠKY  
S.R.O. - PO CELÝ DEN  
PROGRAM PRO DĚTI



Radio Contact  
FM 101,4

Eset

Učebnice ZPRAVODAJ

Rádio 101,4

Liberecký kraj

Liberec

Liberecký  
kraj



Obec Sychrov



Obec Radimovice

[www.kraj-lbc.cz](http://www.kraj-lbc.cz)



Okresní agrární komora  
Liberec a Jablonec nad Nisou

Regionální Agrární Rada  
Libereckého kraje

Radio Contact  
FM 101,4

15. *krajské*  
**dožínkové slavnosti**

**SYCHROV | SOBOTA 16. ZÁŘÍ 2017**

**FRANTIŠEK NEDVĚD S KAPELOU TIEBREAK | MAXIM TURBULENC**  
**PŘEDÁNÍ OCENĚNÍ VÝROBEK LIBERECKÉHO KRAJE ROKU 2017**

vystoupení folklórních souborů | dožínkový průvod | tržnice regionálních výrobků  
ukázky řemesel | výstava hospodářských zvířat a zemědělských strojů | program pro děti

## DETESK s.r.o. přijme následující zaměstnance:

- Pracovníka oddělení zahraničního obchodu pro italsky mluvící oblasti. Požadujeme dobrou znalost italského jazyka slovem i písmem, angličtina je výhodou.
- Pracovníky pro obsluhu **sklářských strojů**. Pro výkon profese není nutné žádné speciální vzdělání.
- Foukače technického skla případně vánočních ozdob nebo teploměrů.
- Pracovníka údržby budov a venkovních prostranství. Nutné řidičské oprávnění minimálně skupiny B.
- Provozní manipulanty. Nutné řidičské oprávnění minimálně skupiny B.
- Pracovníky do oddělení vývoje a údržby. Požadujeme vyučení nebo maturitu ve strojírenském oboru.

Místem výkonu práce jsou provozy společnosti DETESK s. r. o. v Železném Brodě. Nástup do všech nabízených pozic je možný okamžitě nebo podle dohody. Nabízíme pět týdnů dovolené, příplatek za směnování, osobní ohodnocení, příspěvek na stravování, příspěvek na dopravu pro dojíždějící zaměstnance, slevy na nákupy ve firemních prodejnách, možnosti přivydělku za práci přesčas. Při dletervajícím pracovním poměru odměnu za odpracovaná léta, penzijní připojištění a další benefity. V případě dvousměnného režimu se jedná o standardní směny v pětidenní pracovní týdnu.

Informace zájemci získají v sídle společnosti na adrese:  
**DETESK s. r. o., Příkrá 401, Železný Brod**  
**E-mail: jitka.vavrova@detesk.cz**  
**Telefonicky na čísle: 483 389 825**



### DEZERT: OPEČENÉ BANÁNY

4 banány

2 lžíce přepuštěného másla  
 ½ lžíčky mletého kardamomu

Oloupaný banán rozkrojte vždy na 4 díly. Na pánev dejte máslo, přidejte kardamom a nechte rozechřát. Poté na ní naskládejte rozechřaté banány a opečte dozlatova z obou stran. • Jezte teplé.

## LEVNĚJŠÍ A ZDRAVĚJŠÍ DOMÁCOST III – JAK NAHRADIT AVIVÁŽ?

Mnoho žen si neumí představit praní bez aviváže a vyprané oblečení bez „krásné chemické“ vůně. Stejně jako jakákoliv další chemie používaná v domácnosti, tak i aviváz velmi silně ovlivňuje lidské tělo a samozřejmě i dopad na přírodní prostředí. Ano, aviváz sice prádlo změkčí, většinou po ní neelektrizuje a dodává mu již zmiňovanou vůni. Má však mnoho nevýhod, které jsou tak zásadní, že by měly každému přinejmenším dopřát chvíli na zamýšlenou jakou cestou se dát. Jak tedy aviváz působí na člověka?

