



02 / 16

Zpravodaj

Časopis pro občany Nechanic, Starých Nechanic, Komárova, Lubna, Nerošova, Sobětuše, Suché a Tůně

Srdečně Vás zveme
na již tradiční nechanickou akci

ČARODĚJNICKÝ REJ

který se uskuteční
v sobotu 30. 4. 2016
od 17:00 hod.
na hřišti v Nechanicích.

V 16:30 hod. bude vyrážet
PRŮVOD ČARODĚJNIC
od KD Nechanice,
odkud poletíme společně na hřiště.



POMOZTE NÁM OBNOVIT TRADICI A PŘIJĎTE V MASKÁCH!
Těšíme se na krásné čarodějnice, čaroděje i jakékoliv jiné masky...

ZPRÁVY Z RADNICE



Vážení čtenáři nechanického Zpravodaje,

v dnešním čísle bychom se rádi ohlédlí za již uplynulými zimními večery, které jste mohli příjemně strávit i na některých společenských a kulturních akcích pořádaných městem Nechanice. Mezi první významné letošní akce patřil bezesporu již 25. městský ples, který se konal 5. 2. 2016. Pan starosta přivítal přítomné dámy již tradičně květinou, letos všechny potěšila rudá růže. Na pány pro změnu čekalo překvapení v podobě škrabošky. Celý ples byl letos totiž ve stylu flamenca. K tématu se vztahovalo i předtančení tanečnice flamenca a dále vystoupení tanečnice doprovázené ohňovou show. Poprvé byl pro návštěvníky plesu připraven také fotoateliér. Věříme, že mnozí z návštěvníků využili této příležitosti a mají tak z plesu i trvalou památku v podobě fotografie. K tanci nám hrála chrudimská kapela Chorus. Rádi bychom také poděkovali všem, kteří přispěli pěknými cenami do tomboly a již dnes se těšíme na příští ples.

Dlouhé zimní večery nám utekly při sledování přehlídky divadelních spolků v kulturním domě. Přehlídku odstartovalo představení Chlapi jsou divný aneb jak to vidí ženy, potěšily nás i další hry Domáci zabíjačka, Hoří, má panenko!, IL Congelatore- Zmrzovač, Revizor a Drcla loktem vo kredenc. Poslední jmenovanou hrou divadelní přehlídka vyvrcholila a sál vyprodaného kulturního domu po dva dny patřil již tradičně místním ochotníkům. Výběr hry i obsazení jednotlivých postav a jejich herecké výkony sklídily obrovský potlesk a pocit z dobře odvedené práce byl jistě umocněn pohledem do rozesmátých tváří odcházejících diváků.

Naším hercům držíme palce, aby si

představení našlo své příznivce a potěšilo další diváky i za hranicemi našeho města.

Nechanice zažily také premiéru v podobě masopustního průvodu, který se letos konal 14. 2. 2016. Rozličné masky se sešly před kulturním domem, aby viděly historicky první předání klíče od města z rukou pana starosty postavě masopustu, která slíbila, že masky převezmou vládu nad městem a budou se veselit a bavit se svými sousedy. Každý, kdo se průvodu masek zúčastnil, zaslouží velkou pochvalu za pečlivou přípravu svého kostýmu.

Masky jsme viděli veselé. V průvodu dováděly a žertovaly. Mezi tradičními kostýmy, které nechyběly ani v našem průvodu, se objevily i masky neobvyklé a originální. V průvodu nesmí chybět hlavně medvěď, kterého si medvěďář vede na řetězu. My jsme měli medvědy hned dva. Na náměstí vnikli do autobusu se slovy, že chtějí jet do Kolína. Nechyběla ani další tradiční maska klibny, což je kostým kobyly, ve kterém chodí dva lidé, aby měl kůň čtyři nohy.

V průvodu si sympatie všech získala bába s nůši - dokonce i s husou. Viděli jsme i smrtku a průvod vedl již zmiňovaný strakatě oblečený masopust. Obdiv všech si zaslouží řezník, ten vezl po celou dobu necky i s prasátkem, chvílemi se nevezlo jen jedno. Lyžař, který si projel téměř celou trasu na lyžích, ač nebyl sníh, jeptiška s mnichem, krásné krojované selky, tygr, kuře a vězeň, ti všichni a mnozí další učinili průvod skutečně zdařilým.

