

# HLAS NADĚJKOVA

vydává obec Nadějkov  
cena 7 Kč

ročník XXVIII / číslo 4, prosinec 2020

## Stručně z obsahu:

### **Dopis**

#### **od starosty a místostarostky**

str. 2

Vážení spoluobčané,  
v tomto adventním čase mnozí z nás bilancují nad uplynulým rokem a spřádají plány a předsevzetí na rok příští. Rok 2020 se nám jistě vryje do paměti více než kterýkoli jiný.

### **Naše školka**

str. 8

Od září uběhlo již mnoho času a podzim se vydařil. Poskytnul nám své dary a my jsme jich hojně využili. Z přírodnin jsme si vyráběli zvířátka a dekorace na výzdobu naší školky.

### **Veselé Vánoce Vám všem**

str. 10

Vánoce a vánoční čas ve mně vždycky vzbuzovaly pocit radosti a očekávání. Jako dítě radost z toho, že nebude škola, a očekávání pěkných dárků a jako dospělá žena, matka, radost z radosti dětí.

**Dopis od starosty a místostarostky (2)**  
**Plánované projekty obce Nadějkov na rok 2021 (3)**  
**Ordinace o Vánocích (4) Z jednání obecního zastupitelstva (5)**  
**Farnost (7) Naše školka (8)**  
**Vánoce (9) Veselé Vánoce Vám všem (10)**  
**Knihovna, Zdravotní okénko - Klíč zdraví (11)**  
**Nadějkov - křížek u Koptišů (14)**  
**Místní akční plán vzdělávání v ORP Tábor II. (15)**

### Vážení spoluobčané,

v tomto adventním čase mnozí z nás bilancují nad uplynulým rokem a spřádají plány a předsevzetí na rok příští. Rok 2020 se nám jistě vryje do paměti více než kterýkoli jiný. Byl to rok nejistoty, omezování a nezažitých situací. Byl to ale také rok, kdy jsme měli možnost soustředit se více sami na sebe a své nejbližší, být k sobě milejší a ohleduplnější. Měli jsme možnost uvědomit si, co je skutečně důležité a vrátit se více ke kořenům a podstatě bytí.

Také my, jako obec, bilancujeme nad tím, co se povedlo a co ne. Podařilo se nám rozjet přeměnu Součkoviny na polyfunkční komunitní centrum s knihovnou, zrekonstruovat příjezdovou komunikaci na sběrný dvůr, opravit fasádu pohostinství U Jandů, bojovat v rámci našich možností s kůrovcem a získat dotaci na záložní zdroj pitné vody pro Nadějkov. Ne všechny projekty se ale povede realizovat podle našich představ, některé musíme odložit a nahradit jinými.

Víme, že je stále co zlepšovat, a to ať už se jedná o vzhled obce či chod obce samotné. Naším předsevzetím je pokračovat na rozvoji obce všemi směry a rovněž nalézt cestu lepší komunikace s občany.

V závěru roku je také čas na poděkování. Naše velké díky patří všem těm, kteří nezištně pomáhali obci a svým blízkým, sousedům a jiným potřebným ve složité covidové době. Děkujeme také těm, kteří se jakkoli podíleli na rozvoji a chodu obce.

Vážení spoluobčané, přejeme Vám, ať prožijete magický adventní a vánoční čas obklopeni svými nejbližšími v klidu a pohodě, neboť podstata Vánoc nespočívá v nervozitě, shonu a obloženém stole. Do nového roku Vám přejeme pevné zdraví, štěstí a spokojenost v rodinném i pracovním životě.

*Klára Tesařová a Arnošt Novák*



**Příjemné prožití vánočních svátků  
a hodně štěstí v novém roce  
přejí zaměstnanci obecního úřadu.**

## Plánované projekty obce Nadějkov na rok 2021

### Vážení spoluobčané,

v minulém čísle Hlasu jsme Vám ve stručnosti představili činnost obce v roce 2020. Nyní na tento článek navazujeme výčtem zamýšlených projektů na rok 2021.

- **Součkovina**

Objekt Součkoviny je postupně rekonstruován na polyfunkční komunitní centrum s knihovnou/společenskou místností v podkroví. Stavební práce na Součkovině plynule pokračují - je hotova obnova elektrických rozvodů, výtahová šachta včetně zateplení, sklepy, podlahy v podkroví a fasáda na části objektu. Současné klimatické podmínky však limitují venkovní práce, pokračují tedy práce v interiérech. Z důvodu jarní epidemie Covid-19 byla rekonstrukce zahájena s dvouměsíčním zpožděním, stejný problém ovlivnil i práce v průběhu podzimu. Harmonogram dokončení byl posunut do 31. 5. 2021.

Na vnitřní vybavení podala obec žádost o dotaci na SZIF (Státní zemědělský intervenční fond) prostřednictvím MAS Krajina srdce. Žádost byla MAS podpořena. Rozpočet na vybavení objektu je téměř 1,5 milionu Kč, požadavek na příspěvek činí cca 1,2 milionu Kč. SZIF žádost zaregistroval, vyzval obec k vypsání výběrového řízení na dodavatele a nyní celá žádost včetně doloženého výběrového řízení prochází administrativní kontrolou ze strany SZIF. Tato kontrola je nedílnou součástí procesu před podepsáním dohody s fondem.

Podkroví budovy bude vyčleněno pro novou místní knihovnu se společenskou místností. Knihovna bude přístupná výtahem v zadní části objektu. Přízemí bude sloužit jako komunitní centrum. Pro různorodé aktivity občanů zde vzniknou klubovny, doplněné kuchyňkou a poradenská místnost, kde v případě potřeby a požadavků občanů mohou specialisté poradit v obtížných životních situacích. Zrekonstruovaný a vybavený objekt plánuje obec po dokončení představit veřejnosti v rámci dne otevřených dveří. I když máme představu o využití komunitního centra, uvítáme od Vás další smysluplné náměty, neboť objekt bude určen především Vám, občanům Nadějkova. Na stránkách obce je zveřejněna projektová dokumentace včetně plánu vybavení místní knihovny.

