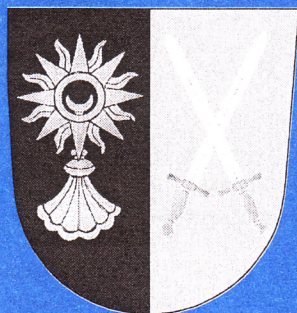


prosinec 2000

4

ROČNÍK IX.



INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ NEUBUZ

Drazí,

Vánoce se k nám vracejí - letos v jubilejní slávě dvou uplynulých tisíciletí. Přinášejí nejen velkolepé celosvětové oslavy s bohatstvím dárků jako důkazů vzájemné mezilidské lásky a pohody, ale nutí nás zamyslet se nad smyslem života, který v každém člověku má vyšší poslání, než aby mohl být spoután prostorem a časem. Dnešní lidé upouštějí od vyšších nároků na získání duchovních hodnot tvořících pravou krásu života. Omezují své touhy pouze na hmotné statky. Ty sice ještě nikoho nenaplnily štěstím, ale dovedou zaslepit člověka natolik, aby kromě nich nechtěl vidět nic jiného.

Vánoce jsou vlastně velkolepou oslavou narození Ježíše Krista. Předmětem naší společné úcty je Božské dítě, narozené v chudé stáji a položené do jeslí. Přesto však tato skutečnost obklopená velmi skrovnými poměry se stala významným mezníkem lidských dějin. My máme to štěstí, že žijeme právě v éře počínající příchodem Božího Syna na svět.

Není náhodou, že Všemohoucí Bůh přišel na naši planetu v podobě malého dítěte. Jako by chtěl touto událostí každoročně připomínat celému lidstvu, jak málo ctí člověka, pokud je ještě dítětem. Prožíváme dobu, v níž porodnost dětí neuvěřitelně klesá. Mateřské i základní školy marně čekají na nové žáky. Sotva se vynoří naděje

na zlepšení soudobé situace. Hrubé sobectví ovládá rozum i vůli dospělých a v dětech je podněcováno od nejútlejšího věku. Plným právem se ptáme: „Z čeho rostlo kouzlo adventu a Vánoc? Proč se lidé na tyto svátky tak těšili?“ Není těžké pravdivě odpovědět. Rodiče i dědečkové a babičky byli plni upřímné lásky k dětem. Ve snaze učinit je šťastnými, hledali a nacházeli štěstí svoje vlastní. Navíc hluboká víra, prostá zbožnost a často velmi odříkavý způsob života z nich utvářely pevné, ničím nepokroucené charaktery, na které se bylo možno spolehnout v každodenní prosté dělnické nebo rolnické práci. Vel-

ké osobnosti národa pocházely z početných rodin. Prostředí, v němž vyrostly, jim dalo do vínku poctivost, čestnost, statečnost a zodpovědnost. Vlastnosti, které vůdčí osobnosti našeho státu očiividně postrádají. Jinak bychom sotva byli svědky takových špinavostí, dokonce chráněných zákonem! Vánoce nespočívají na dobrém jídle a pití. Mějme znovu tu starodávnou odvahu dát jim ráz vzájemné, ničím nepředstírané lásky, pravého veselí, čisté radosti, spokojenosti a vědomí, že i každý z nás je předmětem nekonečné lásky našeho společného otce - Boha Stvořitele. Štěstí, zdraví, pokoj svatý Vám vinšuje

Váš farář P. Josef Pekárek



Štědrý den

Hoj, ty Štědrý večere,
ty tajemný svátku!
Cože komu dobrého
neseš na památku?

Hospodáři štědrovku,
kravám po výslužce,
kohoutovi česneku
hrachu jeho družce.

Ovocnému stromoví
od večere kosti
a zlatoušky na sněhu
tomu, kdo se postí.