Závěrečné posezení v hospůdce u pana Ságnera se také vydařilo. K tanci a poslechu hrála kapela Klapeto a své příznivce našel i muzikant harmonikář. Zkrátka bylo veselo, a tak to má být. Snad se i toto sousedské veselí stane v Nechanicích tradicí, na kterou se budou všichni těšit.

Vážení spoluobčané, těšíme se na další setkání s vámi například na dalších připravovaných kulturních a společenských akcích. Těsně před vydáním tohoto Zpravodaje proběhne velký koncert zpěváka Petra Koláře, který spolu s kapelou vystoupí 17. 3. 2016 v kulturním domě. Během koncertu zazní skladby z celého období zpěvákovy sólové kariéry.

Další velká tradiční událost se již nyní připravuje na poslední dubnové odpoledne a večer. Protože jsme byli mile překvapeni velkou účastí masek na masopustním průvodu, rádi bychom se pokusili vrátit do Nechanic velkolepé průvody čarodějnic městem. Pevně věříme, že se slétne opravdu velké množství čarodějnic a průvod se vydaří. Jarní program i letos uzavře další velmi oblíbená akce - Šlápota, kde zároveň oslavíme i Mezinárodní den dětí.

Hana Jarošová,
místostarostka



OZNÁMENÍ OBČANŮM

D ů l e ž i t é

Větve z ořezu stromů mohou občané Nechanic, Starých Nechanic a ostatních místních částí města Nechanice sami odvézt na oplocenou manipulační plochu při výjezdu ze Starých Nechanic ve směru na Kobylce a to na základě domluvy s p. Bohumilem Ornstem na tel. č.: 724 049 951.

SBĚR NEBEZPEČNÝCH ODPADŮ

BUDE PROVEDEN

dne 9. dubna 2016

Sběr bude proveden v těchto obcích
v následném časovém rozpětí:

Nerošov	u obecního domku	8.00 - 8.15 hod.
Suchá	u kostela	8.20 - 8.40 hod.
Tůně	u obchodu	8.45 - 9.00 hod.
Sobětuš	u bývalé školy	9.05 - 9.20 hod.
Lubno	u obchodu	9.25 - 9.45 hod.
Staré Nechanice	u pekárny	9.45 - 10.00 hod.
Nechanice	sběrna u koupaliště	8.00 - 10.00 hod.

Odpad předávají občané osobně.

V případě, že se odpad nepředá osobně, nebude odebrán.

Sbírané druhy odpadů jsou uvedeny v příloze

Sběr provede společnost
Pernt – ORO, s.r.o. Chlumec n. C.,
tel.: 495 485 990

Sbírané druhy nebezpečných odpadů

Z provozu automobilů :

autobaterie, vyjeté oleje, olejové filtry, brzdové kapaliny, brzdové destičky, spojkové kotouče, obaly se zbytky pohonných hmot, antikoročních prostředků, nemrznoucích směsí, čistících prostředků, zaolejované hadry apod.

Fotochemikálie :

tonery, znečištěné obaly se zbytky vývojky, ustalovače, barviva, bělidla, inkoustů apod.

Kosmetika :

znečištěné obaly se zbytky odlakovače, přelivů, laků na vlasy, krémů, sprejů apod.

Tuky a oleje :

fritovací, motorové, topné a jiné oleje, olejové filtry, vazelíny, absorpční materiály s obsahem ropných látek, apod.

Světelné a jiné zdroje podléhající režimu zpětnému odběru:

nerozbité zářivky, úsporné žárovky, suché články (baterie), akumulátory apod.

Domácí elektrospotřebiče podléhající režimu zpětného odběru :

televizory, chladničky, drobné elektrospotřebiče

Obaly se zbytky nebezpečných látek nebo jimi znečištěné

znečištěné obaly se zbytky nebezpečných látek, od kyselin, louhů, barev, acetonu, toulenu, lepidel, pryskyřic, chladících a hydraulických kapalin, hydroxidů, rozpouštědel, pracích a mycích prostředků, dezinfekcí, postřikových látek, hnojiv a deratizačních prostředků apod.

