



Světlankový

časopis

2/2010

Velevážený čtenáři,

v březnu roku 2010 jsem se rozhodl vyzkoušet si jaké to je být novinářem. No, není to práce lehká, ale přeci vyšlo 1. číslo „Světlankovského časopisu“. Tato práce mě natolik zaujala, měl jsem z toho všeho, z práce, z kolegů dobrý pocit a rozhodl jsem se pokračovat ve vydání 2. čísla.

I druhé číslo „Světlankovského časopisu“ je určeno pro všechny, kteří se chtějí něco zajímavého dozvědět ze světa Světlanky i okolí. Dozvíte se něco málo z historie Svitav, v rubrice „anketa“ se dočtete, kterého zpěváka, skupinu a zpěvačku máte nejraději, v rubrice „zdravá lékárna“ si přečtete o rakytníku, čekají Vás kulturní tipy, rozhovor s..., vánoční luštění. Nově přibyla rubrika „vlastní tvorba“, ve které publikuje již známý autor „HORA“ svůj Vánoční příběh a rubrika „sport“, kde je popsána speciální olympiáda. Autorům článku Máriovi a Vašíkovi tímto děkujeme:-)

Pokud se Vám bude časopis líbit, dejte nám vědět do redakce. Vaše náměty si rádi poslechneme a budeme se těšit na spolupráci.

Na závěr bych Vám chtěl popřát štěstí, spokojenost a radostné vánoce a do nového roku hodně zdraví, lásky a energie a samozřejmě – příjemné čtení.

Za redakci Váš šéfredaktor Robert.

OBSAH 2. ČÍSLA SVĚTLANKOVSKÉHO ČASOPISU:

Historie.....	str. 3
Anketa.....	str. 4
Speciální olympiády.....	str. 5
Rozhovor s.....	str. 6
Cestování a kultura.....	str. 8
Vánoční příběh.....	str. 9
Zdravá lékárna.....	str. 10
Recepty.....	str. 11
Křížovka.....	str. 12

HISTORIE SVITAV

Město SVITAVY začalo psát svou kroniku ve **12. století**.

Mniši z Litomyšle založili osadu s kostelem, který zasvětili **svatému Jiljí**.

V polovině 13. století však olomoucký **biskup Bruno** povolal německé osadníky a vznikl spor o hranice lesa. Ten byl ukončen až v roce **1256** SMÍRČÍ LISTINOU.

SVITAVY podle této listiny náležely k OLOMOUCKÉMU PANSTVÍ.
Tento list potvrdil také o 3 roky později Přemysl Otakar II.

Název SVITAVY vznikl spojením dvou osad **STARÉ a NOVÉ SVITAVY**.

Název dostaly podle názvu řeky Svitavy.
Její jméno znamená **SVÍTAT**.

ZNAK MĚSTA TVOŘÍ **MODRÝ ŠTÍT**

- v něm jsou **HRADBY**, **4 STÍNKY** a **2 VĚŽE**.

Věže střechy jsou ukončeny zlatými makovicemi.

Mezi věžemi je zlatá hlava tura domácího – **BÝKA**.

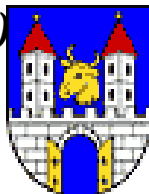
KVÍZ:

Který ze znaků je znak Svitav?

a)



b)



c)



Zdroj: <http://www.svitavy.cz/mes/his/index.htm>

ANKETA...

Ankety „O nejoblíbenějšího zpěváka nebo zpěvačku“ se zúčastnilo 31 hlasujících.

V anketě jsme získali různé odpovědi, které jsme rozdělili do 3 skupin:

- hudební skupina
- zpěvák
- zpěvačka

Hudební skupina:

1. místo: Nedvědi

2. místo: Nightwork

3. místo: Čechomor, Tři sestry, Maxim Turbulenc, Il Divo



Zpěvák:

1. místo: Karel Gott

2. místo: Pavel Novák

3. místo: Robie Williams



(dále se anketě objevili jména jako např. Štefan Margita, Pavel Bobek, John Lennon)

Zpěvačka:

1. místo: Lucie Bílá, Helena Vondráčková

2. místo: Aneta Langerová

3. místo: Iveta Bartošová, Světlana Nálepková, Petra Janů, Sarah Jones



Všem výhercům gratulujeme.