Mnoho krásných chvil v příjemné atmosféře Vánoc, hodně zdraví, štěstí a spokojenosti v novém roce přejí členové zastupitelstva Neubuz

Aktuální informace

• obce Neubuz •

Na základě zákona č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů sdělujeme, že společenská rubrika Neubuzského zpravodaje bude zveřejněna pouze na základě písemné žádosti (jedná se o zveřejnění výročí, svatby, narození, úmrtí) za následujících podmínek:

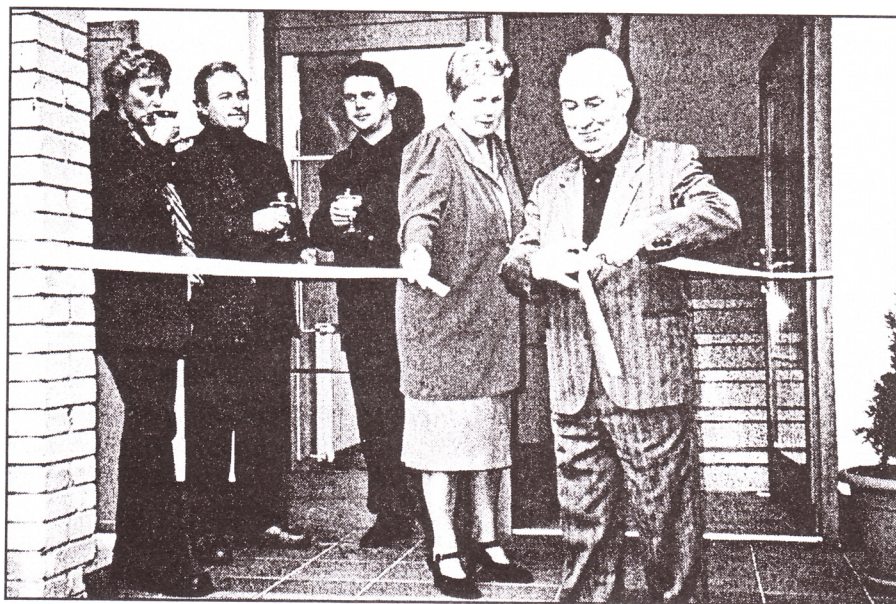
- **výročí, svatba** - žádost podána osobami, kterých se událost týká
- **narození dítěte** - žádost rodičů dítěte
- **úmrtí** - žádost nejbližších příbuzných zemřelého

Žádosti můžete podávat na OÚ Neubuz v době úředních hodin tj. pondělí a středa od 14 do 17 hodin.

K 31. 3. 2001 proběhne v celé České republice sčítání lidu, domů a bytů. V naší obci se touto záležitostí budou zabývat 2 komisaři, kteří navštíví každou domácnost, kde předají obyvatelům:

- 1) Domovní list
- 2) Bytový list
- 3) Sčítací list osob

Obyvatelé tyto sčítací tiskopisy vyplní a během 3 dnů předají zpět komisařům, kteří si je osobně vyzvednou. Obyvatelé se nemusí obávat zneužití osobních informací, neboť pověření komisaři jsou vázáni slibem mlčenlivosti.



Dne 17. 12. 2000 se v naší obci uskutečnilo slavnostní otevření kulturně společenské místnosti nad obchodem.

Po přivítání přítomných občanů provedl starosta obce pan Vladimír Hynčica slavnostní přestřižení pásky a vyzval občany k prohlídce kulturně společenské místnosti. Zde následovalo malé občerstvení a kulturní vložka, kterou zajistili žáci ZŠ Neubuz pod vedením paní ředitelky Lydie Staroveské. Kulturní pásmo se velmi líbilo. Dále následovala hudební vložka. Kulturně společenská místnost bude sloužit k různým oslavám, besídkám, přátelskému posezení apod. Správcem místnosti je pan Vlastimil Zábojník, který podá zájemcům bližší informace o provozu a nájemném.

