



Město Hodkovice nad Mohelkou  
nám. T. G. Masaryka 1  
463 42 Hodkovice nad Mohelkou

**hledá  
pracovníka  
na pozici:**

**REFERENT  
STAVEBNÍHO  
ÚŘADU**

Základní požadavky a zákonné předpoklady jsou uveřejněny na úřední desce Městského úřadu Hodkovice nad Mohelkou a internetových stránkách [www.hodkovicenm.cz](http://www.hodkovicenm.cz) - Oznámení o vyhlášení výběrového řízení.

**Další informace**  
tel. 485 145 353  
e-mail:  
[tajemnik@hodkovicenm.cz](mailto:tajemnik@hodkovicenm.cz)

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



## ŠKODA MUZEUM

**Nakupte vánoční dárky ve ŠKODA Muzeu!**

### RODINNÁ VSTUPENKA DO ŠKODA MUZEA

Potěšte své blízké rodinnou vstupenkou na individuální prohlídku muzea.  
Cena 175 Kč.

### POSLEDNÍ RECITÁL MARTY KUBIŠOVÉ

Legendární zpěvačka se rozhodla, že v roce 2017 ve svých pětasedmdesáti ukončí pěveckou kariéru. Nenechte si ujít její poslední recitál! V pondělí 13. 2. 2017 od 19 hodin, cena vstupenky 450 Kč.

### DIVY PÍSNÍČKÁŘSKÉ SCÉNY - Abonentní cyklus zima/jaro 2017

06. 2. 2017 - Zoe Schwarz Blue Commotion  
13. 3. 2017 - Crystal Monee Hall Band  
22. 5. 2017 - Marta Töpferová & Milokraj

Cena abonentky na všechny tři koncerty: 600,- Kč. Vstupné na jednotlivé koncerty 250,- Kč. Začátky od 19 hodin. Abonentky jsou v prodeji na pokladně ŠKODA Muzea od 1. prosince 2016 do 22. ledna 2017, poté bude zahájen prodej vstupenek na jednotlivé koncerty.

ŠKODA Muzeum, Tř. Václava Klementa 294, Mladá Boleslav, T: 420 326 832 038,  
E-mail: [muzzeum@skoda-auto.cz](mailto:muzzeum@skoda-auto.cz). Předprodej vstupenek na pokladně ŠKODA Muzea denně od 9 do 17 hod. a v síti TicketPro. Změna programu vyhrazena!

[muzzeum.skoda-auto.cz](http://muzzeum.skoda-auto.cz)

NÁBYTEK  
**Jamall**



~~29 990,-~~  
**25 990,-**

**Semily**

Jiráskova 519,  
(vedle bývalé pekárny)  
tel.: 608 073 379  
[semily@jamall.cz](mailto:semily@jamall.cz)

**HLEDÁTE PERSPEKTIVU A ROZVOJ PROFESNÍCH ZNALOSTÍ?**

**ONTEX CZ s.r.o., TURNOV**

*výrobce hygienických potřeb přijme*

## **SUPPLY CHAIN TRAINEE/ASSISTANT**

**Požadujeme:** VŠ, AJ na velmi dobré úrovni, nutná znalost MS Excel, vítána předchozí staž/praxe v nákupu, plánování, zákaznickém servisu či logistice, systematičnost, analytické myšlení, flexibilita a proaktivní přístup k řešení problémů, ochota případně cestovat

## **PERSONALISTA/TKA**

**Požadujeme:** SS – VŠ ekonomického směru nebo personální řízení, AJ na velmi dobré úrovni, znalost MS Office nutná, SAP výhodou, předchozí praxe na podobné pozici min. 2 roky podmínkou, systematičnost, analytické myšlení, flexibilita a proaktivní přístup k řešení problémů

### **Nabízíme:**

**13. a 14. plat, 26 dní dovolené, měsíční bonus navíc, stravenky, dotované teplé stravování, podpora jazykové přípravy a řada dalších benefitů**

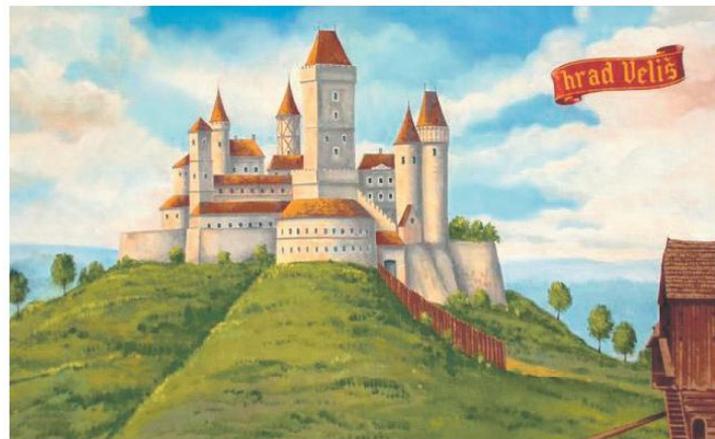


**CHCETE VĚDĚT VÍCE?**

**Volejte na tel. č. 481 319667 nebo 481 319767, své životopisy zasílejte na: [jana.pecinova@ontexglobal.com](mailto:jana.pecinova@ontexglobal.com)**

## **PROMĚNY V ČASE XIV – VRCH VELIŠ U JIČÍNA**

Tentokrát se v rubrice Proměny v čase vrátíme čtyři staletí zpět. Vrch Veliš se tyčí ve výšce 429,2 m. n. m. sedm kilometrů od Jičína. Na počátku 17. století stával na jeho vrcholku honosný hrad se stejným jménem. Dle historie ho Albrecht z Valdštejna chtěl proměnit v jednu z nejvýznamnějších dominant své spirituální krajinné kompozice a poté chtěl právě na Veliši založit františkánský klášter. Ke stavbě kláštera však nikdy nedošlo. Hrad byl později zbořen a vrchol Veliše zcela zničen lámáním čediče. Podoba vrchu z r. 1895 se dochovala na dobové rytině (zdroj A. Sedláček: Hrady, zámky a tvrze království českého). V dnešní době zde naleznete nepatrné zbytky stavby, většina však byla zničena těžební činností. Z vrcholku je nádherný panoramatický výhled do kraje. Nyní na něm stojí cihlový trigonometrický observační sloup, který byl postaven v roce 1942. Observační sloup je dle dostupných informací majetkem Zeměměřičského ústavu v Praze a jako jeden z mála zachovaných v České republice má i status technické památky.



# STRÁŽCI ZEMĚ V ČESKÉM RÁJI

Kemp v Sedmihorkách je oblíbeným místem pro trávení rodinné dovolené. Kromě stále se rozšiřující nabídky unikátních prázdninových programů a zdejší pohodové atmosféry je zajímavý i tím, že tu našlo zázemí pro své aktivity i Středisko ekologické výchovy Český ráj. S jeho předsedkyní, Simonou Jašovou, jsme si povídaly o projektu Strážci Země, kterým jsou v současnosti pracovníci střediska naplno pohlceni.