Aviváz je chemickým prostředkem, který v prádle zůstává i po vymáčkání. Díky styku pokožky s prádlem a také tomu, že naše pokožka je orgánem, který vše vstřebává, dostávají se chemikálie do krve. Proto pak musí být metabolizovány v játrech. Umělá parfemace, rozjasňovače a konzervanty z ropných derivátů rozhodně našemu organismu neprosívají. Důsledkem používání aviváže mohou být například ekzémy nebo kvasinkové infekce. Ovšem to jsou příznaky, které jsou poměrně brzy viditelné. Velké množství chemických látek se v organismu prostě nenápadně střídá a přispívá k jeho oslabení a vzniku nejrůznějších poruch či nemocí, které na první pohled nemusíme s takovou „banalitou“ jako je aviváz (ale pozor, samozřejmě i prací prostředky!) vůbec spojovat.



### Čím tedy aviváz nahradit?

Velmi fungující a dokonce již babskou radou je použití octa. Ač se to na první pohled moc nezdá, je to tak. Ocet změkčí prádlo a dokonce odstraní vodní kámen z pračky (ušetříte za zbytečné chemické tablety na údržbu pračky). Octový odér rychle vyprchá, a pokud chcete podpořit vůni, není nic jednoduššího, než použít některý z vašich oblíbených esenciálních/éterických olejů (EO). Skvělý je například levandulový (působí i proti molům). Pokud EO nemáte, můžete použít i sušenou nebo čerstvou levanduli!

### VYROBTE SI VLASTNÍ AVIVÁŽ

**INGREDIENCE:** 0,5 l octa, 0,5 l (demineralizované) vody, asi 40 stonků levandule – dá se nahradit EO (cca 15 kapek), nebo použít obojí.

**VÝROBA:** ocet a levanduli dáme do uzavřené nádoby a postavíme na slunné místo na 3 týdny. Po této době slijeme macerát, smícháme s vodou, přidáme EO a promícháme. Slijeme do láhve a aviváz je připravena. Na jedno praní využijete 1-2dcl, které nalijete do „šuplíčku“ v pračce, kam byste normálně lili aviváz. Pokud právě nemáte při ruce hotovou aviváz, lze použít pouze octet, do kterého aviváz nakapete – přímo do pračky.

**Jičín město Pohádky**  
 27. ročník festivalu s podtitulem  
 Český rok aneb TRADICE tradičně i netradičně  
 13.-17. září 2017

# AŽ 70%



## LETNÍ SLEVY!

**Olympia**  
 Mladá Boleslav

### ZMRZLINA ZDARMA\* SLEVA NA VÍNO \*\*

#### KAŽDÝ PRÁZDNINOVÝ PÁTEK

\* dva kopečky zdarma v Elisabeth Coffee za nákup nad 1000 Kč

\*\* 20% sleva na vína značky Vinařství Lednice Annovino





### ODDLUŽENÍ - INSOLVENCE

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

Provožte, sms: 736 610 062  
 Kancelář: Robousy 48, Jičín  
 j.vagenknechtova@seznam.cz

### ADVOKÁTNÍ SLUŽBY

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

### ZAPEČENÉ BRAMBORY S HOUBAMI

200 g hub, 2 cibule, čerstvý estragon, 500 g brambor, pepř, 1 zakensaná sметana, 50ml vývar/voda, 1 lžíce nastrouhaných ořechů (lískové, vlašské), 2 rajčata, tvrdý sýr. Očistěné houby a brambory nakrájejte na plátky. Na jemno pak cibuli a estragon. Smíchejte a vložte do zapékací misky. Zalijte smetanou s vývarem a pepřem. Nakrájená rajčata a ořechy naskládejte navrch. Zasypeť nastrouhaným sýrem. Pečeť v předehřáté troubě 180 °C asi 45 minut.