Co jsou speciální olympiády

Speciální olympiáda je určena pro lidi s mentálním postižením a umožňuje jim pravidelně sportovat a účastnit se sportovních soutěží bez ohledu na výkonnost. Každý sportovec nakonec dostane uznání a ocenění, vyhrát mohou i sportovci s těžkým stupněm mentálního postižení. Vedle sportovních hodnot, má proto speciální olympiáda význam sociální, obohacuje také volný čas a přináší radost a pocit úspěchu lidem s mentálním postižením i jejich rodinám a přátelům. Tato pravidelná odborně vedená sportovní aktivita mentálně postižených tvoří vlastní speciální olympijský program a může v současnosti zahrnovat **19 letních** (atletika, plavání, gymnastika, badminton, košíková, volejbal, kopaná, házená, kuželky, bocce, vzpírání, jezdeckví, bruslení na kolečkových bruslích, cyklistika, jachting, softball, tenis, stolní tenis, golf) a **5 zimních** (sjezdové lyžování, běžecké lyžování, krasobruslení, rychlobruslení, halový hokej) sportů.“

Autor: PhDr. Martina Středová - předsedkyně ČHSO (zdroj:www.specialolympics.cz)

V letošním roce jsem se i já v Brně zúčastnil atletických disciplín v hodu disku a vrhu koulí, kde jsem se umístil na 3. místě. Dále pravidelně soutěžím v závěsném „ruském“ kuželníku, tato soutěž se koná v Košumberku, Jánských Lázních a v Habrovanech u Brna, i zde jsem získal řadu cen.

Za velký úspěch považuji, že se nám podařilo s kamarádkou Lenkou Š. a klíčovými pracovníky Vaškem H. a Ivou Š. letos uspořádat „SPECIÁLNÍ OLYMPIÁDU“v našem centru na Světlance. Soutěže proběhly za plného nasazení všech uživatelů v disciplínách: skákání v pytli, hod na cíl, ruské kuželky a hod kroužků na kolíky. Všem se tyto hry velmi líbily a všichni si vyzkoušeli náročnost takových her na vlastní kůži. I v příštím roce bych si přál tyto hry uspořádat a držet se hesla „NENÍ DŮLEŽITÉ VYHRÁT, ALE ZÚČASTNIT SE.“

**Autoři: Mario Zahradník
Václav Hruška**



Rozhovor s...

V 2. čísle Světlankovského časopisu se naším hostem stal jeden z pracovníků Charity Svitav. Prostřednictvím otázek a odpovědí si čtenář může tipnout, kdo byl naším hostem. Svůj tip si můžete zkontrolovat na straně 12.

1. Od kdy pracuješ na Světlance?

- od července 2009

2. Jaké máš zájmy a koníčky?

- nemám moc času, hodně se věnuji dětem, ale mám ráda sport

3. Líbí se ti na Světlance a proč?

- líbí se mi prostředí a lidé

4. Co bys změnila?

-pokoje uživatelů

5. Máš doma nějaké zvíře?

- ne

6. Čím jsi chtěla být, když jsi byla malá?

-zdravotní sestřičkou

7. Jaká práce tě tady baví x nebaví?

-baví mě práce s lidmi, nebaví mě papíry

8. Jakou květinu máš ráda?

-slunečnici

9. Jaký měsíc máš ráda?

-prosinec

10. Jakým způsobem relaxuješ?

- žádným, ale když mám čas, tak sportem

11. Jakou barvu máš ráda

- červenou, je veselá

12. Jaké jídlo má ráda?

- mám ráda pečené kuře, nemám ráda slepici na paprice

13. Jsi místní nebo dojíždíš?

- jsem ze Svitav

14. Jaký sport se ti líbí?

- hokej

15. Kam bys jela na dovolenou, kdyby sis mohla vybrat?

- do Španělska

16. Jaký nápoj máš nejraději?

- alžírskou kávu

17. Co Tě v životě inspiruje?

- příroda

18. jaký je Tvůj životní cíl?

- vychovat dobře děti

19. Jaké místo bys čtenářům doporučila na výlet a proč?

- výstup na Sněžku, protože hory jsou krásné

20. Kdybys chtěla udělat rozhovor s někým ze Světlanky, s kým by to bylo?

- asi s panem Štrychem, jeho život mi připadá zajímavý



CESTOVÁNÍ A KULTURA

1. Výstava

Josef Lada - malíř a ilustrátor, která probíhá od 28. 11. 2011 v Městském muzeu a galerii ve Svitavách. Vernisáž proběhla 28. listopadu 2010 v 15 hodin, úvodní slovo měl Josef Lada, vnuk známého malíře.

Výstava potrvá do 16. 1. 2011

Otevřeno je:

ÚT - PÁ 9 - 12 a 13 - 17, SO, NE 13 - 17

Kontakt:

Máchova alej 1

568 02 Svitavy

tel.: +420 461 532 704

e-mail: muzeum@muzeum.svitavy.cz



Zdroj: <http://www.muzeum.svitavy.cz/>

2. Výstava betlémů

Výstavu betlémů v Centru Bohuslava Martinů v Poličce byla zahájena v neděli 21. listopadu 2010 ve 14 hodin, a potrvá až do 9. ledna 2011.