**Co vlastně projekt Strážci Země znamená, co obnáší a odkud pochází?**

Strážci Země jsou jedinečným, fascinujícím, extrémně složitým a lektorsky náročným programem environmentální výchovy. Program v originále pochází z USA, do České republiky se dostal právě prostřednictvím našeho střediska, jsme zatím jediní v ČR, kdo má oprávnění ho nabízet a realizovat.

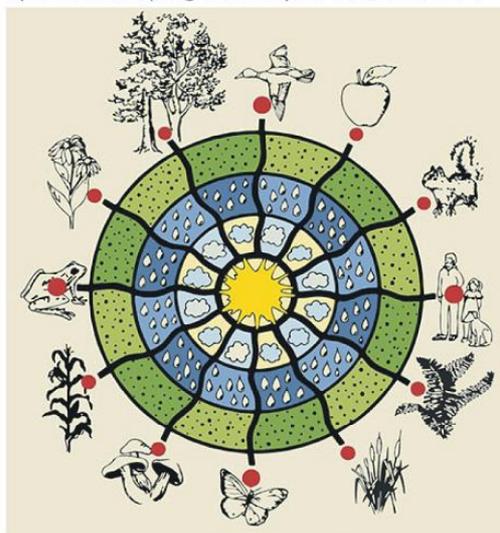
**Jaký je přínos programu pro jedince a dále pak potažmo i pro společnost?**

Děti, které programem prochází, začínají mít raději přírodu, lépe rozumí tomu, jak funguje, a mění svoje chování. Program v neposlední řadě zapojuje i zúčastněné dospělé: rodiče, učitele, lektory.

**Jak dlouho ho v rámci SEV provozujete a jaké jsou plány se Strážci Země do budoucna?**

Program jsme dlouho připravovali – bylo nutné přeložit spousty stránek metodik, publikací a materiálů k programu. Museli jsme vyrobit řadu unikátních pomůcek, které se nedají jednoduše koupit. Všechna úskalí jsme nakonec zdolali a program už tři roky běží v plném provozu. Zhru-

ba před rokem jsme dospěli k rozhodnutí, že by bylo fajn program rozšířit dál po České republice. Podařilo se nám získat finanční podporu pro jeho další šíření od Státního fondu životního prostředí a Ministerstva životního prostředí. Díky tomu mohly v letošním roce proběhnout kurzy pro pedagogy a pro lektory středisek ekologické výchovy z celé ČR a program se vydal dál „do světa“.



**Komu je program určen, kdo se ho může zúčastnit? Jak se zájemci mohou přihlásit?**

Strážci Země jsou určeni pro úzkou věkovou skupinu od 10 do 12 let. Je to věk, kdy se ještě děti dají nadchnout a zároveň už mají základní znalosti nutné pro správné zapojení do programu. V praxi to znamená, že se účastní žáci 4.–6. tříd ZŠ, proto-

že program je určen především pro školní kolektivy. Na pobyt v Sedmihorkách totiž navazuje další práce na programu ve škole a u dětí doma.

**Co účastníci čeká za zkušenost, za nové vědomosti a jak dlouho program trvá?**

Program chce posílit environmentální postoje, ekologické porozumění a chování žáků. Skládá se ze dvou a půl dne dlouhého pobytu ve středisku a navazujícího úkolu pro žáky, jehož splnění trvá zpravidla 1–2 měsíce. Program začíná už ve škole, kde se jednoho dne na nástěnce objeví tajemná mapa a děti dostanou dopis od ještě tajemnějšího E.M., který je zve do svého přípravného centra. V něm děti čeká nabitý program, během kterého získávají klíče od truhel s tajemstvími, které se jim postupně odhaluje. Čekají je noční rituály, dobrodružná výprava s deníkem E.M. a další zážitky, které ani všechny nechci prozrazovat...

Doporučuji podívat se na [www.strazcizeme.cz](http://www.strazcizeme.cz), tam se o programu dozvíte víc.

Děkují za rozhovor. Jitka Maděrová.



STÁTNÍ FOND  
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

Ministerstvo životního prostředí

**+DÁREK**  
kalendář  
Sedmihorské léto  
na rok 2017  
ke každé  
objednávce  
do 20. 12.

**CO BUDETE MÍT LETOS  
POD STROMEČKEM?**

Plný pytel zábavy  
po celé léto!

LIMITOVANÁ EDICE  
PERMANENTEK 2017

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

**SEDMIHORSKÉ LÉTO**  
HUDEBNÍ & DIVADELNÍ

**Jste tu pro Vás 21 let/  
7 dní v týdnu/24 hod. denně.**

Vnitrostátní a mezinárodní expresní  
přeprava osob, nákladů a kurýrní služby.

**TAXI BERYL**  
NON-STOP OD ROKU 1995

NON-STOP  
800 880 900  
[www.taxiberyl.cz](http://www.taxiberyl.cz)

**Osobní vůz pro 8 osob  
4 osobní vozy**

**Dodávka pro 5  
europalet/1420kg**

**mobíl: 602 216 800**



Galerie MAXIART  
Skálova 88  
511 01 Turnov

Tel.: +420 605 153 723  
E-mail: [info@galerie.maxiart.cz](mailto:info@galerie.maxiart.cz)  
Web: [www.galerie.maxiart.cz](http://www.galerie.maxiart.cz)

Galerie MAXIART se nachází v památkové zóně města Turnova ve Skálově ulici čp. 88, cca 50 metrů od náměstí Českého ráje. Milovníci umění zde mohou vidět a zakoupit díla předních českých i světových umělců, kteří vstoupili na výtvarnou scénu po roce 1900 i řadu současných malířů, grafiků a sochařů, kteří svoji tvorbou dominují na české výtvarné scéně.

**Vykupujeme a bereme do komisního prodeje obrazy a jiné umělecké artefakty žijících i nežijících autorů.**

# PRONÁJEM KANCELÁŘÍ A SKLADŮ KARLOVICE – SEDMIHORKY

- showroom, kanceláře, kuchyňka, WC, sklady, parkoviště
- frekventované místo se zavedenou klientelou u hlavní silnice Turnov–Jičín
- kompletně vybavené (nábytek, tiskárny, fax, kopírky...)
- moderní interiér • nízké náklady na vytápění
- mnohostranné využití (obchod, služby, ateliér, redakce...)
- možnost pronájmu jen části objektu

**PODROBNÉ INFORMACE  
 NA TEL. 774 823 609**

## EKOLOGICKÁ LIKVIDACE VOZIDEL

603 846 092  
 775 444 666

## VÝKUP VOZIDEL ZA HOTOVÉ

- OSOBNÍ
- NÁKLADNÍ
- AUTOBUSY
- vystavení dokladu k zákonnému odhlášení vozidla z registru
- odtah vozidel zdarma
- prodej náhradních dílů
- odtahové služby
- výkup a likvidace technologických celků, strojů a hal

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

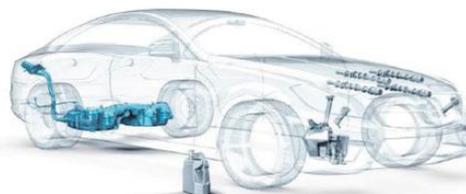
## PLECHOVKY PRO CHLAPY

*Tradiční poctivé pivo  
 si zaslouží tradiční  
 a důstojný obal!*

*Plechovky jsou již od roku 1935  
 tradičním obalem pro pivo.  
 Jsou snadno recyklovatelné, sklad-  
 né a praktické. Udrží pivo dlouho  
 čerstvé, na rozdíl od PET lahví jej  
 chrání před oxidací a světlem.  
 Atraktivní design potěší i jako dárek.*

Tel.: +420 481 770 770  
[eshop.pivovarsvijany.cz](http://eshop.pivovarsvijany.cz)

[www.pivovarsvijany.cz](http://www.pivovarsvijany.cz) • [www.facebook.com/svijany](http://www.facebook.com/svijany) • [www.facebook.com/svijanskysladek](http://www.facebook.com/svijanskysladek)



**KAUTEX**  
 A Textron Company

TECHNOLOGY THAT FUELS YOUR FUTURE

Mezinárodní společnost vyrábějící plastové díly pro automobilový průmysl se sídlem v Kněžmostě (cca 15km od Ml.