## VYČISTÍME UMYJEME UKLIDÍME

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



[www.cisteniuclidzajicek.webmium.com](http://www.cisteniuclidzajicek.webmium.com)

### PARNÍ I UV STERILIZACE KOMPLETNÍ ÚKLID

Radim Zajíček

tel. 777 138 948

e-mail: [radimzajicek@seznam.cz](mailto:radimzajicek@seznam.cz)

# VÝKUP STAROŽITNOSTÍ

Firma fungující na trhu již 25 let od vás vykoupí:

zlato, stříbro – ceny dle ryzosti  
 zubní zlato – i se zuby  
 zlaté a stříbrné mince  
 české granáty

všechny náramkové a kapesní hodinky – i nefunkční  
 veškeré starožitnosti a obrazy, nábytek  
 šperky – starou bižuterii, brože, náhrdelníky, prstýnky  
 příbory, pudřenky, porcelán, sklo  
 fotoaparáty, kovaná vrata a ploty, kamenná koryta  
 ...a vše, co najdete doma

MIROSLAV JEDLIČKA

Telefon: 602 451 681 • E-mail: [jedlickamiroslav@email.cz](mailto:jedlickamiroslav@email.cz)



# MAHLE

[www.mahle.com](http://www.mahle.com)  
[prace@mahle.com](mailto:prace@mahle.com)

Výrobce chladičů, chladících modulů, výparníků a klimatizací, hledá nové kolegy do výrobních pozic.



MAHLE Behr Mnichovo Hradiště s.r.o.  
 Vítá Nejedlého 1471

tel.: +420 326 770 811

fax: +420 326 770 515

A man with a beard and a monk's habit is smiling and holding a large mug of beer. He is sitting at a wooden table in a dark, arched tunnel-like setting.

# FAKT BOŽÍ

**KLÁŠTER**  
ORIGINAL

Ve jménu chuti

Město Semily Vás zve na XIV. ročník akce

# SEMILSKÝ PECEN

8. – 9. září 2017

Tradiční Podkrkonošská slavnost věnovaná zemědělcům a úrodě z našeho kraje Vám nabídne bohatý kulturní program, který bude souběžně probíhat na Ostrově a na podiu před zámkem. V pátek zde vystoupí **Varmužova cimbálovka**, hvězdou sobotního programu bude zpěvačka **Eva Pilarová**. Po celý den se zde můžete těšit na ukázky řemeslné výroby, historické i současné zemědělské techniky, soutěže a hry pro děti, občerstvení včetně krajových specialit a ukázky činnosti spolků.

Atmosféru slunné Francie pak můžete nasát v Muzeu a Pojizerské galerii, které zároveň zve na druhý ročník **Semilského Montmartru**.

Více z programu na: [www.semily.cz](http://www.semily.cz)



## SRPEN – MĚSÍC TERMOREGULACE ORGANISMU

Letní prázdniny se přehouply do svého druhého měsíce, je tu srpen a pomalu přichází babí léto. Nejen příroda, ale i naše tělo reaguje na změny. Dle čínské medicíny patří srpen třem ohříváčům a souvisí s termoregulací organismu. Právě tento systém je v srpnu nejvíce zatížen a ohrožen. Většina tělesného tepla, která

v těle vzniká, pochází z činnosti jater, ledvin a mozku. Současně také působením některých hormonů a samozřejmě fyzickou aktivitou. Termoregulaci ale ovlivňuje také okolní teplota. V létě je proto třeba se naučit své tělo přirozeně ochladit a především svůj termoregulační systém udržet v rovnováze. V tuto dobu velmi pomáhá odlehčení jídelníčku a zařazení ochlazujících potravin. Mnozí lidé to tak praktikují jen proto, že to tak prostě cítí a tělo si o to samo říká, aniž by hledali důvody proč. V létě člověk nemá chuť na omáčky a hutná jídla, ale naopak vyhledává více zeleniny a lehčích jídel. Doporučuje se konzumovat vše leh-

