

NOVÝ Zebrin

číslo 2 /2021



ZŠ 1. A – Slavnost Slabikáře



ZŠ Berušky – Den dětí

Milí sousedé čtenáři,
končí školní rok , který naše děti musely strávit převážně doma. Naštěstí se situace vrací do normálu, děti se už těšily do školy na své kamarády a paní učitelky. Děti ze základní školy se zapojily do úklidu okolí v rámci akce „Uklidme Pošembeří“. Také naši hasiči se činili, zasahovali při několika požárech a pomáhali ve škole s prořezem stromů. Více se dočtete uvnitř časopisu. Přeji všem krásné léto, užijte si prázdniny a dovolené a na podzim se opět těším na Vaše články a fotky a na své čtenáře v knihovně, snad už konečně budeme moci podnikat pravidelné akce bez větších omezení.

Za redakci Nový Zebrin, Zuzana Čermáková



ZŠ 1. A – Uklidme Pošembeří

Zprávy z obce



Hašení požáru ve Slušticích



Hasiči – prořezávání stromů na hřišti ZŠ a MŠ

Zprávy z obce

USNESENÍ

zastupitelstva obce Sibřina z veřejného zasedání zastupitelstva konaného dne 30. 3. 2021 v budově OÚ v Sibřině od 18:30 hod. do 19:23 hod.

Text zápisu byl redakčně upraven a zkrácen. Zveřejňujeme pouze přijatá usnesení a projednané informace. Tam, kde je to potřeba, zveřejňujeme i průběh jednání. Plný text zápisu je k dispozici na místním úřadu.

Zastupitelstvo obce schvaluje rozpočtové opatření č. 1/2021.

Zastupitelstvo obce schvaluje a souhlasí s odstoupením z Dobrovolného svazku obce Povýmolí ke dni 31. 12. 2020. Svazek obcí provede finanční vypořádání s obcí v rámci účetní uzávěrky za rok 2020 v souladu se stanovami svazku obcí. Vypořádání ve výši 148 860,- Kč bude poukázáno svazkem obcí na účet obce Sibřina.

Zastupitelstvo obce schvaluje Dodatek

č. 3 Smlouvy o nájmu bytu mezi manželi Pazderovými a obcí Sibřina, kde je zrušena poslední věta v dosavadním znění čl. I Smlouvy a nahrazeno větou „Byt je vybaven boilerem“.

V tomto dodatku se v dosavadním znění čl. I Smlouvy poslední věta ruší a nahrazuje se větou „Byt je vybaven boilerem“. Manželům Pazderovým koupila obec do obecního bytu nový boiler. Starý boiler již nešel opravit.

Zastupitelstvo obce schvaluje na základě předloženého vyúčtování za rok 2020 dotaci na rok 2021 pro Spolek dobrovolných hasičů – kroužek mladých hasičů ve výši 40 000 Kč.

Zastupitelstvo obce schvaluje na základě předloženého vyúčtování za rok 2020 dotaci na rok 2021 pro SK Viktoria Sibřina ve výši 130 000 Kč.

Zastupitelstvo obce schvaluje na základě předloženého vyúčtování za rok 2020 dotaci na rok 2021 pro Spolek SOSÁK ve výši 70 000 Kč.

Zastupitelstvo obce schvaluje výši finančního příspěvku pro Linku bezpečí, z.s., Ústavní 95, 181 02 Praha 8 v částce 5000 Kč.

Diskuze:

Paní Čermáková – dotace na vytvoření nové knihovny; osvětlení přechodu pro chodce v ulici Ke Kolodějům; přechod v ulici Říčanská k autobusové zastávce u rybníčku; špatný sklon silnice u Čermáků (Ke Květnici) – zůstává po dešti stát voda na vozovce; odstranění poničených ochran proti okusu zvěře u stromů;

Paní Krušinová – není osvětlení chodníku k Březině; zajistit úklid pro stavbu chodníků a cyklostezek firmou T4 Building; řešení prašnosti na návsi; úklid ve Stupicích – odstranění odpadků v potoku apod., paní Krušinová obdrží pytle na odpadky a rukavice – zajistí si pomocníky k úklidu.

USNESENÍ

zastupitelstva obce Sibřina z veřejného zasedání zastupitelstva konaného dne 26. 4. 2021 v budově OÚ v Sibřině od 18:30 hod. do 18:59 hod.

Text zápisu byl redakčně upraven a zkrácen. Zveřejňujeme pouze přijatá usnesení a projednané informace. Tam, kde je to potřeba, zveřejňujeme i průběh jednání. Plný text zápisu je k dispozici na místním úřadu.

Zastupitelstvo obce schvaluje aktualizaci Plánu financování obnovy vodovodu a kanalizace Sibřina „Na Březině“ 2021-2030.

Zastupitelstvo obce schvaluje Plán financování obnovy vodovodu a kanalizace obce Sibřina 2021-2030.

Zastupitelstvo obce schvaluje dotaci z MF v rámci 298D2280 – Podpora obnovy a rozvoje materiálně technické základny regionálního školství v působnosti obcí

pro ZŠ a MŠ Sibřina. Vybudování I. Stupně ZŠ.

Zastupitelstvo obce schvaluje snížení kapacity mateřské školy Sibřina ze 75 na 55 dětí z důvodu navýšení tříd základní školy v účinnosti od 1. 9. 2021.