Boleslavi v blízkosti dálnice směr Liberec) hledá kandidáty na tyto **VOLNÉ POZICE:**

**OPERÁTOR VÝROBY**

**OPERÁTOR LOGISTIKY – není nutnost vlastnit oprávnění VZV**

**ELEKTRONIK**

**SEŘIZOVAČ**

**Nabízíme:**

- zázemí rostoucí mezinárodní společnosti
- možnost kariérního růstu na pozice seřizovač, technolog, údržbář aj.
- svoz z místa bydliště (směr ze Stráže p. Ralskem, Valdic, Semil)
- závodní stravování, 5 týdnů dovolené, finanční benefity (systém prémie a příplatků, 13. plat, příspěvek na penzijní připojištění nebo životní pojištění, odměny při dosažení pracovního jubilea, odměna při příležitosti svatby, narození dítěte, aj.)



V případě zájmu nás prosím kontaktujte na tel. 326 770 396, mob. +420 720 519 117  
 nebo +420 730 180 990, popř. na e-mailu [hrbohemia@kautex.textron.com](mailto:hrbohemia@kautex.textron.com)

# PAMĚŤ II.: MOZEK LZE JEDNODUŠE „VYCVIČIT“ POMOCÍ VŠECH PĚTI SMYSLŮ

Tentokrát se budeme věnovat trénování mozku pomocí našich smyslů. Ty máme stále s sebou, proto není nic jednoduššího, než zkoušet s nimi pracovat kdykoliv a kdekoliv. Nejen, že se tím zlepší paměť a vnímání, ale také je díky smyslům možné objevovat nové i na naprosto známých místech.

Mnozí z nás mají problém si některé zážitky či situace zapamatovat v takovém rozsahu a kvalitě, aby si je mohli kdykoliv později dle potřeby vyvolat. Není to však nic, s čím by se nedalo pracovat. Pokud cítíme, že nám paměť právě v tomto okamžiku neslouží podle našich představ, je vhodné začít cíleněji využívat své smysly (zrak, čich, hmat, sluch i chuť), díky jejichž zapojení jsme schopni uložit do paměti trvale velké množství údajů. Tyto údaje si navíc budeme následně umět vybavovat do nejmenších detailů. Čím více se nám tedy podaří se smyslovým vnímáním pracovat, tím snazší a rychlejší bude naše vybavování. Prakticky si to zkusíme nejprve spolu, další cvičení a využití bude již jen navás. Zkuste si tedy nyní ve své fantazii co nejrealističtěji, nejživěji a s co nejvíce detaily (které si také sami dle libosti můžete přidávat) přehrávat následující obraz. Až se pak do „své“ situace dostanete, budete vědět, čeho si všimnout, jak a co vnímat a jak si ji užít emočně i smyslově.

Představte si tedy, že jsme v pražském Národním divadle na koncertě vážné hudby...

**Fantazie:** na sobě máte krásné společenské šaty, vcházíte do honosného sálu divadla... co vše mů-

žete vidět, slyšet, cítit?

**Zrak:** pozorujte lidi kolem sebe, jejich oblečení, účesy, výrazy, prohlížejte si nádherný sál, jeho barvy, obrovský třpytící se lustr, na pódiu připravené nablýskané hudební nástroje, vyzdobená lóže...



**Sluch:** před začátkem se schází diváci, všude je šum, lidé si povídají, těší se, když koncert začíná, sál utichá a první tóny hudby začínají prostupovat sálem, rozeznáváme zvuky jednotlivých hudebních nástrojů, posloucháme melodii...

**Hmat:** cítíme sametovou látku na sedadlech divadla, látku našich společenských šatů, materiál, ze kterého je naše kabelka, ale také na tváři závan tepla z klimatizace...

**Čich:** samotné divadlo má svou vůni, představte si vůni sálu, vůni historické památky a také vůně parfémů ostatních diváků, kteří sedí kolem vás...

**Chuť:** na jazyku zůstala chuť výborného vína, které jsme si dali před začátkem koncertu v divadelním baru, nebo cítíme doznívající chuť větrového bonbónu, který jsme si vzali pro osvěžení...

Všechny tyto vjemy můžete dle své fantazie libovolně doplňovat, domýšlet a také vzpomínat na vlastní pocity a zážitky třeba právě z Národního nebo i divadla ve vašem městě. Čím více smyslů dokážete zapojit a také si je v danou chvíli uvědomit, tím lépe a více budete schopni zapamatování a následně pozdějšímu vybavování potřebných informací. Celkový obraz vaší paměti pak bude mnohem pestřejší, silnější a ucelenější. Nejde však pouze o divadlo, tuto metodu můžete použít kdykoliv a na cokoli. I při učení zapojte fantazii a vše si živě představujte, ponořte se do každé situace všemi smysly. Bude to pro vás zábavnější i prospěšnější a úspěch na sebe jistě nenechá dlouho čekat. Pro trénování mozkových závitů na vás navíc čeká v tomto vydání také tradiční křížovka a mozkovna.

Více pak najdete také na [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz).

## MUZEUM A GALERIE DETESK

### MUZEUM

Představuje neustále doplňovanou přehlídku železnobrodského uměleckého skla sestavenou především z autorských objektů významných sklářských výtvarníků. Doplněna je kvalitními příklady produkce místních sklářských firem do jejich zrušení v r. 1948. Další oddělení podrobně mapuje vývoj železnobrodských skleněných figurek.



Detesk®

16. 12. 2016 – 19. 2. 2017

**Ludmila Matoušová AKVARELY SOCHY KOLÁŽE**  
Pražskou uměleckoprůmyslovou školu absolvovala v ateliéru prof. Nováka a Svolinského. Od počátku 50. let žije a tvoří v našem kraji. Představený výběr zahrnuje především tvorbu posledních let, kresby, koláže ale také počiny sochařské. V čase vánočním nás paní Matoušová také potěší dvěma ze dřeva vyřezanými Betlémy.

### GALERIE

### VINOTÉKA

Francouzská a Italská vína od prověřených dodavatelů z oblastí kam dlouhodobě dodáváme dárkové láhve.

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

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

**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.

DĚKUJEME NAŠIM ČTENÁŘŮM  
A PARTNERŮM ZA PŘÍZEŇ.