ké a především čerstvé, nejlépe tepelně nezpracované. Tedy například zeleninový salát (ochlazující zelenina je například okurka, rajče, cuketa, ředkvíčky, zelený salát a další). Ochlazující jsou také citrusy a lokální ovoce – jablka, ostružiny, maliny. Využijte i šťávy z ovoce a zeleniny (pozor, nekombinujeme v jednom). Termoregulaci také podpoříte, když budete mít dostatek minerálů, sodíku, vápníku, hoříku, zinku a draslíku. Důležitý je také pitný režim – čistá voda, čaje neslazené a vlažné (ne studené) – mátový, kopřivový, meduňkový, zelený. Čínská medicína také doporučuje čaje na posílení jater, jejichž činnost je úzce spojena s termoregulací těla. Pokud je velké teplo, uzpůsobte tomu i namáhavost



## ODTAHOVÁSLUŽBA



**Ekologická likvidace a výkup všech vozidel a vraků**

## VOLEJTE NONSTOP

**739 730 000, 736 766 357**

Protokol na počátku, odtah zdarma.  
Výkupem vozu u nás podpoříte výcvik hasičů.  
Vaše vozidlo poslouží k záchrane života.

**Nudvojovice 1350, Turnov**

Hned za stanicí technické kontroly, RESIM

## TIPY NA POSÍLENÍ JATER

### Bylinkové čaje:

zeměžluč, kořen pampelišky, ostrostestrec mariánský, vlaštovičník, měsíček lékařský, kořen hořce žlutého.

### Ovesná koupel:

1kg ovesných otrub rozmíchejte s vodou a přidejte do koupele ve vaně. Koupel absolvujte 3x týdně po 20 minutách.

## OBCHOD UHLÍM SEDMIHORKY

**PRODEJ**  
**UHLÍ**  
**KRBOVÉHO DŘEVA**  
**PÍSKŮ**  
**ŠTĚRKŮ**  
**KAČÍRKŮ**

**SEDMIHORKY U TURNOVA**

**WWW.MIROSLAVSTROJSA.CZ**

**PO – PÁ 9–15, SO 9–12**

**TEL. 602 612 674**

## LETNÍ PRODEJNÍ VÝSTAVA OD 18. 07. - 22. 09. 2017

### Zastoupeni budou:

Oldřich Smutný, Ladislav Maria Wagner, Jan Kanya, Jaroslav Klápště, Stanislav Vajce, Aleš Lamr, Jaroslava Solovjevová, Josef Jíra, Pavel Roučka, Václav Benedikt, Václav Menčík, Magdalena Cubrová, Miroslav Malina, Josef Velčovský, Ladislav Karoušek, Kristian Kodet, Jiří Chadima, Hoang Duy Vang, Michael Rittstein, Jaroslav Bartoš, Jan Go, Zdeněk Vodička, Tomáš Bím, Pavel Charousek, Vladimír Komárek, Jiří Salaba, Jaroslav Kříž, Olbram Zoubek, Radek Andrle, Vladimír Otmar, Vladimír Véla, Jiří Nepasický....



Aktuální informace o pracovní době a změnách expozice najeznete na stránkách galerie.



## SOUTĚŽ S KŘÍZOVKOU

Zašlete využitění křížovky přes formulář na [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz) a vyhrajte knihu Davida Michie od nakladatelství Synergie

**Proč je bdělá pozornost lepší než čokoláda – Průvodce na cestě k vědomému životu**

Jak praktikováním bdělé pozornosti čelit stresu, zlepšit pracovní výkon, zbavit se bolesti a celkově prohloubit zdraví a pocit životní spokojenosti? V této jedinečné příručce se dozvěte o skutečné podstatě bdělé pozornosti, o její transformativní síle a opravových důvodech, proč buddhističtí mniši meditují.



ti, o její transformativní síle a opravových důvodech, proč buddhističtí mniši meditují.