- **Obnova místních komunikací**

Jako každý rok bude obec opravovat minimálně jednu místní komunikaci. Nyní má obec zpracovány projekty na komunikace „Brtecká“ a „Homolská“. Realizace případné obnovy se bude odvíjet od získání finančních prostředků.

- **Přívětivá obec**

V polovině roku 2021 se dozvíme, zda jsme byli úspěšní v žádosti o dotaci na projektu Přívětivá obec, který by měl občanům lépe přiblížit dění v obci pomocí interaktivních úředních desek, které by byly kromě budovy Obecního úřadu umístěny i v několika větších osadách

- **Výměna kotlů OÚ a DPS**

V rámci ochrany ovzduší obec přistoupila k postupné obnově kotelen. Na rok 2021 je plánována výměna kotle OÚ a DPS. Výměna kotle ZŠ proběhne v roce 2022.

- **Výměna střechy DPS**

Kompletní výměna střechy DPS v Nadějkově pravděpodobně v příštím roce vzhledem ke změnám v dotačním titulu neproběhne. Charakter opravy střechy tak bude ještě diskutován.

- **Zpracování nového územního plánu obce**

V roce 2021 bude dokončen nový územní plán Obce Nadějkov, na jehož zpracování získala v roce 2020 dotaci.

- **Další plánované akce:**

- ▶ rekonstrukce chodníků na komunikaci Sedlecká (od „zrcadla“ ke hřbitovu)
- ▶ obnova sakrálních staveb (pomník Prokopa Chocholouška a hrobka na hřbitově)
- ▶ oprava fasády a sociálního zázemí KD Brtec
- ▶ postupné doplňování technického vybavení obce (přepravník kontejnerů, pořízení lisu na papír a plasty pro potřeby sběrného dvora)
- ▶ revitalizace Homolské cesty – oprava horských vpustí a obnova laviček pro odpočinek

Je možné, že se v průběhu roku 2021 rozběhnou i jiné projekty, o kterých Vás budeme prostřednictvím Hlasu Nadějkov samozřejmě informovat.

Věříme, že uvedené projekty pomohou k tomu, aby se v naší obci a všech osadách zase žilo o něco příjemněji.

*Arnošt Novák a Klára Tesařová*

## **Ordinace o Vánocích**

Praktická lékařka MUDr. Blanka Vlčková o vánočních svátcích od 21. prosince 2020 do 3. ledna 2021 neordinuje. Akutní případy ošetří poliklinika Milevsko.

Dětská lékařka MUDr. Anežka Veselá o vánočních svátcích v Nadějkově neordinuje.

V Táboře ordinuje: 23. prosince 2020 od 8 - 10:30 hod.  
30. prosince 2020 od 8 - 10:30 hod.

## Z jednání obecního zastupitelstva

### Zápis ze zasedání zastupitelstva obce č. 4/2020, dne 25. září 2020

#### 1. Schválení programu zasedání

#### 2. Volba zapisovatele a ověřovatelů zápisů

##### **Usnesení č. 47/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje navržený program jednání a dále paní Kláru Tesařovou jako zapisovatelku, Ondřeje Hulana a Pavla Kříže jako ověřovatele zápisu ze zasedání zastupitelstva obce dne 25. 09. 2020.

Pro: 11 Proti: 0 Zdržel se: 0

#### 3. Rozpočtová opatření

##### **Usnesení č. 48/2020:**

ZO Nadějkov bere na vědomí rozpočtová opatření č. 9/2020, 10/2020, 11/2020, 12/2020 a 13/2020 v předloženém znění.

Pro: 11 Proti: 0 Zdržel se: 0

##### **Usnesení č. 49/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje rozpočtové opatření číslo 14/2020 v celkové výši 974.750,- Kč na výdajové a příjmové straně rozpočtu.

Pro: 11 Proti: 0 Zdržel se: 0

#### 4. Projekty 2020

##### **Usnesení č. 50/2020:**

ZO Nadějkov bere na vědomí informace o realizovaných a připravovaných projektech.

#### 5. Plánované projekty 2021

##### **Usnesení č. 51/2020:**

ZO Nadějkov deleguje pravomoc k vyhlášení a vyhodnocení výběrového řízení na dodavatele vnitřního vybavení Polyfunkčního komunitního centra do kompetence rady obce Nadějkov.

Pro: 9 Proti: 0 Zdržel se: 3 (Ing. Olga Černá, Ing. arch. Vít Benda, Ing. Tomáš Kabíček)

##### **Usnesení č. 52/2020:**

ZO Nadějkov bere na vědomí informace o plánovaných projektech obce.

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

#### 6. Prodej pozemků a nemovitostí obce

##### **Usnesení č. 53/2020:**

ZO Nadějkov bere na vědomí předložené žádosti, prodej pozemků projedná na svém příštím zasedání.

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

### 7. Převod majetku DSO Čertovo břemeno do vlastnictví obce

#### **Usnesení č. 54/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje bezúplatný převod majetku, a to 20 separačních nádob (kontejnerů na tříděný odpad), do vlastnictví obce Nadějkov a pověřuje starostu obce podpisem Smlouvy o bezúplatném převodu.

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

### 8. E.ON stanovení podmínek pro věcná břemena

#### **Usnesení č. 55/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje nové doplněné znění Smluv o smlouvách budoucích o zřízení věcného břemene a Smluv o zřízení věcného břemene a schvaluje sazby za zřízení věcných břemen v částce 100,- Kč za běžný metr, minimální výše úhrady 4.000,- Kč.