PŘEJEME KRÁSNÉ VÁNOCE  
A V ROCE 2017 MNOHO  
ZDRAVÍ A ÚSPĚCHŮ.

TIPY NA VÁNOČNÍ DÁRKY  
NA [WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ](http://WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ)

REDAKCE ČESKÝ RÁJ V AKCI



**Nenechte Vánoce na poslední chvíli  
 a nakupujte dárky z velkého výběru už teď!  
 Mnoho nápadů na vánoční dárky!  
 Možnost dárkových poukazů!**

Nabízíme: zbraně, střelivo • vybavení pro lov, myslivost i kynologii •  
 oděvy, obuv, výbavu do přírody a volný čas • krmiva Gilpa a Heritage

**Život bez dluhů**

## ZÁKONNÉ ODDLUŽENÍ

- obětujte 2 hodiny a nebudou vás obtěžovat exekutoři ani vymahači
- posouzení vaší situace, výběr nejvhodnějšího řešení, vysvětlení principu zcela zdarma
- postaráme se o celý proces oddlužení a následný servis

Prozvoňte, sms: **736 610 062**  
 Kancelář: **Robousy 48, Jičín**  
[j.vagenknechtova@seznam.cz](mailto:j.vagenknechtova@seznam.cz)

## OBJEVUJTE ČESKÝ RÁJ: ZASTAVENÍ NAD KRAJINOU

Přestože je sem odevšad vidět, že to tu každý zná, může se vám stát, že tu budete okouzlení stát v ranním či večerním šeru úplně sami. A nezbude vám, než tiše žasnout nad krajinou ležící u nohou. Zažila jsem to už několikrát a pokaždé to bylo jiné, krásné, majestátní a tiché. Vždy znovu mně to vedlo myšlenky do minulosti a budoucnosti, za lidmi i skutky, které se už staly, i za těmi, které mne teprve čekají. Najednou tu byl čas a místo na zastavení a zapřemýšlení. Počasí i příroda tu neskutečně čarují, a když si správně vyvdorujete okamžik, dají ochutnat nezapomenutelným pohledům. Vlastně ani nejde o to, zda je perfektně vidět, nebo jen tušit, zda jde krajina spát nebo rozespale vstává... Na Nový rok tu bývá pěkně našlápáno, to si sem turisté přijdou po všech cestách necestách popřát dobrý nový rok. Nikomu z nich nevádí, že v zimě bývá místní rozhledna povětšinou zavřená, však také obalena námrazou vypadá jak z cukru. Ať půjdete z kterékoliv strany, vždy to budete mít do kopce, takže na vrchol přijdete pěkně rozežhátí... A kam, že vás to tentokrát zvu? Uhodli jste? ... na Kozákov. Šťastné cesty, lehký krok a krásná zastavení v novém roce Vám přeje toulavá Sláčka



# Ontex HLEDÁTE UPLATNĚNÍ?



**Přijmeme - zaučíme - odměníme:**

## MECHANIKA POTISKOVACÍCH ZAŘÍZENÍ

### - OPERÁTORY - MANIPULANTY

### - BALIČE

**Staňte se členem  
 našeho týmu!**

**Naše výrobky slouží  
 celé rodině.**



**Přijďte se informovat nebo nás kontaktujte - 481 319 767, [jana.pecinova@ontexglobal.com](mailto:jana.pecinova@ontexglobal.com)**

# DŘEVĚNÉ BRIKETY

Ekologické palivo s vysokou výhřevností

**jen 49 Kč za 10 kg**

tel.: 485 177 351, 602 351 158, brd@drevenebrikety.cz  
[www.drevenebrikety.cz](http://www.drevenebrikety.cz)



výrobní Soběslavice 20

**PRO TEPLU DOMOVA**



[WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ](http://www.ceskyrajvakci.cz)

## Tipy na vánoční dárek předprodejšího portálu EVSTUPENKA

### LIBEREC JEDE!

evstupenka

28. 12. 2016 – HOME CREDIT ARENA LIBEREC

Ve světové hudební historii se několikrát stalo, že jedno město se postavilo do čela dění a začalo udávat trend celé hudební scény. Byl to Liverpool, Seattle. Pokud bychom měli v současnosti hledat v Čechách paralelu, nebylo by to nijak složité. Nejvýraznější jména rodící se mladé české hudební scény ATMO MUSIC, Sebastian, Paulie Garand, Lipo nebo Jakub Děkan jsou všechna z jednoho města. Liberec jede!

Mladá generace hudebníků, která v poslední době hýbe českým popem a umísťuje se na předních příčkách hitparád v českých radiích, se pokusí vyprodat domácí arénu.

Po úspěšné premiéře, kdy spolu poprvé vystoupili na jednom pódiu v rámci festivalu Benátská!, se můžou jejich příznivci těšit na překonání další mety.

V rámci jedinečného spojení vystoupení liberecké líhne pokřtí ATMO MUSIC svou novou desku SEN. Můžeme se těšit na vystoupení SEBASTIANA, PAULIE GARANDA JAKUBA DĚKANA, LIPA a spousty hostů.

28. prosince od 18 hod. zažije liberecká Home Credit Arena jedinečný zážitek. Liberecké kapely vystoupí na domácím ledě... Li a Li a Li-be-rec!!!



INSPIRUJTE SE A KUPTE SVÝM BLÍZKÝM POD STROMEČEK KRÁSNÝ KULTURNÍ ZÁŽITEK

Kompletní seznam prodejních míst na [www.evstupenka.cz/prodejni-mista](http://www.evstupenka.cz/prodejni-mista).

### ONDŘEJ GREGOR BRZOBOHATÝ & HOSTÉ: UNIVERSUM TOUR

23. 3. 2017 – DŮM KULTURY LIBEREC

Ondřej Brzobohatý si po vydání svého debutového alba Identity (2014) užil koncertování po České a Slovenské republice jako nikdo jiný – několikrát prodloužená turné k platinové desce zakončil teprve při jeho padesáté zastávce. Dalším Ondřejovým splněným snem se stala speciální série koncertů Symphonicum Tour (2016) plná nejen jeho vlastních skladeb, ale i oblíbených filmových melodií se čtyřicetičlenným symfonickým orchestrem a několika vzácnými hosty.



Oblíbený hudebník a zpěvák právě připravuje materiál k novému albu, jehož skladby uslyší veřejnost poprvé v prosinci 2016, kdy zahájí další milník své koncertní činnosti – Universum Tour. Pro koncerty tohoto turné připravil Ondřej nejen pozměněnou sestavu svého hudebního tělesa čítajícího 15 muzikantů, ale i několik nevšedních hostů, jejichž jména zatím zůstávají tajemstvím.