**PRODEJ suchého, tvrdého DŘEVA NA TOPENÍ IHNEDEM Měkké a syrové dřevo = sleva!**

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

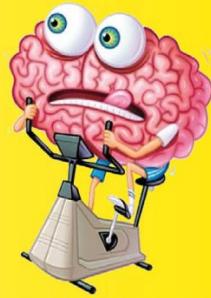
Martina Vrbcová  
Svatoňovice 5  
511 01 Karlovice (Turnov)  
tel. 603 178 964 • 732 642 353  
Po telefonické domluvě nás můžete navštívit a dřevo vybrat.

## MOZKOVNA

Doplňte věty tak, aby dávaly smysl a zároveň je zkuste co nejvíce rozvést. Můžete z jedné věty udělat i delší vyprávění a zapojit své vzpomínky a zkušenosti::

Kočata se....., protože.....  
Kozí mléko....., protože.....  
Knihu byla o....., která(y) .....  
V Českém ráji....., proto.....  
Špekáčky.....  
Začalo se smrátat.....  
Láska je....., protože.....  
Okurky jsou....., protože.....

Letní prázdniny....., proto.....  
Čtrnáctiletý chlapec....., protože.....  
Fotograf se vydal....., protože.....  
Divadelní představení bylo....., proto.....  
Kolemjdoucí se dívali....., protože...  
Ekologie a zodpovědnost lidí je důležitá....., protože .....



**JE TO DŘINA?** Více her pro vaše mozkové závity naleznete na [www.ceskyrajvakci.cz/mozkovna](http://www.ceskyrajvakci.cz/mozkovna)

	CITOSLOVCE KLOVNUTÍ	1. DÍL TAJENKY	SOUSTAVNÉ CVIČENÍ	CHUCH-VALEC CHEM. ZN. TELLURU	POMŮCKA: SKAT, UDO	NEDOBRE	PRŮZORY VE STĚNĚ		2. DÍL TAJENKY	CITOSLOVCE CUKNUTÍ
INIC. LYŽAŘ. NEUMAN-NOVÉ			SPOJKA						ZN. ZLATA INIC. RUS. PROZAIIKA TURGENEVA	
BÝT POLOŽENÝ										FÁZE MĚSÍCE
ČÁSTI VOZU				INIC. HEREČ. CHÝLKOVÉ NĚM. KARETNÍ HRA				ZN. OHÝB. NÁBYTKU PRACOVAT PEREM		
VOJENSKÁ SPRÁVA ZKR.				SVAZEK OBLÍBÍ BÝV. OZN. LETOPČTU					MÍSTNÍ ORGANIZACE TECHNICKÁ SPRÁVA ZKR.	
ŽVASTY							TKALČUV NÁSTROJ			
MĚKKÝ S SLITU						DUO				
VYBAVENÍ VÝCEPU					KRMIT ZVĚŘ BÝVALÁ ZKRATKA KORUNY					ANEBO
INICIÁLY HEREČKY ŠAFRÁNKOVÉ				VYRÁBĚT LÁTKU KOČKOVITÉ ŠELMY					SPZ PLZNÉ PODN. ŘEDITELSTVÍ ZKR.	
SLŮVKO POLITOVÁNÍ				ČESKÁ REPUBLIKA SNIŽENÝ TÓN H			SPOR ZVOLÁNÍ			
NÁDOBA NA OSTATKY		SYSTÉM VIDEA PŘEMÍSTOVAT			HŘEBÍK CITOSLOVCE POSMĚCHU					
SVAZ					CITOSLOVCE SMÍCHU UMĚLÁ HMOTA			PŘEDLOŽKA JM. NĚM. ZPĚVÁKA JÜRGENSE		
KARETNÍ HLÁSKA			DOHROMADY INICIÁLY ZPĚVÁKA MUKA						ELEKTRICKÉ PODNÍKY ZKR.	MOJI
NEMOCNICE S POLIKLINIKOU ZKR.			3. DÍL TAJENKY							
ZNAČKA ATMOSFÉRY			COPAK				TÝKAJÍCÍ SE OPÚ			

**Pokud jste nedostali noviny Český ráj v akci do schránky, dejte nám vědět! [noviny@ceskyrajvakci.cz](mailto:noviny@ceskyrajvakci.cz)**

Nechte si noviny zasílat také pohodlně e-mailem. Stačí se zaregistrovat na [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz). Aktuální tipy, zajímavosti, recepty, novinky a další čtení také na [www.ceskyrajvakci.cz](http://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](mailto:obchod@ceskyrajvakci.cz), [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz). MK ČR E 21748.