CO NOVÉHO V NAŠÍ ŠKOLE



KRÁLOVÉHRADECKÝ
KRAJ

Realizováno za finanční podpory Královéhradeckého kraje

ZŠ a MŠ Nechanice v rámci dotačních programů vypsanych Krajským úřadem Královéhradeckého kraje pro školní rok 2015/2016 byla úspěšná v získání finančních prostředků ve dvou oblastech. V oblasti prevence rizikového chování jsme získali finanční prostředky na granty Škola – ostrov bezpečí a Etická výchova ve škole a dále v oblasti zájmové práce se žáky mimo vyučování na grant Šikovní ruce.

● **Škola – ostrov bezpečí** je projekt zaměřený především na žáky 4. až 9. ročníku. Hlavním cílem je zmapování vztahů mezi spolužáky v třídních kolektivech i napříč celou školou a následná práce se třídami na základě zjištěných výsledků ve spolupráci s ŠPP Mozaika Hradec Králové. Dalším a neméně důležitým cílem je zvýšení povědomí žáků o nebezpečí a důsledcích rizikového chování ve škole i mimo ni. Žáci si vyzkouší celou řadu modelových situací, které se budou učit správně řešit (na koho se obrátit, komu se svěřit...). Práce se třídami se aktivně účastní třídní učitelé, případně další pedagogové podle aktuální potřeby. U nižších ročníků je primární prevence prováděna zejména třídními učiteli průběžně během

celého školního roku a v rámci celoškolských projektů.

● **Šikovní ruce** je projekt zaměřený na zájmovou mimoškolní činnost. Podporuje rukodělné kroužky – Keramika, Pletení z pedigu a Výtvarný kroužek. Umožňuje tak žákům trávit smysluplně volný čas, naučit se nové techniky tvoření a něco pěkného si vyrobit pro sebe či své blízké.

● **Etická výchova** – tento projekt umožnil provést dotazníkové šetření, tzv. „mapu školy“. Na otázky odpovídali žáci, učitelé i rodiče. Také v jednotlivých ročnících probíhají etické dílny na různá témata, např. kouření, alkoholismus, láska a vztahy.

Mgr. Jana Jedličková,
ZŠ a MŠ Nechanice

ZPRÁVIČKY Z NAŠÍ ŠKOLIČKY

Co nového v naší školce

Milý čtenáři, dovolte mi, abych Vás v krátkosti seznámila s děním v naší MŠ.

V lednu k nám přijela paní Drobá se svou „Zdravou pětkou“ vysvětlila naším dětem jak se správně a dobře stravovat formou her, písniček a obrázků.

Předškoláci se byli podívat v prvních třídách na vyučování, poté následoval zápis dětí do ZŠ.

V únoru proběhl ve všech odděleních karneval, děti přišly v maskách a kostýmech. Všichni se těšili a netrpělivě na tento den čekali. Moc jsme si to užili, tančilo se a soutěžilo.

Od února také začali naši předškoláci jezdit na plavání do Hořic.

Zavítali jsme do Nového Bydžova do Jiráskova divadla na představení Honza Krejčík, program plný písniček dětí i nás pobavil, strávili jsme zde příjemné dopoledne s kulturním zážitkem.

V březnu nás budou čekat přípravy na Velikonoce, ale o nich zase příště.

Marcela Pošíková, učitelka MŠ

PRUSKO – RAKOUSKÁ VÁLKA U NÁS

Jak je obecně známo, v letošním roce uplyne přesně 150 let od památné bitvy u Hradce Králové i celé prusko-rakouské války. Při této příležitosti dovolte, abych Vás pozval na vzpomínkovou Bohoslužbu, která se uskuteční v sobotu 2. července v 16.30 hod., u památníků, který je umístěn na přední straně kostela, který je zesnulým vojákům věnován. Proč vzpomínat na tak tragické události? Důvodů je víc. Ve farní kronice se píše: „Dusný bylo ovzduší na jaře v roce 1866. Diplomatický spor mezi Rakouskem a Německem o primát se stále přirostl a nebezpečí války bylo na obzoru. Pochopitelně, že v Čechách bylo všeobecné rozčilení, neboť nebylo pochybností, že dějištěm této války bude i naše země.“