Vstupenky zakoupíte pouze na předprodejním portálu [www.evstupenka.cz](http://www.evstupenka.cz) a dále na prodejních místech: Infocentrum Mladá Boleslav, Infocentrum Mnichovo Hradiště, RTIC Turnov, CK Czech Paradise Jičín, Infocentrum Železný Brod, Eurocentrum Jablonec nad Nisou, MIC Liberec, OC FORUM Liberec, Městská knihovna Český Dub, TIC Nový Bor, MIC Česká Lípa, Infocentrum Dolní Bousov, Brána Trojzemí Hrádek nad Nisou, Infocentrum Smržovka, Infocentrum Bedřichov, **nově také Infocentrum Jičín.**

ODTAHOVÁ SLUŽBA



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

**VOLEJTE NONSTOP**  
739 730 000, 736 766 357

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

**Nudojovice 1350, Turnov**  
Hned za stanicí technické kontroly, RESIM

## INSTALATÉRSTVÍ VOTRUBEC RADEK

**MONTÁŽE 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

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

STROJOVÉ ČIŠTĚNÍ ODPADNÍHO POTRUBÍ

**DALŠÍ SLUŽBY**

SEKÁNÍ TRÁVY KŘOVINOŘEZEM  
PROŘÍZKA A KÁCENÍ OVOCNÝCH STROMŮ

TEL. 604 588 507  
[votrubecradek@seznam.cz](mailto:votrubecradek@seznam.cz)

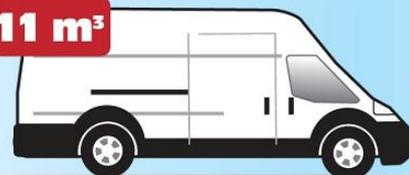
STOVKY SPOKOJENÝCH ZÁKAZNÍKŮ

SKVĚLÉ CENY

774 709 588

## DODÁVKY TURNOV autodoprava & půjčovna

11 m<sup>3</sup>



4 m<sup>3</sup>



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

VÝHODNÉ KRÁTKODOBÉ I DLOUHODOBÉ ZAPŮJČENÍ DODÁVEK

I PRO ŘIDIČE S ŘP SK. B

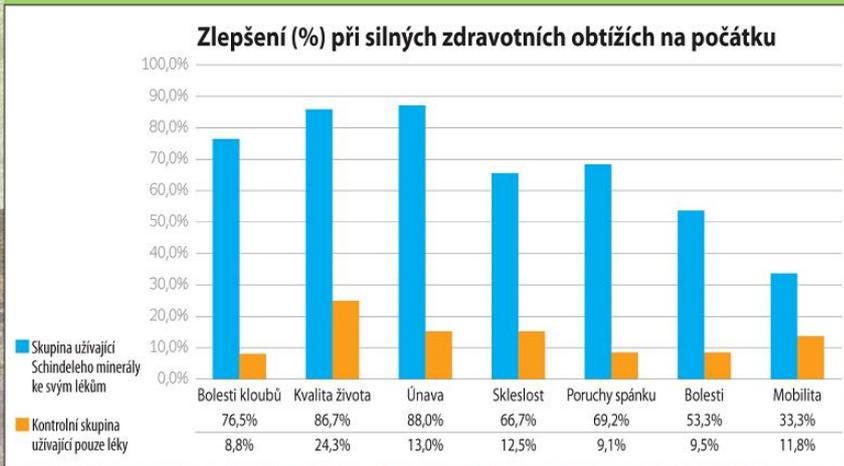
MOŽNOST ZAPŮJČENÍ A VRÁCENÍ I O VÍKENDU

# Kdo vykouří 2 cigarety denně, jistě unese i odměrku Schindeleho minerálů. Kdo nekouří, užívá vlastně zadarmo!

Schindeleho minerály jsou přírodní produkt s třicetiletou tradicí těžby v Rakousku, jejichž účinky jsou nově ověřeny lékařsko-epidemiologickou studií. Studie prokázala, že při revmatických chorobách, jako třeba revmatoidní artritida, dna, artróza nebo spondylóza může pomoci přírodní produkt vulkanického původu Schindeleho minerály. Uživatelé také popisují zlepšení stavu při cukrovce, problémech s tlakem, poruchách zažívání, překyselení, pálení žáhy, špatném stavu vlasů a nehtů nebo gynekologických potížích. Výsledky zmiňované studie jsou názorně zobrazeny v následujícím grafu (celé znění studie je k nahlédnutí na našich stránkách). Mleté minerály můžete použít i zevně jako pleťovou masku nebo minerální koupel.



SCHINDELE'S



- Kyselina křemičitá
- Měď
- Hořčík
- Chrom
- Železo
- Nikl
- Vápník
- Kobalt
- Draslík
- Vanad
- Mangan
- Titan
- Sodík
- Bor
- Zinek
- Molybden

## MLETÉ MINERÁLY V PLECHOVCE

- 2 ks = 560 Kč/kus
- 3 ks = 545 Kč/kus
- 4 ks = 515 Kč/ks
- 6-11 ks = 490 Kč/ks
- od 12 ks = 460 Kč/ks



**595 Kč/400 g**  
vč. poštovného,  
vydrží 2 měsíce.

## MINERÁLY V KAPSLÍCH

- 2 ks = 766 Kč/kus
- 3 ks = 746 Kč/kus
- 4 ks = 716 Kč/ks
- 6-11 ks = 691 Kč/ks
- od 12 ks = 661 Kč/ks



**798 Kč/400 g**  
vč. poštovného,  
vydrží 2 měsíce.

## Ohlas měsíce

Dobrý den, je mi 78 let a rád bych se s vámi podělil o vlastní zkušenosti s užíváním minerálů. Již po měsíci užívání, kdy jsem byl na kontrole u pana doktora, a on se mě zeptal: „a co ty bolesti ramen?“, jsem si uvědomil, že mě nebolí. Po třech měsících užívání se mi ve všech směrech zdravotní stav změnil a musím konstatovat, že velice k lepšímu. Snížil se mi cukr z 8,2 na 6,1, dlouhodobý na 4,1, paní doktorka snížila dávky léků. Tlak ze 160/100 na 130/75. Přestaly dlouhodobé žaludeční křeče. Bolesti lýtek odezněly ani přesně nevím kdy. Prášky, které jsem bral na noc, protože jsem bolestmi nohou nemohl usnout, už také neužívám. Váha se mi ustálila z 83 kg na 72 kg. Stále jsem byl unavený, dnes ráno vstanu a chodím pomáhat na zahradu. Jezdím na fotbal, dceři chodím venčit psa. Musím podotknout, že přípravek pomohl, i tomu zvířeti. Při selhání ledvin, protože je už fenka stará, jsem jí nasadil kůru. Jak se dříve nemohla hýbat, dnes skotačí jako štěně. Zlepšil se jí i zrak. Dnes už si neplete pánička, když jdeme ven. Po konzultaci s panem doktorem Malíkem mi byl výrobek vřele doporučen, když viděl výsledky. Je mi skutečně fajn, objednávám další balení. S pozdravem a díkem

**Erhard Kirchhof, Hodkovice nad Mohelkou**

Za Váš ohlas plechovka zdarma. Přesné podmínky pro získání plechovky zdarma za ohlas jsou na našich stránkách.