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

#### **Usnesení č. 56/2020:**

ZO Nadějkov ruší usnesení

#### **Usnesení č. 55/2019:**

*ZO schvaluje uzavření Smlouvy č.: 1030028809/001 o smlouvě budoucí o zřízení věcného břemene v upraveném znění, náhrada za zřízení věcného břemene bude ve smlouvě stanovena ve výši maximálně 50.000,-Kč. Do smlouvy bude zapracována povinnost „budoucí oprávněné“ složit kauci ve výši maximálně 250.000,- Kč na účet obce, která bude zajišťovat úhradu případně způsobených škod, pověřuje starostu obce podpisem upravené smlouvy.*

#### **Usnesení č. 56/2019:**

*ZO schvaluje uzavření Smlouvy č.: 1030051777/001 o smlouvě budoucí o zřízení věcného břemene v upraveném znění, náhrada za zřízení věcného břemene bude ve smlouvě stanovena ve výši 25.000,- Kč do smlouvy bude zapracována povinnost „budoucí oprávněné“ složit kauci ve výši 100.000,-Kč na účet obce, která bude zajišťovat úhradu případně způsobených škod, pověřuje starostu obce podpisem upravené smlouvy.*

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

Schváleno jednohlasně.

#### **Usnesení č. 57/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje uzavření Smlouvy 1030051777/001 o Smlouvě budoucí o zřízení věcného břemene v novém znění a pověřuje starostu obce podpisem této smlouvy.

Pro: 12 Proti: 0 Zdržel se: 0

### 9. Odměny

#### **Usnesení č. 58/2020:**

ZO Nadějkov schvaluje vyplacení odměny starostovi ve výši 65.000,- Kč za vykonávání činností nad rámec svých povinností, zejména pak činnosti správce obecního majetku. Odměna bude vyplacena v běžném výplatním termínu, provedení rozpočtové změny deleguje zastupitelstvo do kompetence rady obce.

Pro: 11 Proti: 0 Zdržel se: 1 (Ing. Arnošt Novák)

## Vážení a milí přátelé,

zdá se mi, že každý dnes nějak potřebuje být povzbuzován k radosti, jakou nám nabízí třeba závěr doby adventní. I když nás dělí různé vzdálenosti, přece většinou nejsme sami a to ani ve chvílích, kdy snad nějakou samotu pociťujeme. Jsme jako lidé propojeni, můžeme dokonce každý tvořivě a přitom bez riskování rozvíjet to, čím jsme každý z nás obdarováni. A to mladí, staří, zdraví, nemocní, dospělí i děti.



Vstoupili jsme na konci listopadu do adventu a hned v úvodu jsme si připomínali svátek sv. Mikuláše, spojený s určitými zvyklostmi a tradicemi. Když jsem jejich průběh sledoval, napadla mě k nim drobná poznámka: V posledních letech se nám někde částečně, jinde zcela vytratil smysl mikulášské koledy a bohužel možná i samotný Mikuláš, uctíváný jako světec, který vynikal svou moudrostí, dobrotou, vlídností a štědrostí. Když jsem se bavil o této události s dětmi, ve velké většině měly z mikulášské nadílky jeden jediný zapamatovaný zážitek: čerty zobrazující zlo. Mikuláš se nám schoval a místo toho zůstává v paměti dítěte strach a zmátek. Zdá se mi, že v ulicích a rodinách v souvislosti s Mikulášem bohužel už není tím hlavním poselstvím dobrotivost, laskavost, vlídnost, láska k lidem nebo obdarování a milosrdenství, viditelné ze vzoru sv. Mikuláše. Mnohem více je vidět zlo vtělené do temnoty čerta, strach a děs pro zlobivé a neposlušné lidi, zvláště děti, které jsou nepolepšitelné a nezasluhují žádný soucit. Chtěl bych tedy tuto poznámku nabídnout k úvaze do dalších let.

Advent je naproti tomu časem pokoje a připravuje nás na Vánoce. Hlavním znakem této doby je očekávání příchodu Krista, které provází „hlas volajícího na poušti: ‚Připravte cestu Pánu‘.“ Advent, který prožijeme s cílem obnovit své dobré smýšlení v tichu a pokoji, následně dává možnost lépe vyniknout velké oslavě narozenin Ježíše o Vánocích. Přeji nám všem, abychom alespoň závěr adventu prožívali jako skromnou přípravu na vánoční svátky, které začínají v již předvečer slavnosti Narození Krista (25. prosince).

Chtěl bych zde před vlastním závěrem poděkovat za spolupráci obce při opravě vstupu do kostela, který, jak věřím, bude i přes průtahy opět dobře sloužit všem, kdo přicházejí do kostela, ať už na bohoslužby nebo i k zastavení během dne.

Pokud to bude možné, budeme v naší farnosti letos slavit půlnoční bohoslužbu alespoň v rodinném kruhu účastníků. Nebude tedy možné, aby se zúčastnili všichni, kdo by si to přáli. Využijte proto, prosím, o vánočních svátcích spíš návštěvu v kostele u betléma s krátkou modlitbou, vzpomínkou, přáním pro vaše blízké. Termíny otevření kostela uvedeme o vánocích na webu farnostjistebnice.cz a ve vývěsce před kostelem. Chtěl bych vás ale také pozvat k vašemu rodinnému setkání u vašeho betléma a k předávání betlémského světla do rodin a to zvláště za spolupráce skautů. Přeji nám všem, ať se tím pravým světlem opravdu rozsvítí srdce každého z nás.

Požehnané vánoční svátky s přáním všeho dobrého v novém roce přeje a pamatuje na vás

*P. Pavel Němec, administrátor farnosti*



## Naše školka

Od září uběhlo již mnoho času a podzim se vydařil. Poskytnul nám své dary a my jsme jich hojně využili. Z přírodnin jsme si vyráběli zvířátka a dekorace na výzdobu naší školky. Jelikož nejlépe strávený čas je pro nás všechny venku, navštěvovali jsme park a užívali si spadaneho listí. Do lesa jsme vyrazili poznávat houby a rozlišovat jehličnaté stromy od listnatých. Příroda se zbarvila do hnědé a oranžové a my si zdokonalili poznávání barev a jejich odstínů. Pravidelně jsme navštěvovali knihovnu, dokud nám to opatření dovolila.