Ceník za používání kulturní a společenské místnosti nad obchodem, stanovený zastupitelstvem obce Neubuz a schválený dne 29. 11. 2000:

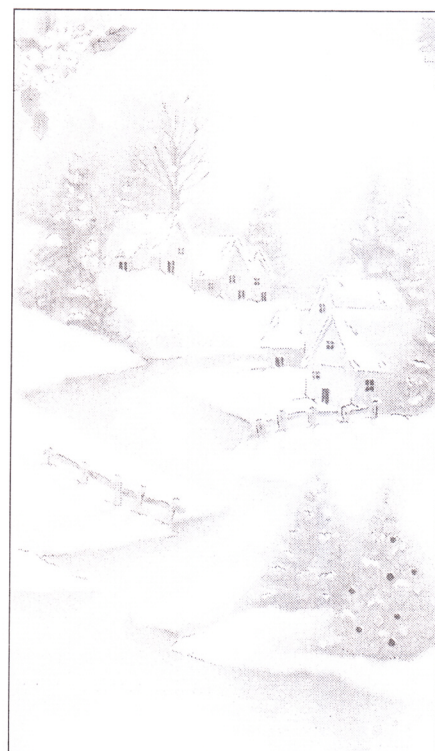
- | | | |
|----------------------------------|--------------------|----------------------------|
| • pro občany Neubuze | za 1-3 hod. 300 Kč | za každou další hod. 60 Kč |
| • pro cizí zájemce | za 1-3 hod. 300 Kč | za každou další hod. 60 Kč |
| • pro ZŠ Neubuz | | zdarma (úklid zajistí ZŠ) |
| • pro cvičení žen a jiné kroužky | | za 1 osobu 10 Kč |

Vladimír Hynčica - starosta obce

Ze zasedání OZ Neubuz

Zasedání se uskutečnilo dne 29. listopadu 2000

- dokončení nábavby obchodu a vybavení kulturně společenské místnosti, včetně otevření
- ZO zvolilo inventarizační komisi pro provedení inventarizace majetku obce k 31. 12. 2000
- schválilo Dohodu o provozu kulturně společenské místnosti
- schválilo stanovisko ZO k obci III. stupně, tímto schválilo město Vizovice
- zastupitelstvo obce schválilo finanční příspěvek Nemocnici Vizovice ve výši 5000,- Kč
- schválilo Dohodu o provádění zimní údržby mezi obcí Neubuz a panem Zdeňkem Vajdákem
- ZO stanovilo nájemné za používání kulturně společenské místnosti
- projednalo přípravu rozpočtu obce na rok 2001
- schválilo Nájemní smlouvu o pronájmu obecních pozemků panu Vlastimilu Minaříkovi
- zamítlo žádost o odprodej obecních pozemků firmě STIMEX-AZ, s r. o., Zlín
- schválilo změnu č. 2 ÚPN SÚ Neubuz pro pí Ilonu Smeidlerovou





Český med pro vaše zdraví

Motto:

Kdo med často ochutnává nemocem a stáří odolává.

CUKR NEBO MED?

Je všeobecně známo, že bílý, tzn. rafinovaný cukr, zbavený všech rostlinných výtažků, představuje pouze tzv. „mrtvé neboli prázdné kalorie“. Energie, kterou jeho požitím získáme, se snadno stane nadbytečnou a promění se v tuk, protože organismus nemá často k dispozici dostatečné množství vitamínů a minerálních látek, s pomocí kterých by ji mohl efektivně využít. Tělo je musí vydávat ze zásob, takže konzumací „bílého“ cukru svůj organismus o tyto cenné látky vlastně ochuzujeme a navíc při tomto složitém procesu vznikají četné zplodiny, otravující naše tělo.

Naproti tomu med obsahuje kromě jednoduchých (snadno vstřebatelných) cukrů i mnoho důležitých látek, jako jsou enzymy, minerálie, organické kyseliny,

aminokyseliny, vitamíny, hormonální látky a mnohé další komponenty.

Z medicínského hlediska jsou zvláště důležité v medu obsažené antibakteriální látky - ihibiny, které mají schopnost likvidovat na 22 druhů pro člověka patogenních bakterií.

V medu byl rovněž prokázán acetylcholin, tj. látka, která podporuje veškeré procesy vedoucí k hromadění a ukládání životní energie. Zvláště pozitivně se účinky acetylcholinu projevují na srdci, cévách (rozšiřuje větší tepny a spojky mezi tepnou a venou, působící zpomalení pulzu a snížení tlaku), na trávicím ústrojí (zvyšuje pohyb střev) a na průduškách.