Navštívit výstavu můžete i 24. prosince od 9.00 do 14.00 hod., 25. - 31. prosince od 10.00 do 16.00 hod. 1., 2. a 3. ledna 2011 bude centrum pro veřejnost zavřeno.

Kontakt:

Městské muzeum a galerie Polička, Centrum Bohuslava Martinů v Poličce

Tylova 114, 572 01

tel.: +420 461 723 855

www.cbmpolicka.cz



Zdroj: <http://www.cbmpolicka.cz/>

Vánoční příběh

Byla jedna chaloupka, bylo a žilo v ní 12 lidí - 6 kluků a 6 holek. Jména holek - 1. Helenka 2. Petruška 3. Robertka 4. Hanička 5. Verunka 6. Mirka a Helenka vařila na plotně, Petruška prala prádlo, Robertka nosila dříví z lesa, Hanička spravovala střechu, Verunka vyráběla keramiku, Mirka utírala podlahu. A šest kluků jako buků - 1. Jirka 2. Pavel 3. Michal 4. Petr 5. Vítek 6. Aleš a byli to pracovití kluci. Jirka voral pole, Pavel pracoval v lese, Michal nosil vodu, Petr sbíral plodí z lesa, Vítek chodil sázet stromy do školky a žilo v lese šest medvědů a Robertka, Verunka, Mirka, Helenka, Hanička, Petruška. Robertka s Verunkou měly dobrou nápad a šly až našly velké a hezké smrky a ten den začalo sněžit a padala hvězda a daly jí jméno Blesk a daly na strom ovoce a dávaly tam dárky. Verunka zabalila hrnky a napsala písničku „My máme pracovitý ručičky a máme chytré hlavičky“ a každému dával dárek. A kluci dávali dárky holkám a šli všichni ozdobit stromek a každému tam dal dárek. Robertka donesla mrkev pro zajíce, Verunka oříšky pro veverky, Mirka med pro medvědy, Helenka jablíčka pro ježky, Hanička donesla mlíko pro ostatní a usmívala se Hanička. Petruška pekla dobrou chleba, Michal nosil vodu ze studně, Pavel řezal dříví, Jirka hrál na kontrabas, Aleš hrál na flétnu a Vítek tancoval, Petr hrál na buben. A všichni tancovali dohromady se zvířátky a lidmi a všichni měli ten sněhovej, hezký den a zpívali vánoční písně a celý les byl naplněný štěstím a láskou a vůní a veselou a tak nám zbyl tenhle hezký a veselejší příběh, který napsal sám život a tak šel čas a žijí tam dodnes.



Autor: Hora

RAKYTNÍK



Latinsky *Hippophae rhamnoides*, anglicky "seabuckthorn" a německy "sanddorn" je v dnešní době známým, ba přímo populárním keřem. Jeho původní domovinou je Čína, Mongolsko a Sibiř, nyní je rozšířen po celé Evropě. **Rakytník je** 2-3m vysoký keř se slabě otrněným obrostem.

Čím získal rakytník svůj věhlas? Je to především velmi vysoký obsah vitamínu C, jediná bobule pokrývá doporučenou denní dávku. Dále je zásobárnou vitamínu A, organických kyselin a biologicky aktivních látek. Výrazně podporuje imunitní systém, a proto je vhodný při rekonvalescenci. Podporuje tvorbu žluči a trávicích enzymů, podporuje fungování jater a plic a upravuje krevní oběh. Je pomocníkem při vředech žaludku i dvanáctníku, nemocech plic a kožních onemocněních. Výtažky z rakytníku jsou používány jako přísada kvalitní kosmetiky pečující o stárnoucí, popálenou či omrzlou pokožku a je také součástí ochranných opalovacích krémů a emulzí. Rakytník má vynikající detoxikační vlastnosti, rozpouští hleny a vykazuje i protinádorové účinky. Je to jednoduše přirozený koncentrát nejdůležitějších vitaminů a dalších podpůrných látek.

Zdroj: <http://www.rakyttnik.eu/>

RECEPTY

ROHLÍČKY Z PĚNY

Potřebujeme:

1 bílek
140g moučkového cukru
50g oříšků
lžíce citronové šťávy
lžíce husté marmelády



Cukr, bílek, citronovou šťávu a marmeládu smícháme. Smíchanou hmotu obalujeme na vále mletými oříšky. Takto obalené formujeme do tvaru rohlíčku a na vymaštěném plechu pečeme v mírně vyhřáté troubě.