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

# Ing. Jiří Kuchař: „DENNĚ ZKONZUMUJEME PRŮMĚRNĚ 25 KOSTEK CUKRU“

Bílou jedu nebo bílé drogy, jak se cukru přezdívá, zkonsumuje každý z nás během roku zhruba 40 kilogramů. V našem jídelníčku je brán jako nenahraditelná samozřejmost. Víte však, že cukr zásadně ovlivňuje naše tělesné pochody? Cílem producentů cukru je o těchto účincích pomlčet, zákazníky mystifikovat a zvyšovat jeho spotřebu, závislost lidstva na něm a tím i své zisky. Prosinec je díky Vánocům ve znamení sladké chuti ještě více než jakýkoliv jiný měsíc. A proto jsme právě v prosinci vybrali téma cukru, o kterém jsme si povídali s Ing. Jiřím Kuchařem – publicista, spisovatel a jeden z největších znalců alternativní medicíny u nás – napsal kromě mnoha dalších knih také knihu *Hořká pravda o sladkém cukru*.

**Cukr všichni známe, málokdo však ví, jakým procesem projde řepa, než se z ní stane klasický bílý cukr? Můžete nám ho přiblížit?** Řepa se vypere, nařízkuje a uloží do difuzérů, při různých teplotách cukr vyluhuje vodou, šťáva se čistí, filtruje a čerí vápnem a působením oxidu uhličitého, zneutralizují se rostlinnými kyselinami a vysráží do zákalu, přecedí a profiltruje v kalolisu. A to celkem třikrát za sebou. Pak se šťáva zahušťuje a odpařuje za sníženého tlaku vzduchu a opět filtruje. Ve vakuovém varostroji následuje postupná řetězová krystalizace, hmota se pak odstředí a propláchně v odstředivkách a vysuší na krystalický cukr. Je to fyzikálně-chemický proces, při kterém se konečně výrobek zbaví všech přírodních vlastností a stane se čistou chemikálií.

**Je známo, že mozek nemůže bez cukru fungovat. Pokud se nemýlím, není ale myšlen bílý rafinovaný cukr, nýbrž cukr, který získáváme například z ovoce. Předpokládám, že se to zaměřuje a mnohým lidem a firmám se toto tvrzení hodí. Ano, není cukr jako cukr. Sladká jídla jsou ideální se sušeným ovocem, medem a dalšími přírodnými druhy cukru. Konzumace cukru je u nás vysoká, a když mluvíme o významu cukrů pro mozek, hodně zapomínáme na to, že lidé kdysi jedli cukru podstatně méně. Rafinovaný cukr je s námi teprve něco přes dvě století.**

**Kolik cukru tedy průměrně zkonsumujeme?** Průměr u nás prý dlouhodobě dělá asi sto gramů denně. V přepočtu pětadvacet kostek. Osobně se domnívám, že je to mnohem víc.

**Pojďme se podívat, co v těle cukr způsobuje z pohledu chemického?** Cukr si zjednodušeně řečeno bere z našeho těla zpět to, o co při rafinaci přišel. Rafinovaný cukr zahajuje své působení v ústech, ničí zuby, ovlivňuje žaludeční kyseliny, slinivku, ve střevěch je hlavní potravou pro škodlivé bakterie, takže narušuje mikrobiotu (pozn. redakce – nové označení pro mikroflóru). Výčet nemocí, které přímo souvisejí s konzumací rafinovaného cukru, je obrovský, od obezity a stresu až po infarkt myokardu.

**Cukr navíc okyseluje a mění naše vnitřní prostředí, jež je na acidobazickou rovnováhu velmi náchylné. Jak si s tím dokáže tělo poradit?** Krátkodobě dobře, protože na to má systém nárazníků, tzv. pufrů. Při dlouhodobé konzumaci je velký problém právě narušená rovnováha kyselin a zásad v našem těle. Kyselé prostředí je ideální například pro vznik rakovinného bujení, což je vlastně jedna z odpovědí našeho těla.

**Velkými strážníky cukru jsou děti. Jak na ně cukr působí?** Katastrofálně. Když vidím desetiletého kluka, jak do sebe lije z dvoulitrové láhve sladkou limonádu a dopřává si cukerný ekvivalent padesáti kostek cukru, je mi ho líto. Kdysi jsem zkusil třeba mluvit o tomto problému přímo v obchodě s rodiči, ale brzy jsem zjistil, že to nemá smysl. Zvyk je skutečně železná košile, zvláště když nám reklama vysvětlí, že jde o naši spokojenost. Speciálně u dětí rafinovaný cukr brzdí vývoj mozku, má vliv na akné, zejména v pubertě, a také na hormonální pochody.

**Inzulín je běžnou výbavou těla, pokud dobře funguje, pak si s cukrem umí do určité míry dobře poradit... Jistě jste si všimla, že přes veškerou tzv. péči u nás neustále roste počet diabetiků.**



Brzy jich bude milion. Zatím jsem neslyšel žádného odborníka, který by otevřeně řekl, že to souvisí s konzumací rafinovaného cukru. Není to divné? Dokud cukrovku nemáš, jez cukru, kolik chceš. Jak ji dostaneš, končíš. Naši knihu začínáme slovy vynálezce inzulínu, kanadského lékaře Fredericka Bantinga, který varoval před optimismem. „Inzulín není lék, ale tlumící prostředek,“ řekl po převzetí Nobelovy ceny. „Jediná šance je omezit konzumaci rafinovaného cukru.“ My ovšem několikrát denně slinivku pěkně namasírujeme rafinovaným cukrem a donutíme ji k nadprodukcii inzulínu, takže není divu, že se jí to nelíbí.

**Bílý rafinovaný cukr je takzvaný „rychlý“ cukr. Co to pro tělo znamená a proč je to špatné?** Rychlý cukr neboli fruktóza je opravdu nebezpečná. V tomto případě se mohou odvolat na studii pražského IKEM, která potvrzuje škodlivý vliv tohoto druhu izolovaného cukru hlavně na játra.

**Cukru se také říká „bílá droga“ díky tomu, že si na něj lze vytvořit závislost. I toto je zřejmým cílem potravinářských firem... V knize to nazýváme dopaminová past. Potravinářský průmysl samozřejmě dobře ví, že konzumace sladkého vyvolává další touhu po sladkém. Dá se říci, že jsme se už chytli do pasti.**



**Je vůbec možné nestát se na něm závislým?** Je to nejenom možné, ale nutné. Jednu z našich knih s Josefem Jonášem jsme nazvali *Tvoje strava je tvůj osud* a v případě cukru je to název opravdu přiléhavý.

**Existují desítky zahraničních studií, které dokazují neblahý vliv cukru na zdraví. U nás se o tomto problému nijak zvlášť nehovoří, s osvětou jste přišli až vy v knize *Hořká pravda o sladkém cukru*... Po jejím vydání za mnou přišel novinář z renomovaného týdeníku, že udělá velký článek, jak je to úžasná kniha. Na poradě mu to ovšem šéfredaktor zakázal, protože by přišli o inzerenty. Ozvali se znovu za dva roky. To už propagovali stéviu, takže článek o škodlivosti rafinovaného cukru přišel vhod.**

**Je tedy možné v běžném životě vyloučit cukr, nahradit ho něčím jiným – zdravým, co na naše tělo působí naopak příznivě? Mnoho se mluví o třtinovém cukru, který je sice zdravější, ale stále je to cukr... Odkážu na knihu *Tak chutná štěstí*. Máme v ní i recepty s demerarou. Je to také rafinovaný cukr, ale šetrnější. Také se stévií, kterou ovšem nemám moc rád a kromě toho se v podobě prášku získává také docela drsným chemickým postupem.**

**Existují i tzv. skryté cukry, kdy si myslíme, že jíme zdravě, a přitom nám výrobce připravil notnou dávku bílého cukru i tady. Můžete mi dát nějaké příklady?** Javorový sirup. Kdyby měla Kanada produkovat jenom čistý javorový cukr, musela by být stromy porostlá celá. Fruktóza je další příklad. V Německu jí z kukuřičného škrobu vyrobí ve formě izolátu tolik, že by museli mít pětinasobnou rozlohu sadů, než dnes mají.