Jelikož jsme se nezalekli bacilů a virů, sbírali jsme a zpracovávali plody zahrady. Nejvíce nás zaujala jablíčka, a tak jsme si z nich vyráběli, co nás jen napadlo. Jablíčka jsme krájeli a sušili, dělali jablečnou šťávu nebo jedli jen tak utržená přímo ze stromu. Dostali jsme do těla spoustu vitamínů a bacily nás tak nedohnaly. Zajímavým zdrojem vitamínů pro nás byla dýně. Jednu jsme si společně vydlabali a zjistili tak, co se skrývá uvnitř této oranžové zeleniny. Vydlabaná nám pak zdobila vchod do naší školky. Paní kuchařky nám poté z dýně uvařili výbornou polévku.

Podzim se nám blížil ke konci a čekal nás svatý Martin. Plni očekávání jsme vyráběli Martinovi bílé koně a těšili se na sněhovou nadílku. Aby nám to čekání rychleji uteklo, upekli jsme si svatomartinské rohlíčky plněné tvarohem, mákem, povidly nebo marmeládou. Bohužel přijel Martin později, než jsme čekali. Sníh nám napadl těsně před příchodem Mikuláše a jeho družiny.

Již tradičně nám do školky přišel 4.12. Mikuláš s andělem a čertem. Děti se na jeho příchod těšily a společně jsme nacvičili pár básniček a písniček.



Mikuláš byl hodný a přinesl každému z nás malou nadílku plnou dobrot, vitamínů, ale i nějaký ten uhlík. I když někteří měli namále, nakonec stejně čert odcházel do pekla s prázdnou.

Vánoce jsou za rohem a s každou zapálenou svíčkou na adventním věnci se k nám přibližují. Přejeme Vám příjemné a klidné prožití vánočních svátků a mnoho štěstí v novém roce.



*Kateřina Kolářová*



## Vánoce

Tak zase po roce jsou tu VÁNOCE, ano Vánoce, ale trochu jiné, než v létech předešlých, řekli bychom smutnější. VÁNOCE bez plných obchodů, ozářených výkladních skříní a velkých stromů na náměstích, přeplněných lidmi, kteří neví, co ještě nakoupit, aby se cítili uspokojení. VÁNOCE bez velkého „lesku“ a pro mnoho lidí, kteří ztratili své drahé následkem současné epidemie, hodně TRUCHLIVÉ.

Tím více bychom se měli zamyslet nad pravým vznikem a účelem VÁNOC. To nebyly dříve svátky lesku, přepychu a dobrot, případně i obžerství, ale jejich počátek byl v narození Krista, spasitele lidstva, Boha a člověka, který přišel na svět, aby lidstvo vykoupil, aby přinesl světu lásku, odpuštění a soucit s trpícími. VÁNOCE byly a jsou časem zamyšlení, klidu a pokoje, a takovými by měly být alespoň letos, kdy obyčejný neviditelný virus přinesl tolik strádání, bolesti a smrti na celém světě. Ukázal nám, jak jsme mnohdy bezmocní a malí proti nástrojům zla kolem nás!

Vraťme se proto alespoň o letošních VÁNOCÍCH k jejich kořenům! Ať jsme věřící, nebo nevěřící, zamysleme se nad sebou samými, dopřejme si chvíli klidu někde o samotě a rozjímajme, zda náš život jde po správné cestě, zda někomu neublížíme, zda někoho nenávidíme, zda někomu nepřejeme vše špatné, zda odpouštíme těm, kteří mnohdy (i nevědomky) ublížili nám. Vzpomínejme, komu bychom mohli pomoci, s kým promluvit nebo koho navštívit v jeho osamělosti.

Poznáte sami na sobě, jak se Vám uleví, budete šťastni i bez lesknoucích se cetek kolem, budete mít klid v duši i svědomí, bude Vám dobře.

Vzpomínám na doby mého dětství, byla válka, nebylo nic k dostání, i kousek cukroví byl na lístky, a přes to jsme byli šťastní a těšili se na příchod Ježíška na Štědrý den. Kolem šesté hodiny večer se tatínek oblékl do "svátečního" a šel rozsvítit svíčku na hrob svých rodičů. Po návratu byla večeře, rybí polévka, kapr "na černo" a pak smažený řízek z kapra, okurka a vajíčko, vše pokropené omáčkou z pečení kapříků. Po večeři jsme odkryli své poslední talíře a tam byla obyčejně stříbrná, vyleštěná pětikoruna, "aby se nás držely peníze". Potom jsme šli do pokoje, kde byl na stole rozsvícený stromeček. Na stromečku bylo pár svíček a něco ozdob, pod ním třeba primitivní loutkové divadlo, které tatínek udělal z krabic a maminka nakreslila papírové loutky (s kterými se celé Vánoce hrálo divadlo) a ještě několik maličkostí, radost byla ale veliká. Venku za oknem vždy byl sníh. Před dvanáctou hodinou jsme šli na půlnoční do kostela. Byl to krásný pohled, když se ze všech stran scházeli lidé z vesnic s lucerničkami, se svíčkou, jejíž svit se odrážel v třpytivém sněhu pod oblohou s miriádami hvězd na její modré klenbě. Jak krásně se tehdy po tom všem usínalo a sny byly plny andělíčků a Ježíška.

Milí přátelé, přeji Vám všem klidné a spokojené Vánoce a lepší nový rok 2021.