NEPEČENÉ RUMOVÉ KULIČKY

Potřebujeme:

4 lžíce malinová šťáva
4 lžíce rum
10 dkg cukr moučka
5 dkg mleté ořechy
6 dkg máslo
3 dkg kakao
20 dkg dětské piškoty

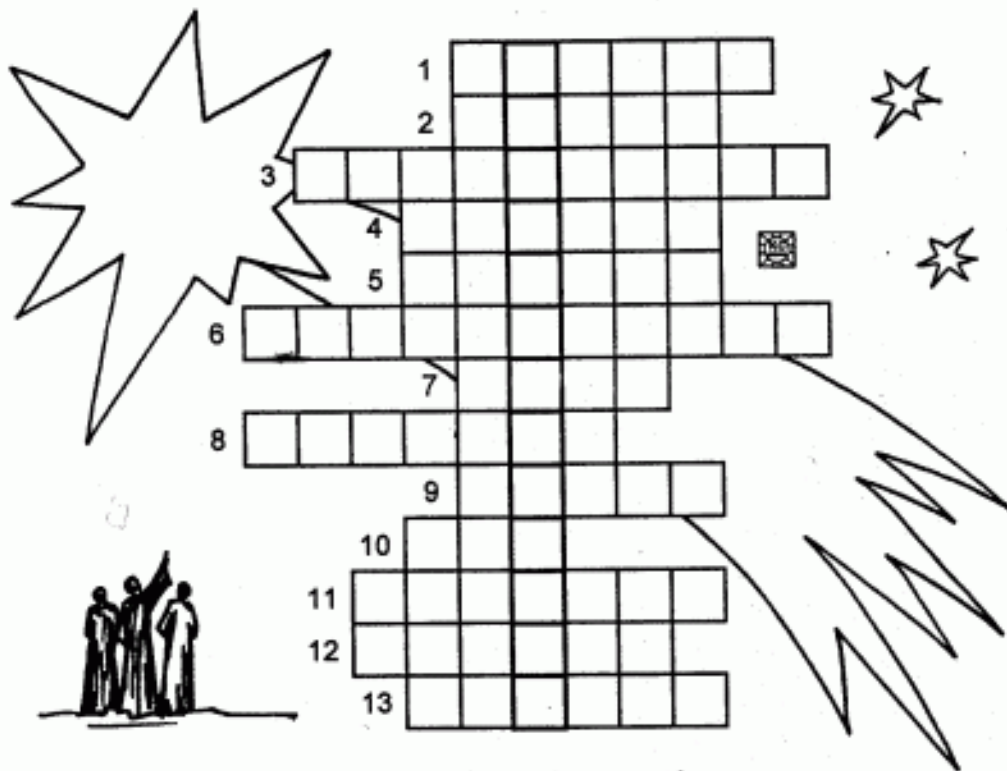


Piškoty umeleme, dáme do mísy, polijeme rumem a malinovou šťávou, necháme chvíli stát, máslo s kakaem utřeme a přidáme s mletými ořechy k piškotům a dobře rukou propracujeme, těsto se nesmí drolit, můžeme přidat máslo, z těsta ukrajujeme kousky a děláme rumové kuličky, které obalíme v nastrouhané čokoládě, mletém kokosu nebo oříšcích.

VÁNOČNÍ LUŠTĚNÍ

TŘI MUDRCI NEZAVÁHALI

Mudrci podstoupili namáhavou a dlouhou cestu, aby se poklonili nově narozenému židovskému králi a slíbenému Mesiáši – Ježíši Kristu. My to máme mnohem lehčí, když se chceme setkat s Ježíšem. Nemusíme překonávat hory doly, ale přesto nás jedna překážka občas potkává. Až vyluštíš která, popřemýšlej, co se s ní dá dělat.



Pro správné odpovědi si vezmi na pomoc Písmo svaté.

1. Znamení, které přivedlo mudrce k Ježíšovi.
2. První dar, který mudrci přinesli.
3. Mudrci otevřeli své... (Mt 2,11).
4. Název pro slíbeného Zachránce, kterého izraelský národ očekával.
5. Město, kde se Ježíš narodil.
6. Správný název svátku lidově zvaného „Tři králové“.
7. Co uviděli mudrci kromě matky Marie? (Mt 2,11).
8. Druhý dar, který mudrci Ježíšovi přinesli.
9. Měsíc, do kterého připadá slavnost příchodu mudrců od východu.
10. Co přimělo mudrce, aby se vrátili do své země jinou cestou?
11. Zlý král, který nechal povraždit betlémské děti.
12. Země Ježíšova narození (tenkrát).
13. Evangelista, který popisuje příchod mudrců k Ježíšovi.

Zdroj: www.pastorace.cz

Hostem v rubrice Rozhovor s...byla Lýdie Lédlová:-), tímto redakce děkuje za poskytnutý rozhovor.