Jak je zaznamenáno v mnoha historických spisech, tato válka byla opravdu krutá a padlo v ní mnoho vojáků i civilních obyvatel. Nechci rozebírat důvody této tragické události, ale ze záznamů kněží, kteří v této těžké době sloužili ve farnosti Nechanice, víme, že raněných vojáků bylo tolik, že byli ošetřováni nejen na faře, farní zahradě, ale i v kostele. Mnoho těžce raněných vojáků taky v kostele i na faře zemřelo. Můžeme konstatovat, že vysoké procento těchto vojáků byli věřící lidé, kteří byli křesťané a mnozí měli i dost hluboký vztah k Bohu i k Církvi a věřili v život věčný. Byli vnitřně přesvědčeni, že bojují za svou vlast a za šťastnější budoucnost. Věřili, že i ta nejvyšší oběť, kterou přinesou má svůj význam pro další generace, které přijdou po nich. Smysl pro oběť, byl součástí jejich mentality. Určitě, že i oni měli strach ze smrti a utrpení, ale víra ve vyšší hodnoty a v lepší budoucnost jim dala v boji sílu a odvahu. Utrpení vojáků, bylo veliké a je potřebné si ho připomenout. Kdo byl v právu a kdo byl nepřítel? V utrpení a v tváři tvář smrti, toto rozlišení, ztrácí svůj význam. Tyto bolestné události války roku 1866 se stali trvalou součástí naší zdejší historie a určitě by bylo velmi nešťastné, kdyby oběti těchto vojáků upadli v zapomnění. Jejich utrpení, bolest a smrt, ať jsou pro nás mementem, že musíme stále bdít a nikdy nepodceňovat moc lidské zloby a touhy ovládat

druhé. Ale tyto bolestné události nám také připomínají hrdinství a obětavost a také víru a naději, že jednou snad celé lidstvo pochopí, že násilím, válkami a ničením, se nikdy nedosáhne pokroku a lepší budoucnosti. Bůh, ať dá všem, kteří zde zahynuli a byli tady také pohřbeni svůj věčný pokoj a život věčný.

páter Marián Benko, farář



Nechanice v červenci r. 1866 (Palackého ulice). Vpravo je truhlářství pana Slávy a Čerychův parní mlýn (dnes Vydřav dům s drogerií). Fotografie zaslal pan Zajfrt.

OHLEDNUTÍ ZA PŘEHLEDKOU



V neděli 6. března 2016 skončila 3. Přehlídka divadelních spolků v Nechanicích, proto je na řadě malé ohlédnutí. V letošní ročníku proběhlo celkem 6 vystoupení. V září nás poprvé v historii přehlídky navštívila Ochotnicko – čtenářská beseda Orlice z Potštejna s komedií „Chlapi jsou divní aneb Jak to vidí ženy“. V říjnu ji následoval Divadelní spolek Obědovice rovněž s komedií „Domácí zabijačka“ a v listopadu Divadelní spolek Vrchlabí s klasikou „Hoří, má panenko!“. Rok 2016 zahájilo Kočovní divadlo Ad Hoc, které se na naší scéně rovněž představilo poprvé, a to se super komediálním operním dramatem „IL Congelatore – Zmrzovač“.

V únoru nás svým ztvárněním klasické hry „Revizor“ potěšil Diva-

delní soubor LOVčičtí OCHotníci – LOOCH. Úplný závěr přehlídky patřil v neděli 6. 3. 2016 již tradičně našemu domácímu souboru NOS. Pro letošní přehlídku jsme si pro naše diváky připravili komedii současného autora Roberta Vrbý „Drcla loktem vo kredenc“. Autor sám se zúčastnil předpremiéry hry, která proběhla v sobotu 5. 3. 2016. Další zajímavostí by pro některé naše fanoušky mohlo být, že NOS předvedl svoji již čtvrtou premiéru jen 4 dny po 4. výročí založení spolku. Od doby vzniku si náš spolek našel své stálé příznivce a tak nám nezbyvá než doufat, že se jejich počet bude stále zvyšovat, a že i celá přehlídka si bude stále rozšiřovat řady svých spokojených diváků.