*Dr. Jindrák*

### Veselé Vánoce Vám všem

Vánoce a vánoční čas ve mně vždycky vzbuzovaly pocit radosti a očekávání. Jako dítě radost z toho, že nebude škola, a očekávání pěkných dárků a jako dospělá žena, matka, radost z radosti dětí a očekávání toho, že se všichni ve zdraví sejdeme, pojíme a popijeme a ujistíme se, že jsme tu jeden pro druhého.

I když, nebylo to tak vždycky a při slovech „vánoční úklid“ mi ještě teď naskakuje husí kůže. Maminka brala úklid opravdu hodně vážně, takže se leštily dveře, klepaly koberce a nedotčená hadrem nezůstala ani žárovka v lustru. Tatínek si bral radši přesčas v práci a o sobotě zašel na jedno (spíš na víc), aby na něj nezbyla žádná domácí práce. Byly jsme 3 holky (s maminkou 4), takže tatínkova taktika byla dobrá. Zvládly jsme to i bez něj. Pečení vánočního cukroví jsme milovaly. Vždycky jsme se u toho nasmály, pouštěly koledy z „moderního“ kazetáku a těšily se na dárky. Jenže než jsme se rozkoukaly, voňavé cukroví zmizelo a viděly jsme ho až na Štědrý den. Na pomeranče a mandarinky jsme si vystály sáhodlouhou frontu (někdy jsme stály i dvakrát) a protože jsme byly 3, vitamínů bylo alespoň o svátcích dost. Dodnes mám vůni mandarinek nostalgicky spojenou s Vánocemi, protože přes rok jsme si dopřály maximálně jablka a kubánské pomeranče, které se sice nedaly rozžvýkat, ale i vnitřek jsme s chutí zhlty. Vánoční dárky byly skromné, odpovídající nabízenému sortimentu socialistického pultového (spíše podpultového) prodeje. Ještě teď si pamatuju, jak jsem jákala, když byl pod stromečkem krém na obličej a nová zimní, růžová bunda, kterou mělo potom ještě dalších 5 spolužaček.

Když jsem se vdala, taky jsem leštila dveře, klepala koberce a gruntovala jak o život, jako kdybych celý rok neuklízela a neutírala prach. Ještě na Štědrý den jsem hadr nepustila z ruky, k tomu připravovala štědrovečerní večeři a doladila vánoční výzdobu. Vyhnala jsem manžela se synem k babičce, aby mi nepřekáželi a jela jsem jak fretka. Jenže pak přišel večer. Večeře byla výborná (manžel si ještě přidal), stromeček ustrojený a výzdoba perfektní. Synek měl z dárků radost a já sotva držela oči, abych si vychutnala pohádku „Tři oříšky pro Popelku“. Nedočkala jsem a odpadla dřív než ostatní.

Časem jsem pochopila, že Vánoce nejsou o úklidu. Přestala jsem přehnaně gruntovat, trávila celý ten předvánoční a vánoční čas s rodinou, navštívila v klidu rodiče, babičky a dědečky a hlavně, hlavně jsem si uvědomila, že život je příliš krátký na to, abychom se za něčím honili. Možná o to víc se v této naší nestandardní a nelehké době pojdme všichni těšit na to, že si zase podáme ruce, aniž bychom si je před tím desinfikovali, uvidíme úsměv na tváři bez roušky, zazpíváme si společně na plese, pokecáme tváří tvář v hospůdce a přestaneme se obviňovat, že nedodržujeme rozestupy, že nosíme špatně roušky, že jsme nejspíš nakazili babičku či kolegu v práci a v nekončící izolaci přestaňme házet vinu jeden na druhého. Nikdo z nás nemůže za to, co se odehrává, a přijde čas, kdy se všichni zase v klidu setkáme jen tak v parku či u dobré sklenky vína.



Přeji veselé a pokojné Vánoce Vám všem.

MAJABUR



## Milí čtenáři a přátelé knihovny,

knihovny zůstávaly - jako jedny z mála kulturních institucí - otevřené ještě v době po 14. říjnu, kdy již byly nařízením vlády uzavřeny muzea, galerie, hrady, kina, divadla a podobná zařízení. Nicméně vzhledem ke stále se zhoršující epidemiologické situaci v naší zemi došlo od 22. října k uzavření i široké sítě knihoven. Začátkem prosince se situace trochu zlepšila a knihovna v Nadějkově byla od 3. do 17. prosince otevřená v normální otevírací době. Od pátku 18. prosince dle nařízení vlády lze půjčovat pouze knihy předem objednané. Knihy je třeba si předem objednat na telefonním čísle 728 844 383, nebo emailem knihovna@nadejkov.cz. Během uzavření všech knihoven v době zhoršení epidemie výdej tisku časopisů a knih nikdo nezastavil, a tak jsou pro vás připraveny nové tituly knih i další čísla periodik.

Začátkem školního roku začaly kroužky pro školní a předškolní děti, ale se zhoršující se situací i kroužky rychle skončily. S dětmi ze školky jsme přečetli pohádky:

- › o beruškách, které čekaly na vzácnou návštěvu
- › o klukovi Lukášovi, který se chtěl stát hvězdářem
- › o parní mašince, která neměla chybičku na kráse, ale měla jen jednu skrytou vadu a to, že nejezdila.

Ke každé pohádce se děti naučily básničku a namalovaly obrázek. Školní děti si vyzkoušely, jak hledat v knihovnickém katalogu a orientovat se v knihovně, listovaly v nových knihách, které knihovna přes letní prázdniny pořídila, a rovněž si vyplnily přihlášku do knihovny. Začali jsme společně číst knihu Herkules a strašidla od Alžběty Dvořákové. Nezbývá nic jiného než doufat, že se po Novém roce celková situacelepší a všichni se opět ve zdraví sejdeme, abychom pokračovali v započaté práci.

Děkuji všem návštěvníkům za přízeň, kterou knihovně věnovali v roce 2020, a přeji vám krásné prožití vánočních svátků a hodně štěstí, zdraví a splněných přání v novém roce 2021.