Za obsah inzerce ručí zadavatel. Vychází v nákladu 53 000 výtisků, distribuce Česká pošta, a.s., do schránek v Českém ráji (Turnov, Železný Brod, Hodkovice nad Mohelkou, Semily, Jičín, Sobotka, Mnichovo Hradiště, Lomnice nad Popelkou 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/distribuce](http://www.ceskyrajvakci.cz/distribuce). Měsíčník. Zdarma. Vydání č. 38 – srpen/2017, vyšlo 14. – 16. 8. 2017.

**Výherci s křížovkou z vydání 37:** Eva Pažoutová – Kněžmost, Blanka Poznerová – Jičín, Zdeněk Kocián – Pecka. **Výherci soutěže o knihu Šlapu, šlapeš, šlapeme:** Petra Radoušová – Litoměřice, Marek Slavíček – Poříčí nad Sázavou. Gratulujieme!



Vesecká 75, 511 01 Turnov tel.: 481 322 142  
elektrodruzstvo@wo.cz

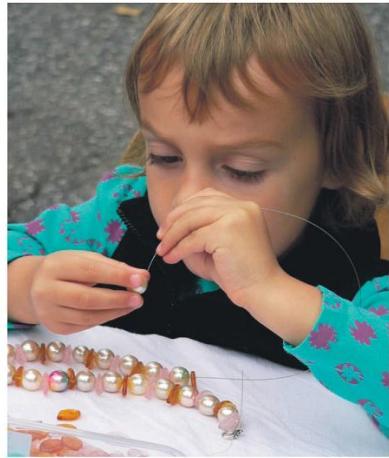


- elektroinstalační práce
- opravy elektromotorů
- prodej elektromateriálu a elektromotorů
- opravy a údržba elektroinstalací
- přihlášky k odběru a revize



## OBJEVUJTE ČESKÝ RÁJ: VÝLET ZA SKLENĚNOU KRÁSOU

Každým rokem v době babího léta, vystoupíme z vlaku a vydáme se podél řeky Jizery hledat skleněné městečko. V Železném Brodě se totiž každoročně setkávají skláři, příznivci a obdivovatelé sklářského řemesla při jedinečné kulturně-společenské akci. Mají tu sice sraz sklářští odborníci, ale cílem celé akce je ukázat, co dovedou skláři dnes. Vždyť bylo škoda, dát zahynout krásnému řemeslu, které tu živilo celé rodiny po několik generací a které k historii kraje neodmyslitelně patří. „Jenže co tam budeme dělat my – neodborníci?“, jsem si říkala kdysi i já. Již při naší první návštěvě mne strach opustil. Všude spousta stánků s korálky, vinutkami, knoflíky, figurkami, skleněnými předměty, vánočními ozdobami – jen oči přechází. Mezi nimi stánky s občerstvením a kulturními pořady, jak pro malé, tak pro velké návštěvníky. Malinká mašinka vyzývá, abychom se zajeli podívat na nedalekou farmu. Najednou se mezi lidmi objeví panáček v zeleném obleku – ááá to bude místní vodník z Jizery. Ale kde že, tenhle je z pohádky, která je připravena pro nejmenší. Ostatně o ty tu pečují na každém rohu – a mohou si lecos vyzkoušet. Malé parádnice neodolají a s chutí a zaujetím vzorují svou vlastní korálkovou šňůru. Nad kahanem kluk právě zjišťuje, že to není jen tak udělat kulantu skleněnou bublinu. U dalšího stánku potěší šperky z broušených polodrahokamů, no jasné – vždyť Kozákov je kousek přes kopec. Jé a tady, vánoční ozdoby z perlových trubiček, ty má přeci naše prababička. Ze skla tu dokáží vyrobit kočárek, zvířátko či letadlo... Prostě fantazie tu má zelenou a zkusit si vlastníma rukama kouzlit ze skla, to je pro děcka velká magie. Dospělí se mohou obdivovat skleněným majstrstvům v místním muzeu, či v podnikových prodejnách. Nezapomeňte nakouknout i do dřevěné zvoničky na kopečku vedle kostela. Když se k tomu vydáří počasí, tak trocha umění pro starší a možnost opojného tvořením pro děti ... No řekněte sami, je to správný cíl rodinného výletu?