KDY JE TO S MEDEM LEPŠÍ NEŽ BEZ NĚJ

Med se s úspěchem uplatňuje v léčebné výživě, a to zejména při onemocnění jater, srdce, zánětech slinivky břišní a hlavně u pooperačních stavů v období rekonvalescence. Látky obsažené v medu působí blahodárně na centrální nervovou soustavu. U dětí byl prokázán pozitivní vliv medu na zvýšení hemoglobinu, který na sebe váže kyslík v krvi.

Při nechutenství podporuje med u dětí chuť k jídlu a zlepšuje trávicí pochody v jejich zažívacím ústrojí.

Při lehčích případech tzv. senné rýmy se velice osvědčilo podávat pravidelně postiženému med z okolí jeho bydliště, což vede k tvorbě protilátek, které pomohou zbavit oslabený organismus přecitlivělosti na pylová zrna.

Těhotenské zvracení lze zmírnit lžičkou medu podanou ženě na lůžku půl hodiny před snídaní. V posledních dvou měsících těhotenství se doporučuje přidat k běžné stravě lžici medu denně, a to pro obsah železa, kterého se ženě ke konci těhotenství obvykle nedostává.

Nepříjemný průběh nachlazení výrazně zmírní popíjení teplého mléka s medem (jedna polévková lžice na šálek) nebo můžeme na noc užít med s citronovou šťávou (půl citronu na 50 g medu).

Starým osvědčeným lékem proti kašli je odvar z cibule oslazený medem. Zředěným medovým roztokem se

kloktá a proplachuje nos, čímž se dezinfikují ústní a nosní sliznice. Při zánětech horních cest dýchacích se rovněž osvědčily dvacetiminutové inhalace 30% vodným roztokem medu.

Med lze však s úspěchem použít i zevně na kožní ekzémy, špatně se hojící rány nebo na popáleniny, kde kromě svého antimikrobiálního působení rovněž přispívá k důkladnějšímu prokrvení tkáně a stimuluje růst buněk.

ALE PŘESTO NEZAPOMEŇTE!

Med není všelék, „jen“ nám pomáhá uzdravovat.

Pokud si jako spotřebitel koupíte Český med od místních včelařů, získáte nejen špičkový produkt, ale přispějete i k rozvoji a udržení včelařství. K zabezpečení dobrého opylení hmyzosnubních rostlin a tím i pestrosti naší krajiny. Spotřeba medu je v našich rodinách minimální, nebo vůbec žádná. Tato vzácná potravina by si zasloužila více pozornosti, pro své blahodárné účinky, o kterých jsme se již dočetli.

Naši včelaři Vám určitě i v zimním období vyhoví prodejem různých druhů medu, ať už jarních květových, podzimních medovicových nebo pastovaných.

ČSV - Miroslav Dubovský



Z naší školy



Dny zdraví v neubuzské škole

Téměř každý žák na otázku „Co je pro tebe nejdůležitější?“ odpovídá ZDRAVÍ. Ví proč? Ví, co všechno do zdraví patří? Určitě ne. Proto naše škola uspořádala na konci října Dny zdraví. Právě děti mohou nejvíc přispůsobit své návyky, aby jejich život mohl být naplněn zdravím v pravém slova smyslu. Žáci byli rozděleni do dvou skupin. Každá pracovala v jedné třídě. První skupina se vypravila do Země zdraví. Čekalo ji tam plno kamarádů i nepřátel. Děti měly nejprve sami přijít na to, co je pro ně v životě nejdůležitější. Odpovědi se různily. Někdo považoval různé aktivity, či působení rodiny, školy, prostředí, za méně či více důležité. Nakonec však u starších dětí jednoznačně vyhrála láska, rodina, péče o zdraví za to nejdůležitější. Jsme přesvědčeni, že většina lidí by zvolila duchovní zdraví a prostředí, které svým působením můžeme ovlivňovat a zlepšovat.

Mladší žáci se snažili přijít na to, co všechno můžeme udělat pro naše tělo, aby bylo opravdu zdravé. Poté vybírali barvy pro zdraví a vytvářeli celé obrazy na téma „Barvy zdraví“. Starší žáci naopak museli zkoumat všechny další části zdraví např.: duševní, citové, společenské, osobní a duchovní. Právě tento úkol měl žáky přivést k poznání, že není důležité starat se jen o naše tělo, ale potřebujeme mít kolem sebe i spoustu přátel, neustále se pít za novým poznáním, ale

také přemýšlet nad otázkou „Proč jsme na této planetě?“. Beze všech těchto malých částek by se naše zdraví rozsypalo jako domeček z karet.