**Cukr z ovoce je v pořádku?** S mírou samozřejmě. Uvědomte si, že v jablku nekonzumujete průmyslový izolát, ale opravdový zázrak přírody, navíc společně s vitaminy, vlákninou a vodou.

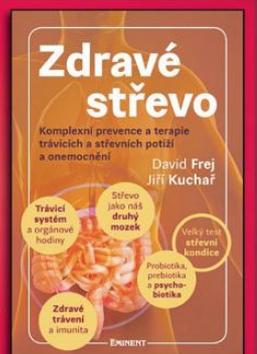
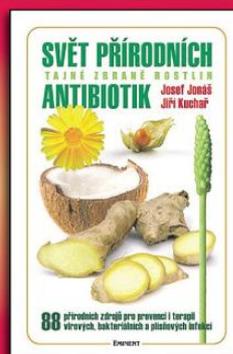
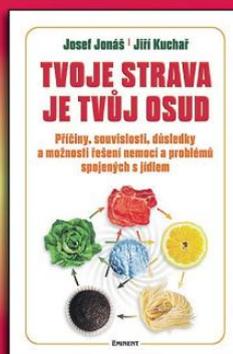
**Vaše doporučení člověk vs. cukr na závěr? Nad každou sladkostí, kterou dáte do pusy nebo nabídnete dítěti, se zamyslete.**

Děkují za rozhovor. Jitka Maděrová. Další rozhovory na vás čekají na [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz)

**Zdravý životní styl** v nakladatelství Eminent

Knihy nakladatelství Eminent jsou k dostání nebo je lze objednat ve všech knihkupectvích Česka a Slovenska, nebo ve výhodné akci

**WWW.EMINENT.CZ**  
**4 KNIHY ZA CENU 2**



10

**ČESKÝ  
RAJ  
VAKCI**

WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ

Splátky  
bez navýšení  
**0 Kč**



## AZ PŘÍVĚSY PRODEJ, PŮJČOVNA, SERVIS

Náhradní díly, příslušenství výhodně na splátky:

- 0 Kč v hotovosti
- 10 měsíčních splátek bez navýšení

Areál autobazaru, Řepov 119

www.azprivesy.cz ☎ 603 216 437



Příklad spláčení: cena zboží 10 000 Kč s přímou platbou 0 Kč. Výše úvěru 10 000 Kč, počet měsíčních splátek 10, výše měsíční splátky 1 000 Kč, za úvěr celkem zaplatíte 10 000 Kč, roční úroková sazba 0 %, RPSN 0 %, úvěr bez pojištění schopnosti splácet. Prodejce zprostředkovává úvěry pro spol. BNP PARIBAS PERSONAL FINANCE (která v ČR užívá obchodní značku Cetelem); je oprávněn je zprostředkovávat i pro jiné věřitele. Touto reklamou nevzniká právní nárok na poskytnutí úvěru.

Akce platí od 19. do 23.12.2016

Olympia  
Mladá Boleslav

## STROM splněných přání

od 26. 11. do 18. 12.

Splňte přání dětem

z dětských domovů a kojeneckého ústavu z Mladé Boleslavi,  
a postiženým dětem z Domova pod Lípou



Olympia  
Mladá Boleslav

## VÁNOČNÍ trhy

od 2. 12. do 23. 12. 2016

Vánoční ozdoby s malováním  
Krátkořezové dobroty  
Květinové a vánoční dekorace  
Přírodní kosmetika  
Čokoládové nářadí • Keramika



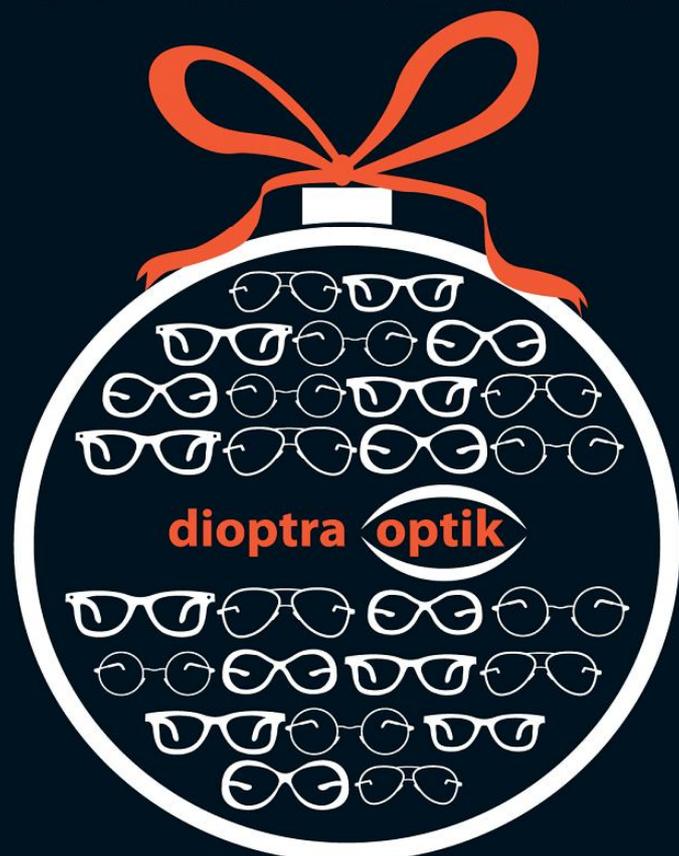
Olympia  
Mladá Boleslav

## JE ČAS NA SLEVY

od 27. prosince



# ŠŤASTNÉ A BRÝLOVÉ VÁNOCE



s tímto  
dárkovým poukazem  
v hodnotě

## 500 Kč

na nákup kompletních dioptrických brýlí  
(obruba + brýlová skla s AR dle výběru)

Můžete uplatnit ve vech prodejnách  
dioptra optik s.r.o.

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

\* slevy se nesčítají

Platnost poukazu do 31. 3. 2017

**TURNOV:**

Nádražní 1063, tel: 737 210 856

Sobotecká 1660 (naproti Penny marketu), tel: 734 154 673

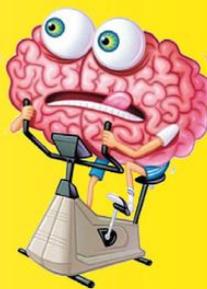




V poslední letošní mozkovně jsme pro vás připravili hlavolam, který se na první pohled zdá jednoduchý, ale nebojte, i s ním zapojíte své mozkové buňky na 100 %.

**Úkol:** Rozdělte tento makový koláč třemi čarami tak, aby vzniklo šest co možná nejvíce podobných dílů. Ale pozor! Na každém kousku musí být pouze jedna mandle a na žádném nesmí chybět!