text a foto: toulavá Sláfka



Srdečně Vás zveme na další ročník slavností sklářského řemesla v Železném Brodě, na jedinečné setkání sklářů, umělců, sklářských řemeslníků, výrobců, příznivců a obdivovatelů sklářského řemesla.

Slavnostní zahájení Skleněného městečka se uskuteční v sobotu 16. 9. 2017 od 10 hodin na Malém náměstí.

Zahájení Sklářského veletrhu se uskuteční v 11 hodin ve sklařské škole.



[www.facebook.com/Sklenene-mestecko](http://www.facebook.com/Sklenene-mestecko)  
[www.sklenenemestecko.cz](http://www.sklenenemestecko.cz)  
info@zelbrod.cz  
tel. +420 483 333 999



## SKLENĚNÉ — XI — MĚSTEČKO

16.–17. 9. 2017

XI. ROČNÍK SLAVNOSTÍ  
SKLÁŘSKÉHO ŘEMESLA  
V ŽELEZNÉM BRODĚ



partner CLIMAX, a.s.

**BULÍŘ - žaluzie, rolety, markýzy,**  
interiérové dveře ERKADO

Rádi vás přivítáme v naší vzorkovně  
v Liberci - Tatranská 860

(Rybniček - za hotelem Imperial).

**Zde můžete vidět vzorky:** venkovní  
žaluzie, rolety, markýzy, pergola  
a vnitřní stínění - plisé roletky, žaluzie,  
látkové roletky, sítě proti hmyzu.

Vzorkovníky k zapůjčení, informace  
a cenové nabídky přímo na místě.

**Domluvte si s námi nezávaznou  
schůzku 602 46 26 14**

[www.zaluzie-bulir.cz](http://www.zaluzie-bulir.cz)

# A ted' ujedu všem.

## Nový Hyundai i30 kombi.



zavazadlový prostor  
602–1650 litrů



adaptivní tempomat,  
autonomní nouzové  
brzdění



úsporné a silné turbomotory  
+ dvouspojkové převodovky  
DCT



full LED  
světlomety



bezdrátové dobíjení  
telefonu



10 let bezplatné  
aktualizace  
navigačních map



vrchol kvality  
podložen 5letou zárukou  
bez omezení

Tak tohle je nejkvalitnější český kombík.\* Ohromný, stylový, bezpečný, se skvělými jízdními vlastnostmi a výbavou snů.

(Autonomní nouzové brzdění AEB, asistent jízdy v pruzích LKAS, sledování pozornosti řidiče DAA a automatické přepínání dálkových světel HBA.)

**KB CAR, s. r. o.**

Pražská 169/69, Mladá Boleslav  
+420 326 721 481 / [www.kb-car.cz](http://www.kb-car.cz)

 HYUNDAI

\* Podle výzkumu Médea Research „Top vozy ČR“.

Nový Hyundai i30 kombi – kombinovaná spotřeba: 3,8–5,6 l/100 km, emise CO<sub>2</sub>: 99–131 g/km.  
Porovnejte nový Hyundai s jinými vozy na [www.porovnejhyundai.cz](http://www.porovnejhyundai.cz).  
Hyundai Infocentrum 800 800 900. Fotografie je pouze ilustrativní.