Mgr. Zuzana Kramářová a Ilona Matoušková



KONCERT VE SMIŘICKÉ KAPLI



S velikou radostí jsme v únoru přijali pozvání naší kamarádky, bývalé členky sboru a výborné zpěvačky Hany Juričkové ke společnému koncertu ve známé kapli Zjevení Páně ve Smiřicích. V tomto krásném a hudbě přejícím stánku je radost zpívat. Po sólové části v provedení Hany za doprovodu prof. Jaroslava Uhlíře nastoupil Cantus feminae nejen s novým repertoárem, ale také v novém sborovém oblečení. Náš sbor se posluchačům moc líbil. Lidé byli překvapeni nejen počtem sboristek (27), ale také zvukem sboru a nadšením ze zpívání. Skvělý výkon odměnilo více jak 170 posluchačů bouřlivým potleskem. I pro nás to byl veliký hudební a společenský zážitek.

Mgr. Petr Semerák

ZPÍVAVÉ NOVINY

- po smiřickém koncertě se sbor pilně připravuje na jarní období. V plánu máme opětné uvedení „Otvírání studánek“ Bohuslava Martinů.
- v plné přípravě je také **20. jubilejní ročník Festiválu** – setkání komorních pěveckých sborů, který se odehraje 28. - 29. 5. 2016 v prostorách KD Nechanice a blízkém okolí. Již nyní je přihlášeno jedenáct sborů. Radost máme i ze zahraničního účastníka, tentokrát z Velké Británie.
- na květen máme také pozvání k jarnímu koncertu do Cerekvice, Ohnišťan a Kněžice, kde bude provedeno zmíněné dílo Bohuslava Martinů
- na červen sbor připravuje natáčení dalšího CD
- závěrem pololetí jsme přijali pozvání sborový festival do Choltic
- v říjnu sbor oslaví 25 let své činnosti

Mgr. Petr Semerák

MASOPUST V NEROŠOVĚ



Staré zvyky, tak populární a oživané v posledních letech na našich vesnicích, se nevyhnuly ani té jedné z nejmenších. Ano, i v Nerošově, ve vesničce s o málo víc než 30 stálými obyvateli, se na sobotu 13. února 2016 domluvili místní obyvatelé a chalupáři a společně vypravili masopustní průvod, který ovládl celou vesnici. Sešlo se neuvěřitelných 23 masek,

včetně těch hlavních – Strakatého, kobyly, medvěda s medvěďákem a čertem. A u nás byli čerti dokonce dva! Na připojené fotografii pozorný čtenář napočítá masek pouze 22, protože masku poslední představoval novinář zastupující známé periodikum Nechanice News a pořizující pochopitelně fotodokumentaci.

Obyvatelé, kteří se do průvodu nevydali v maskách, pak průvod doprovodili a zhostili se neméně důležitého úkolu – pohoštění masek vším, co s Masopustem souvisí. Nechybělo tradiční pečivo, a protože nebylo zrovna nejtepleji, hodilo se i něco tekutého pro zahřátí. A že se v Nerošově nešetřilo! Ti, co zůstali doma, pak představovali potenciální kupce kobyly, kterou se ovšem, jako ostatně asi vždy a všude, nepodařilo, vzhledem k jejímu stavu, prodat. I když její průvodce a majitel – zkušený koňský handlíř a odborník na slovo vzatý – dělal vše pro to, aby se jí konečně zbavil.

Nakonec, jak to při správném Masopustu bývá, mu od ní, a také medvěďákovi od růžového (!) medvěda, pomohl přítomný řezník, který neobyčejně zkušeně obě stvoření skolil a splnil tak své poslání, se kterým se k průvodu již na začátku připojil.

No a poté se všichni – masky i průvodci – setkali v Nerošovském kulturním domečku a oslavili tam vše, co za oslavu stálo. Ale především to, že se opět sešli, poveselili se, a jak se říká: „Dobrou vůli spolu měli“. A kdo nepřišel, ten může pouze litovat.