*Petra Macháčková*

## Zdravotní okénko - Klíč zdraví

Zdraví... Lidský osud, naše životy se stále točí kolem zdraví. Při životních jubileích, oslavách svátku, při všech velkých svátcích spojených s naší historií, přeje-me druhým i sobě navzájem „hlavně hodně zdraví“ nebo „pevné zdraví“, když si připijíme a ťukáme sklenkami, ozývá se „na zdraví“. Ale co to vlastně je zdraví? Tuto otázku si (nejen) v poslední době klade jistě většina z nás. V minulém článku jsem se zamyslela nad tím, co posiluje a oslabuje naši imunitu. Dnes bych ráda napsala o tom, co dělat, když toho zdraví tolik není – v zimním období, kdy většina z nás občas „chytí“ rýmu, kašel nebo třeba chřipku. Letos je situace komplikovaná nejmenovaným virem, kterému se dostalo až nezdravé publicity a jeho jméno na nás vyskakuje téměř všude a následky „boje“ proti němu bohužel pociťují všichni, nejen ti, kteří tímto virem onemocněli, protože vládní omezení nás provázejí

téměř na každém kroku.

Ale jak se vlastně máme zachovat, když na nás něco „leze“, když cítíme, že nám už není dobře, ale ještě nám není zle? V lidovém léčitelství i v tradiční čínské medicíně je v zimě většina výše zmíněných onemocnění považována za napadení chladem, případně chladem a větrem. Znáte to, podceníte trochu oblečení a zrovna se změní počasí, zafouká vítr a vy se vracíte domů s tím, že Vás škrábe v krku nebo máte zimnici, citlivou kůži po celém těle, kýcháte, z nosu začíná téci. V těchto případech, ale i když se třeba vrátíte domů úplně promrzlí, pomůže, když doma budete mít jako první pomoc čerstvý kořen zázvoru nebo lipový a bezový květ, nať tymiánu.

Naše babičky přísahaly na bezový květ, postačí i samotný, a dobře dělaly. Říká se „před kopřivou (heřmánkem) smekni, před bezem klekni“ neboť má opravdu velmi silné léčivé schopnosti. Moje babička mi vždycky uvařila horký bezový čaj se lžičkou medu a šup se mnou pod peřinu. Říkávala, že bez mému tělu pomůže vyhnat zimu. Moderní studie tuto lidovou moudrost potvrzují. Černý bez má velmi silné protizánětlivé a antivirové působení. Když si do čaje hodíte ještě snítku tymiánu a lipový květ, zalijete ho vařící vodou, necháte 15 minut louhovat pod pokličkou, pak ho vypijete a vlezete do postele, kde se pořádně se zahřejete (třeba i s termoforem pod peřinou) a ideálně se i vypotíte, a pokud během dne či večera vypijete 2-3 šálky tohoto horkého nápoje, a budete se pořád potit, ráno vám bude mnohem lépe. A když ještě zůstanete celý den v posteli a budete pokračovat v pití čaje a potné kůře, brzy se Vám uleví.

Skvělé je, že černý bez roste dnes poměrně hojně, lip je v naší zemi také dost a tymián si můžeme vypěstovat na zahrádce, případně v truhlíku za oknem. Je to tedy způsob první pomoci, která je přímo na dosah ruky, a zaplatit za ni musíte jen časem, který strávíte při sběru a sušení květů. Staří rodinní lékaři doporučovali tuto terapii pro jakékoli onemocnění z chladu, s tím, že když příznaky (kýchání, výtok z nosu, pokašlávání, horečka či zvýšená teplota) nepoleví po jeho pravidelném pití do tří dnů, pak je třeba navštívit lékaře.

V tradiční čínské medicíně se pro boj s napadením chladem a větrem doporučuje horký čaj z čerstvého zázvorového kořene. Nutno ještě upozornit, že sušený zázvor nemá stejné účinky jako zázvor čerstvý, a proto nám proti nachlazení či chřipce nepomůže, zato pokud potřebujeme zlepšit zažívání nebo zahřát organismus zevnitř, třeba před plánovanou procházkou v chladu, je ideální si uvařit čaj ze sušeného zázvoru a skořicové kůry.

Ale vraťme se raději k čerstvému zázvoru a chřipkám. Tradiční terapie sestává z vypití horkého (jak nejmíc to jde) zázvorového čaje připraveného tak, že cca 1,5 cm nastrouhaného zázvorového kořene zalijeme opět vařící vodou a necháme 15 minut louhovat pod pokličkou, pak se naložit to horké lázně (do vany, horké sprchy), vypít další šálek čaje, poté se osušit, vlézt pod peřinu, vypít další šálek horkého čaje (třeba s medem) a pořádně se vypotit. Čerstvý zázvor má podobný účinek jako bez, tymián a lipový květ. Všechny tyto byliny působí velmi silně proti množení virů a jejich aktivitě, mají protizánětlivý účinek a způsobují pocení.

Pocení je totiž geniální mechanismus lidského těla, jak ze sebe odstranit škodliviny a toxiny, a mezi ty škodlivé viry a bakterie nepochybně patří.

Doplňková terapie k této „chřipkové první pomoci“ by měla sestávat z pití velkého množství čisté (ideálně pramenité, tedy chemicky neupravované) vody pokojové teploty a rychlému uzdravení velmi pomáhá rozumný půst. Někomu dělá dobře nejíst vůbec, doporučit lze vyloučit maso a jíst pouze lehkou stravu, třeba čerstvé ovoce a čerstvé ovocné či zeleninové šťávy, které doplňují potřebné vitamíny, minerály a cukr, a dodávají tělu zdraví prospěšné, často protivirově a protizánětlivě působící enzymy, a zároveň nezatěžují příliš náš organismus, trávicí a vylučovací ústrojí, a tak tělo může věnovat více energie na sebeléčení a boj s napadením. V těchto raných stádiích onemocnění je dobré úplně vynechat maso, uzeniny, sýry a mléčné výrobky, protože na jejich trávení potřebuje tělo příliš mnoho sil a navíc většina těchto potravin může v organismu podpořit zahlenění, zejména pokud se nachází v oslabeném stavu.