Jak zdravé jsou stravovací návyky našich žáků? Na to není snadné odpovědět, neboť v otázkách stravy existuje mnoho proměnlivých faktorů. Zůstává skutečností, že strava je nutnost. Každý z nás má určité stravovací návyky, které se vyvinuly již v raném dětství. Žáci se musí naučit základní fakta o výživě. Vždyť počet nemocí souvisejících s výživou neustále narůstá. Každý se musí naučit přijímat určitou odpovědnost za své vlastní zdraví.

Tímto problémem se zabývala druhá skupina dětí. Hned první den nazvaný „Den zdraví ve výchovách“ byli žáci rozděleni do tří skupin, kde každá skupina měla úkol zaměřený na jinou problematiku. První sestavovala jídelníček „Mlsouna“ zaměřený na skryté tuky v potravě. Lžičkami se odděloval podle vybraných druhů potravin tuk, až vznikla pořádná hromádka.

Druhá skupina měla podobný úkol, ale lžičkami odměřovali cukr. Taktéž v této skupince se nakupila pořádná hromádka „skrytého cukru“ v naší celodenní stravě.

Ve třetí skupině měli žáci za úkol sestavit puzzle s pyramidou zdraví. S tímto úkolem pomohly maminky, které využily Dne otevřených dveří a přišly se na své děti podívat.

Byla zdůrazněna nutnost jíst pestrou stravu. Vždyť žádná složka potravy nedodá tělu veškeré základní živiny v množství, které organismus potřebuje.

Na základě informací získaných prací ve skupinkách, žáci své poznatky zúročili při sestavování velké pyramidy zdraví. Měli za úkol zařadit spoustu potravin a jídel podle prospěšnosti našemu zdraví.

Také další den, zaměřený na zdravou výživu a zdravý životní styl, měli žáci spoustu práce. Byl zde zařazen běh a cvičení pro zdraví i pro radost. Tato sportovní činnost se těšila obzvláštnímu zájmu. Každý ze závodníků dostal startovací číslo a musel nejdříve proběhnout vesnicí. Pak byli všichni rozděleni do pěti družstev. Každá skupina cvičila na pěti stanovištích: aerobik, slalom na kole i přes překážku, hod na cíl, skoky přes švihadlo a dvouminutový test zdatnosti. Všem se sportovní zápolení moc líbilo.

I třetí den byl velmi zajímavý. Jak by ne, když se připravovaly zeleninové i ovocné saláty. Tak vznikl salát pórkový, mrkvový, ze sýra Tofu, ovocný a šopský. Chlapci prvního ročníku připravovali jednohubky se sýrem a paprikou. Na závěr se všechno nazdobilo a přichystala se slavnostní tabule na odpolední třídní schůzky rodičů.

Všem určitě moc chutnalo, vždyť to byla práce našich dětí!

H.Č.E.L.

Projekt „Dny zdraví“ v naší škole byl ukončen odpoledními třídními schůzkami, kde mezi nás zavítala paní PhDr. Yvona Obručová z PPP Louky s přednáškou pro rodiče o možnostech PPP ve Zlíně. Rodiče informovala jak předcházet či pomoci při výukových a výchovných problémech, co to je vyšetření školní zralosti, jak předcházet stresům, či jak pomoci dětem s diagnostikovanou specifickou poruchou. Za ochotu přijít a poskytnout tyto informace rodičům jí velmi děkujeme.

Následovalo vyhodnocení a promítnutí videozáznamu z těchto dnů. Za pomoc a finanční zabezpečení cen patří poděkování starostovi VI. Hynčicovi a sponzoru školy panu ing. Bendovi z firmy Greiner. Poděkování patří paním učitelkám, Haně Červenkové a Evě Lisovské, školnici Dagmarě Sedláčkové, která se na přípravě také podílela a všem rodičům, kteří nám zajišťovali dozor a pomáhali při realizaci Dnů zdraví.

Lydie Staroveská, ředitelka školy