Alexandr Hrabálek, nerošovský chalupář

Nabídka na odkup stavebního pozemku

Město Nechanice tímto nabízí všem zájemcům o stavbu rodinného domu prodej stavebního pozemku

**v ulici Družstevní v Nechanicích p.p.č. 433/23 v k.ú. Nechanice o celkové výměře 696 m²,
za kupní cenu ve výši 696.000,00 Kč.**

Pozemek se nachází v klidné lokalitě města. Na hranici pozemku jsou vedeny veškeré sítě.

Zadatel si musí zajistit přípojky, k pozemku vede dopravní infrastruktura.

Zájemci o stavební pozemek mohou podat svoji žádost na adresu: **Městský úřad Nechanice, Husovo náměstí čp. 83, 503 15 Nechanice** a to písemnou formou adresovanou podatelně MěÚ Nechanice. Pozemek lze zakoupit i z poskytnutého úvěru.

Bližší informace o stavebním pozemku je možné získat na telefonním čísle starosty města, tel.: 498 773 812, či e-mailu: starosta@nechanice.cz



Večerní posezení s harmonikou

*V pátek od 19 hod
8.4. a 22.4.*

Těšit se můžete na:

8.4. teplé uzené z udírny
22.4. čerstvě grilované pstruhy
6.5. uzená žebírka
20.5. grilovaná uzená kýta

Podobné akce pořádáme každý druhý pátek!

Restaurace u Ságnerů

Rezervace na tel: 777 643 039

restaurace@sagner.cz

Sháníte vozík či polohovací postel? Vypůjčte si je v Nové Pace od Života bez bariér!

Pečujete doma o někoho blízkého, kdo už se o sebe nemůže starat sám? Zmáhá Vás pomáhat mu se vstáváním z postele či oblékáním a umýváním? Anebo je pro Vás samotné z důvodu nemoci či rekonvalescence náročné například vyjít do schodů, či jste přestali dělat některé věci, jako jsou procházky či jízda na kole, protože už se při nich necítíte bezpečně? Právě Vám mohou Život ulehčit takové pomůcky, jako chodítka, nástavce na toaletu, polohovací lůžka, sprchovací židle, elektrické zvedáky, či tříkolky pro dospělé. Vypůjčit si je můžete na libovolně dlouhou dobu od organizace Život bez bariér, která v Nové Pace již 11 let provozuje půjčovnu kompenzačních pomůcek. V současné době jich nabízí kolem 150 kusů.

Jak vše probíhá? Můžete se kdykoliv v pracovní době a po telefonické domluvě také mimo ni zastavit v našem středisku Centrum bez bariér v Nové Pace, kde jsou pomůcky vystaveny. Vezměte si sebou občanku či jiný doklad totožnosti. Na základě Vaší situace Vám budou předvedeny vhodné pomůcky, které si můžete také vyzkoušet. V případě zájmu s Vámi sepišeme jednoduchou smlouvu o pronájmu. Pokud budete potřebovat, pomůcku Vám dovezeme domů, nainstalujeme a vysvětlíme, jak ji správně používat. Také Vám poradíme, na co máte nárok a co můžete od pojišťovny a lékařů požadovat, abyste případně získali pomůcku vlastní. Obrátit se na nás můžete také s jakýmkoliv dotazem, který se týká domácí péče či sociálních služeb. Činnost naší půjčovny dotují obce i různé nadace, proto jsou ceny pronájmu pomůcek velice příznivé. Ceník spolu se všemi informacemi najdete na našich webových stránkách www.zbb.cz - případně vám rádi vše sdělíme na telefonním čísle 720 994 024. Neutrácejte hned peníze za zakoupení vlastní pomůcky, přijďte se nejdříve poradit.