Poté, co horečka či příznaky nachlazení a kašel ustoupí a přijde i chuť k jídlu, pak naopak doporučuji (po vzoru starých léčitelů ze všech kontinentů, i našich babiček) uvařit silný vývar, buď z hovězích kostí, nebo ze staré slepice, ideálně vynešené (ano, i ty můžeme mít v mrazáku pro „strýčka příhodu“). Takový vývar vaříme s běžným kořením (sušený zázvor, bobkový list, nové koření a černý pepř), přidat můžeme kořenovou zeleninu a je třeba vývar pomalu „táhnout“ na velmi mírném plameni třeba 24 hodin. Tak se z masa dostanou všechny důležité minerály a zdraví prospěšné látky do tekutého stavu a nemocí oslabený organismus je může snadno vstřebat, aniž by potřeboval vynaložit mnoho sil a tak může rychle dojít k obnovení sil a dojde k rychlejší rekonvalescenci.

Samozřejmostí by pro každého z nás měla být ohleduplnost, tzn., že pokud se necítíme dobře, máme zvýšenou teplotu či horečku, kýcháme, pak bychom neměli chodit mezi lidi, raději oželet návštěvy, „ušlý zisk“ či výplatu v práci a zůstat tři dny v posteli. Když se i pak, po dodržení výše uvedených doporučení, nebudeme cítit lépe, horečka neklesne nebo se příznaky zhoršují, pak je jistě rozumné kontaktovat telefonicky svého lékaře a domluvit se na dalším postupu. Ale jsem si jistá, a moje zkušenosti i zkušenosti lidové medicíny to potvrzují, že většině případů nachlazení a chřipek tato doporučení neuškodí, a naopak často velmi účinně pomohou. Více inspirace naleznete i na mých webových stránkách [www.kliczdravi.eu](http://www.kliczdravi.eu).

A tak mi dovolte popřát Vám, ať se Vám i v těchto temných dobách daří nalézat vnitřní Světlo, do Nového roku ať se Vám daří naslouchat své Duši a jejím potřebám tak, aby Vaše tělo i Duše byly zdravé, Vaše imunita silná a Váš život šťastný a spokojený. Pozdrav Vás Pán Bůh!

(Článek vyjadřuje názor autora)

S úctou

*Ludmila Sofie Dvořáková*

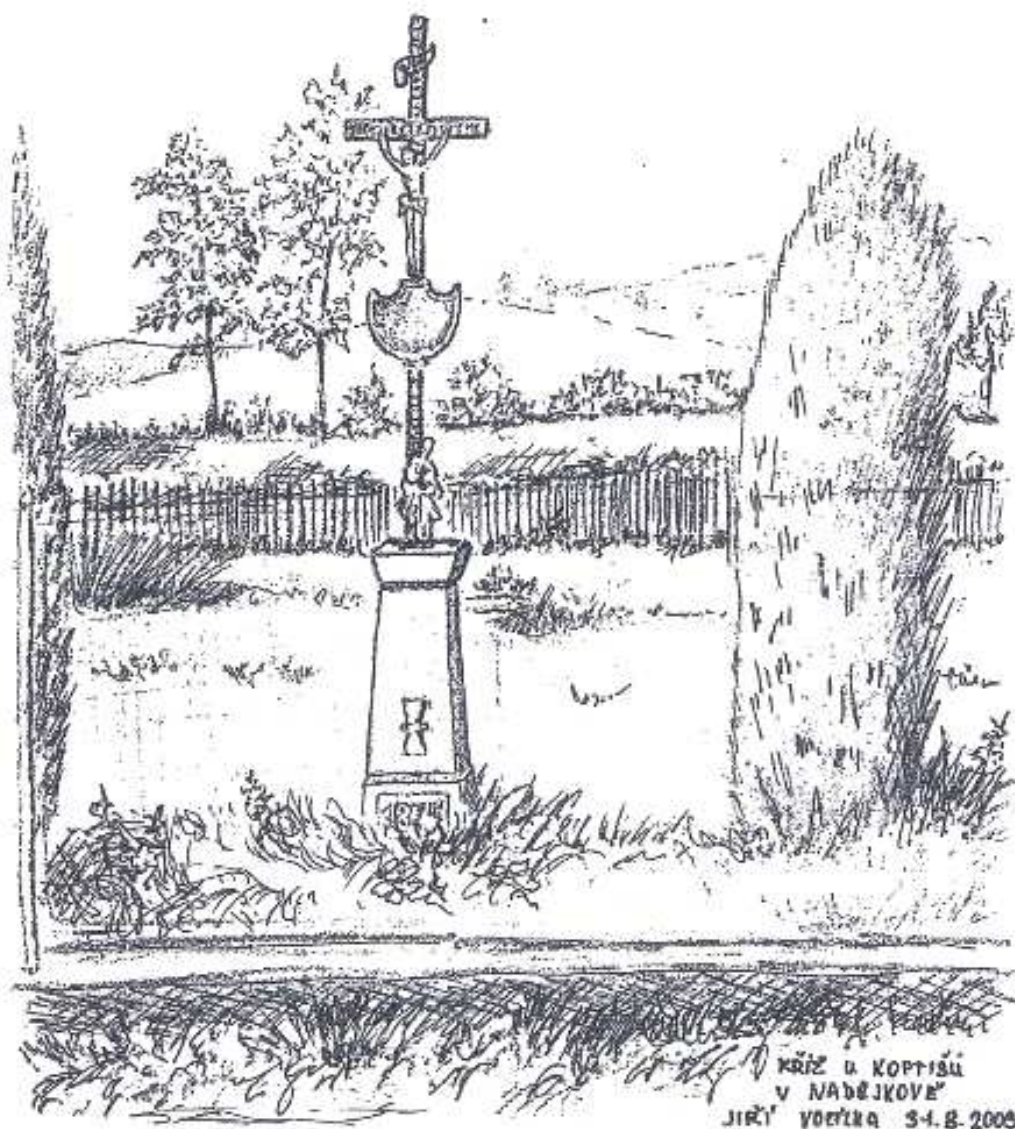
### Nadějkov - křížek u Koptišů

O tomto křížku jsem dříve psal. Paní Koptišová mi tenkrát vyprávěla, že křížek byl postaven nedaleko potůčku, který byl při obléhání Nadějkova v třicetileté válce plný krve.