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



11

**ČESKÝ  
RÁJ  
V AKCI**

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

Policij zastaví auto a vidí, že za volantem sedí pes, obrátí se tedy na spolujezdce a povídá. "Jak můžete nechat psa řídit auto?" A spolujezdce povídá: "**Tajneka.**"

	LÁTKA NA OVINUTÍ NOHOU	TAJENKA 1. DÍL	TRNOVNÍK	ŠACHOVÝ KONEC	INIC. MONTANDA		VĚŠTBA	ZN. JEDNOTKY PRÁCE (KALORIE)	SNÍŽENÝ TÓN	TAHLE
OMÁMENÍ (BÁSNICKY)							KYSELÁ POCHUTINA			
KAMSI							PLEMENO PŘEDLOŽKA			
USRKNOUT					TANEČNÍ MÍSTNOST SLOVEN. CO			TAJENKA 2. DÍL	HÝKAVÝ SUDO-KOPYTNÍK	
ZKR. STŘEDOEV-ROPSKÉHO ČASU (ANGL.)				ŠEK (ŘÍDCE) TU MÁŠ				HOVOROVÝ SOUHLAS ŠPATNÉ POČASÍ		
NÁZEV HLÁSKY			PŘITAKÁNÍ INIC. ZPĚVÁKA HŮLKY			JIRÁSKOVA KRONIKA PŘEDLOŽKA S 2.PÁDEM				
Pomůcka: RZI, MAE,	DOMÁCKY EDUARD TROCHU				MASTNÉ TEKUTINY KÓD JAZYKA CHAKAŠTINY					
SPOTŘEBNÍ DAŇ				ZKRATKA NAŠÍ POLITICKÉ STRANY NĚM. VÝCHOD						
OBRNĚNÝ TRANSPORTÉR (ZKR.)			OLYMPIJSKÉ HRY VRÁSKOT			SVĚTO-ZNÁMA HOUSLISTKA NIC				ANGL. TITUL MUŽE
PES							OZN. KRÁTKÉ ZPRÁVY PATŘÍCI MIRKOVI			
OPOTŘEBOVAT JÍZDOU					DOVEDNOST SPZ BŘECLAVI			ZN. KŘEMÍKU KANÁL		
LIBERECKÝ TENISOVÝ KLUB				NÁPLAST KLESÁNÍ (KNIŽNÍ)						
EINSTEINOVY INICIÁLY			VALCOVACÍ STOLICE SE 4 VÁLCI ZN. ČISTIČIHO PRAŠKU							CIZOPASNÉ HOUBY
	INIC. HERCE LANCASTERA	AVŠAK OZNAČENÍ LETÁDEL IRÁKU				ROSTLINA S AROMATICKOU NATÍ RUSKÝ SOUHLAS				
JEDNOTKA INFORMACE					POTVRZENÍ PRAVDY					
SPODNÍ JURÁ					KOČOVNÍCI					

**MOZKOVNA, TIPY, ZAJÍMAVOSTI NA WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ**

**SOUTĚŽTE S KŘÍŽOVKOU**

Zašlete vyluštění křížovky přes formulář na [www.ceskyrajvakci.cz](http://www.ceskyrajvakci.cz) a vyhrajte knihu pro své děti nebo vnučata **MALÝ KOUZELNÍK** od Pavla Kožíška a nakladatelství **Portál**. Kouzelnická knížka je určena pro ty úplně nejmenší kouzelníky. Slavný kouzelník Pavel Kožíšek si pro ně připravil malý výlet do jinak přísně střeženého zákulisí světa kouzel a magie. Všechna kouzla jsou vybrána tak, aby je děti s pomocí rodičů nebo staršího kamaráda samy zvládly. Součástí knihy je

**i volná vstupenka do Divadla kouzel Pavla Kožíška!**



**Iveta Valentová**

- sklářská výroba
- figurky, perle, šperky
- prodejna řemeslných výrobků

**PRODEJNA: Husova 2, SEMILY**  
tel. 608 028 477 • [ivall@tiscali.cz](mailto:ivall@tiscali.cz)

[www.iveta-sklo.cz](http://www.iveta-sklo.cz)

**Pokud jste nedostali noviny Český ráj v akci do schránky, dejte nám vědět! [info@ceskyrajvakci.cz](mailto:info@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 inzercí ručí zadavatel. Vychází v nákladu 48 500 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. 30 – prosinec/2016, vyšlo 12. – 14. 12. 2016.

**Výherci křížovky z vydání 29: Hynek Tomsa – Všeň, Marie Dvořáková – Jičín, Gabriela Janků – Praha. Gratulujeme!**





WWW.CESKYRAJVAKCI.CZ

**wüstenrot**  
přijde vhod



Přejeme krásné Vánoce, šťastný rok 2017 a spokojenou cestu k bydlení

**KANCELÁŘ TURNOV**  
ul. U Nádraží 1297  
(budova Drahostavu)  
Telefon: 724 052 244

**VYČISTÍME  
UMYJEME  
UKLIDÍME**

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

**PARNÍ I UV STERILIZACE  
KOMPLETNÍ ÚKLID**

Radim Zajíček

tel. 777 138 948

e-mail: radimzajicek@seznam.cz



www.cisteniuklidzajicek.webmium.com

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

**ELEKTRO  
DRUŽSTVO**

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

Nyní i prémiová verze Festival:

- motor 1,6 GDI 136 k
- 16" ALU kola
- vyhřívaný volant a sedadla
- automatická klimatizace
- LED zadní světlá



Hyundai i30 kombi Czech Edition  
Český kombík, po kterém řidiči touží.

**Nyní za pouhých 359 990 Kč!**

Nadchne vás už na první pohled díky svému jedinečnému designu. Bohatstvím výbavy vás ale prostě dostane. Posuďte sami: elektricky ovládaná okna vpředu i vzadu, LED denní světlá, mlhovky, klimatizace, rádio s USB, Bluetooth, elektricky nastavitelná bederní opěrka, parkovací senzory aj. To vše spolu s výjimečným komfortem, prostorem a výkonným motorem 1,6i 120 k se bstupňovou převodovkou vás přesvědčí, že lepší volbu nenajdete. Více na Hyundai.cz

 **HYUNDAI** NEW THINKING.  
NEW POSSIBILITIES.

Auto Koutek s.r.o.

Tanvaldská 1141, 463 11 Liberec – Vratislavice

tel. +420 482 321 453 • e-mail: hyundai@autokoutek.cz • www.autokoutek.hyundai.cz



Hyundai i30 kombi – kombinovaná spotřeba: 3,9–6,8 l/100 km, emise CO<sub>2</sub>: 102–158 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. Nabídka platí u participujících autorizovaných prodejců Hyundai do odvolání.

**SEDMIHORSKÉ LÉTO**  
HUDEBNÍ & DIVADELNÍ

**PŘEJE KRÁSNÝ HUDEBNĚ DIVADELNÍ ROK 2017**



PROGRAM 2017 JIŽ BRZY! • PERMANENTKY 2017 PŘÁVĚ V PRODEJI • [WWW.SEDMIHORSKELETO.CZ](http://WWW.SEDMIHORSKELETO.CZ)