Život bez bariér
Nová Paka

Marie Vokurková,
Život bez bariér, z.ú., www.zbb.cz



Pomáháme zdravotně postiženým, seniorům a jejich rodinám

Sociální služby

- Odborné sociální poradenství
- Denní stacionář
- Sociální rehabilitace

Projekty

- Prevence, bezbariérovost, vzdělávací programy
- Mezinárodní spolupráce

Půjčovna pomůcek

- Vozíky, polohovací lůžka, berle, chodítka, motocykl a další
- Možnost dovozu či odvozu



Pořádání akcí

- Sportovní, kulturní, společenské akce pro zdravotně postižené i veřejnost

Výrobní činnost

- Zakázková, sériová, vlastní výroba
- Práce pro lidi s postižením

Pronájem bezbariérových prostor

- Ubytování
- Vnitřní i venkovní prostory pro firemní nebo soukromé akce

Vracíme život do novopackého kláštera,
který od roku 2006 opravujeme a zvelebujeme,
aby opět mohl sloužit potřebným lidem
i veřejnosti.

Kontakty:

Lomená 533, 509 01 Nová Paka
IČO: 266 52 561
tel.: +420 493 724 159
mobil: +420 731 070 142
info@zbb.cz, www.zbb.cz



Zhubněte s Českým rozhlasem Hradec Králové!

6+1 je celoroční projekt Českého rozhlasu Hradec Králové, určený všem, kteří chtějí změnit svůj životní styl.

Jedním z nejčastějších přání žen, ale i mužů je zhubnout, nebo přesněji vytvarovat postavu, zbavit se přebytečných kilogramů, a tím i vylepšit zdraví. Ať už se jedná o pět nebo třicet kilogramů, shodit na váze a ubrat centimetry objemu si žádá několik zásad. Především zdravou stravu, pohyb a pevnou vůli. Ta je nutná k překonání těžkých začátků. A právě tyto zásady jsou základem celoroční výzvy, se kterou se Český rozhlas Hradec Králové obrátil na všechny posluchače, kteří se snaží o změnu životního stylu, někdy po celý život, a doposud stále marně.



jejíž heslo „nejhorší je hubnout špatně“, si sedm odvážných vzalo za své. Ale nejsou to jen její rady, které posluchačům v pravidelných pořadech Český rozhlas nabízí. Do projektu se zapojili i další odborníci, lékaři, nutriční poradci a osobní trenéři, kteří dávají pravidelně ve vysílání rady každou neděli dopoledne v týdeníku Šarm a ve středu dopoledne v rubrice 6+1. Své zkušenosti se změnou životního stylu přidávají i slavné osobnosti a jednou měsíčně se v Radiokavárně Českého rozhlasu Hradec Králové scházejí posluchači s doktorkou Kateřinou Cajthamlovou a v přímém přenosu dostávají odpovědi na různé otázky. Další setkání v Radiokavárně budou 8. dubna, 29. dubna, 27. května, 1. července, 2. září, 30. září a poslední 2. prosince vždy v deset hodin dopoledne. Jste srdečně zváni.

Všechny odvysílané rady také navíc najdou návštěvníci našich internetových stránek hradec.rozhlas.cz a v magazínu Českého Rozhlasu Hradec Králové Šarm.

Vše začalo docela nenápadně, když ředitel ČRo Hradec Králové a Pardubice Pavel Kudrna začal shazovat kilogramy a kolegové jeho snahu začali zaznamenávat. Pohled na tabuli s křivkou měsíční úspěšnosti v kanceláři vedoucí programu Lady Klokočnickové inspiroval další kolegy a vznikl nápad, vyzvat další k následování. Začátkem roku se po důkladném zkoumání životního stylu vytipovalo sedm rozhlasáků, a to tak, aby se každý z posluchačů v některém z vybraných typů našel. Šestku hubnoucích moderátorů, editorů a manažerů v projektu vyvažuje jeden zprávař, který by naopak chtěl přibrat kila.