Na křížku je letopočet 1875, ale datu, kdy byl postaven, letopočet nemusí vždy odpovídat. Většinou se dával ze hřbitova po zrušení hrobu na místo, kde se stala nějaká událost.

19. dubna 1894 se narodil František Vojtěch Cmunt, manželský syn Františka Cmunta, bednáře v Nadějkově, čp. 40 a Anny, rodem Koptišové z Nadějkova čp. 48. Byl Žákem 4. obecní školy v Nadějkově. Utonul nešťastnou náhodou při koupaní v Kovářovském rybníku dne 30. června roku 1905. Spíše bych křížek spojoval s tímto neštěstím.

*napsal a nakreslil Jiří Vocílka*





## Čajovny Na stezce

Čajovny, které nemohly na podzim být kvůli koronaviru, se odkládají na lepší časy.

*Olga Černá*



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



## Místní akční plán vzdělávání v ORP Tábor II.

I přes složitou situaci ve školství v souvislosti s COVID 19 pokračuje na Tábořsku příprava strategie rozvoje školství na období do roku 2023. Naleznete ji na <https://www.maslužnice.bechyňsko.cz/mistni-akcni-plan-vzdelavani-orp-tabor-ii/> ([www.taborcz.eu](http://www.taborcz.eu)). Pokud Vás oblast vzdělávání dětí zajímá, můžete se do projektu zapojit. Vše se děje pod hlavičkou projektu „MAP v ORP Tábor II“, který realizuje MAS Lužnice ve spolupráci s MAS Krajina srdce a městem Tábor.

Cílem projektu je dlouhodobé zlepšování kvality vzdělávání v mateřských a základních školách tím, že bude podpořena spolupráce zřizovatelů, škol a ostatních aktérů ve vzdělávání včetně organizací neformálního vzdělávání. V rámci projektu se zatím uskutečnilo 11 seminářů pro pedagogy, přes 40 setkání učitelů podle jednotlivých aprobací, dochází ke sdílení zkušeností a dobré praxe, vzdělávání učitelů, ale byla podpořena i přímá práce ve školách formou rodilého mluvčího, kroužků, dílen s rodiči nebo supervize pro pedagogický sbor.

Do projektu se může zapojit prakticky každý, kdo má o oblast vzdělávání zájem. Pro bližší informace kontaktujte manažera projektu Bc. Daniela Roseckého, tel. číslo: 777 793 720, [daniel.rosecky@cpkp.cz](mailto:daniel.rosecky@cpkp.cz).

*Zdeněk Černý*

## **Blahopřejeme všem, kteří oslavili svá významná životní jubilea!**



**říjen:** Jaroslava Werthaimová z Nadějkova,  
Vít Martínek z Nadějkova, Jiří Peterka z Nadějkova  
Marie Sýkorová z Nadějkova, Jiří Benda z Hronovy Vesce  
Marie Hejnová z Brtce

**listopad:** Marie Kabíčková z Nadějkova, Michal Vobořil z Nadějkova  
Markéta Seidlová z Nadějkova, Marie Nováková z Hronovy Vesce  
Daniela Vačlenová z Bezděkova, Vladimír Vacek z Nadějkova

**prosinec:** Josef Janouch z Chlístova, Jaroslava Třísková z Větrova  
Jaroslav Volšanský z Nadějkova, Václav Šich z Nadějkova  
Jitka Šabatová z Hubova, Zuzana Našincová z Větrova  
Miloslav Turnovec z Petříkovice

### **Informace k Hlasu Nadějkova**

**Příspěvky:** Děkujeme za všechny příspěvky do tohoto čísla Hlasu Nadějkova! Uzávěrka příštího čísla je 19. března 2021, všechny podepsané příspěvky jsou vítány. Příspěvky můžete posílat na adresy uvedené v tiráži, vhodit do schránky na budově úřadu nebo přinést na obec. Prosíme zejména o zasílání pozvánek na akce. Mohou být zveřejněny nejen v Hlase, ale i na webových stránkách obce a Mikroregionu Venkov.

**Inzerce:** pro místní zdarma, pro ostatní v ceně 15 Kč/řádek, 300 Kč/stránka. Pro řádkovou inzerci doporučujeme využívat také aktuálnější venkovskou tržnici: [www.venkovskatrznice.cz](http://www.venkovskatrznice.cz), vkládání inzerátů je bezplatné.

**Předplatné:** si můžete domluvit na obci (tel. 381 272 117, [ucetni@nadejkov.cz](mailto:ucetni@nadejkov.cz)).

**Hlas Nadějkova**, neperiodická tiskovina vydávaná obcí Nadějkov, náměstí Prokopa Chocholouška 6, 398 52 Nadějkov. Obecní webové stránky [http://: www.nadejkov.cz](http://www.nadejkov.cz).  
Tel. 381 272 117, e-mail: [urad@nadejkov.cz](mailto:urad@nadejkov.cz),  
Redakce Ing. Arnošt Novák, a Petra Macháčková  
Reg.č. MK ČR E 13168. Náklad 120 ks.

📖 Toto číslo vychází prosinci 2020 📖