Nápad dobrý, ale podaří se to? Tuto otázku jsme adresovali začátkem roku osobě, která má s podobnými výzvami největší zkušenosti – doktorce Kateřině Cajthamlové, lékařce, internistce, psychoterapeutce a v neposlední řadě moderátorce mnoha pořadů s touto tematikou,



MUDr. Kateřina Cajthamlová



Ing. Pavel Kudrna
ředitel ČRo HK a ČRo Pce



Lada Klokočnicková
vedoucí programu



Kristýna Štanderová
editorka



Klára Němečková
moderátorka



Tomáš Peterka
manager komunikace



Milan Baják
web editor



Radek Pulkrábek
zprávař

 **Hradec Králové**
Český rozhlas

hradec.rozhlas.cz
90,5 | 95,3 | 96,5 FM

ZVEME VÁS K NÁM

Hledáte, kam večer vyrazit s kamarády?
Chtěli byste tančit,
ale nechce se vám učit se složité krokové sestavy?
Hledáte tanec,
k němuž nepotřebujete nutně partnera?
Rádi tančíte,
ale nemáte chuť pořízovat nákladné
společenské oblečení?

Přijďte na náš...

Nechanický countrybál!

22. dubna 2016 od 20 hodin

Country předtančení a ukázky tanců

Hraje kapela S.U.D. Chvaletice

Kulturní dům Nechanice

Vstupné 90 Kč

Country klub Měnik ARS VIVA Město Nechanice



FILHARMONIE
HRADEC KRÁLOVÉ

Vlastimil Ondruška, Tomáš Vůjtek:

POPELKA

!ODJEZD AUTOBUSU
V PÁTEK 29. 4. 2016 V 18:00 HODIN
Z NECHANICKÉHO NÁMĚSTÍ!

Dovolujeme si Vás pozvat
na divadelní představení pro děti

STOP POHÁDKA ANEB JAK ZACHRÁNIT PRINCEZNU.

Přijďte v neděli 10. 4. 2016 od 14:00 hodin
do kulturního domu v Nechanicích.

Můžete se těšit na pohádku,
jejíž děj budete moci sami ovlivnit...

Vstupné pro děti: 30,- Kč, pro dospělé: 40,- Kč.

Milé dámy, zveme Vás na **BEZPLATNOU PŘEDNÁŠKU** se zaměřením na prevenci rakoviny prsu,
jejíž součástí je multimediální prezentace a mnoho dalšího...

Udělejte něco pro své zdraví, nestyďte se a přijďte ve středu 27. 4. 2016 v 17:30 hod. do malého sálu KD Nechanice.

Přednášku zajišťuje nestátní nezisková organizace Mamma HELP, z.s. v rámci projektu „Využijte svého práva na preventivní prohlídky“.
www.mammahelp.cz

Travesti skupiny

Travesti skupiny
SCREAMERS® a TECHTLE MECHTLE®
uvádějí pořad



24. 4. 2016 od 16.00 hodin,
KD Nechanice

www.kpinochil.cz

www.screamers.cz/www.techtlemechtle.cz

FACEBOOK: SKUPINA SCREAMERS, TECHTLE MECHTLE REVUE

SCREAMERS A TECHTLE MECHTLE

v novém zábavném pořadu „Ženy za pultem“

Jaro už se pomalu blíží a společně s jarem přichází i zbrusu nový zábavný pořad travesti skupin Screamers a Techtle Mechtle, který pánové tentokrát nazvali „Ženy za pultem“. Dvouhodinový pořad z prostředí samoobsluhy nabitý známými melodiemi a scénkami. Po spojení dvou předních travesti skupin a jejich úspěšných předchozích pořadech zájem o jejich vystoupení ještě více vzrostl. Těšit se na Vás budou prodavačky Dolores, Lili, Paula, Halina, Stacey, a to společně s vedoucím samoobsluhy Láďou. Dorazte si i Vy nakoupit ve slevě to, co opravdu potřebujete a hlavně nikde jinde v obchodě nekoupíte - dvě hodiny smíchu a odreagování od starostí všedních dní!

Vstupné 260,- Kč v předprodeji
280,- Kč v den akce

Předprodej bude zahájen 14 dní před akcí
v tabáku v Nechanicích (Husovo náměstí).

Nechanický Zpravodaj vydává redakční rada města Nechanice, nákladem 900 ks, cena výtisku: zdarma.

Uzávěrka č. 3/2016 do 10. 5. 2016. Příspěvky zasílejte na adresu Kulturního domu v Nechanicích,

e-mail: kdnechanice@seznam.cz a kultura@nechanice.cz. Vytiskl K + K Humburky.