Zastupitelstvo obce schvaluje „bez výhrad“ Závěrečný účet obce Sibřina za rok 2020 spolu s výsledkem hospodaření a pověřuje účetního obce převedením hospodářského výsledku z roku 2020 z účtu 431 – hospodářský výsledek ve schvalovacím řízení na účet 432 – nerozdělený zisk/ztráta z minulých let. Nebyly zohledněny finanční prostředky ve prospěch závěrečného účtu.

Zastupitelstvo obce schvaluje výsledky inventarizací majetku obce Sibřina za rok 2020.

Zastupitelstvo obce schvaluje účetní závěrku obce Sibřina za rok 2020 na základě předložených výkazů – Fin 1-12, Rozvaha a Výkaz zisků a ztrát.

Zastupitelstvo obce schvaluje nápravné opatření vycházející ze zprávy o výsledku hospodaření obce Sibřina za rok 2020.

• Zadavatel (obec Sibřina) neuveřejnil na profilu zadavatele smlouvu uzavřenou na veřejnou zakázku včetně všech jejích změn a dodatků v souladu se zákonem.

Zastupitelstvo obce přijímá systémové opatření k nápravě s tím, že bude uveřejňovat na profilu zadavatele smlouvy uzavřené na veřejné zakázky, včetně všech jejích změn a dodatků v souladu se zákonem.

Zastupitelstvo obce schvaluje obměnu vozového parku s tím, že pověřuje starostu obce Sibřina k podpisu bezúplatného převodu vozidla CAS do majetku obce Sibřina.

Zprávy z obce

Projekt senioři v krajích

Vážení starší spoluobčané, ráda bych vás upozornila na projekt, který vznikl pod záštitou Ministerstva práce a sociálních věcí pro nás starší věkem, ale mladé duchem.

Iniciátorem projektu **Senioři v krajích** je Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR. Projekt se koná na podporu a rozšíření politiky přípravy na stárnutí napříč ČR, 2017–2020. Cílem projektu je začlenit agendu přípravy na stárnutí do stávajících strategických a rozvojových dokumentů krajů a zároveň napomáhat plnění.

Pravidelně vychází **Zpravodaj Senioři v krajích**, kde najdete spoustu zajímavých akcí pro seniory, rozhovory, vtipy atd.

„V červnu se zpravodaj Senioři v krajích zaměřuje na aktivity realizované přímo v jednotlivých regionech. I zde se v uplynulém roce většina činností přesunula do online prostředí a pro jednotlivé krajské koordinátory, ale bez pochyby také pro účastníky připravovaných akcí, se jednalo o velkou výzvu. Zároveň ale také o obrovskou příležitost, jak si z prostředí svých domovů vyměňovat zajímavé informace a vzájemně se obohacovat, a to napříč republikou bez hranic dojíždění. Témat bylo vskutku mnoho a s výstupy jednotlivých kulatých stolů, popřípadě postřehy samotných koordinátorů, vás seznámíme v rubrice Strípky z krajů. V části věnované rozhovoru s osobnostmi tentokrát přinášíme několik vět nově zvolené předsedkyně Rady seniorů

České republiky Lenky Desatové. Tímto jí za celý tým přejeme mnoho úspěchů a sil v záslužné činnosti. Celé červnové číslo našeho zpravodaje je tradičně doplněno o zajímavé pozvánky, vtipy a aktuality, v nichž se dozvíte o vítězích soutěže Společnost přátelská zaměstnávání osob 55+, o novém projektu Armády spásy a naší nové letní výzvě pro všechny! Ať vám čtení navodí příjemné uvolnění spojené s právě přicházejícím létem, přeje tým projektu Senioři v krajích „(cit. z webových stránek obce Sibrina).

Více najdete na stránkách obce:
www.sibrina.cz
 a na webu:
<https://seniorivkrajich.mpsv.cz>

„Uklid'me Pošembeří 2021“ v rámci akce „Uklid'me Česko“

Ve znamení individuálních úklidů letos úspěšně proběhl hlavní termín jarní akce Uklidme Pošembeří. **V regionu Pošembeří se jej zúčastnilo na 900 dobrovolníků, kteří sesbírali ve svém okolí 22,5 tuny smíšeného odpadu a ještě vytrídili 1,5 tuny plastů, 0,5 tuny skla, 1,2 tuny papíru a 162 pneumatik.** (Celorepublikové akce „Uklidme Česko“ se na zhruba tisícovce míst zapojilo 40-50 tisíc dobrovolníků.)

Naše příroda (ale i města a obce) během jarních týdnů opět o něco prokoukla díky úklidu nepořádku po všech koutech našeho regionu. Podél silnic vedoucích od obcí s obchody se příkopy plní odhozenými plechovkami, plastovými lahvemi a keřímky. Kromě klasických druhů odpadu letos bohužel přibýlo mezi sesbíranými odpadky mnoho použitých roušek. Z nalezeného odpadu v regionu by se dala vybavit jednoduchá domácnost: několik gaučů, matrací, křesel, stůl, televize, několik umyvadel, vana, wc.

Děkujeme partnerům a dobrovolníkům za podporu a zapojení do této akce!

Příští velký úklid plánují organizátoři ze spolku Uklidme Česko na třetí zářijový víkend, v rámci již 4. ročníku Celosvětového

vého úklidového dne. Letos poprvé také vyzývají aktivní organizátoři úklidových akcí k zapojení do sázení stromů pod heslem „Na jaře uklidíme, na podzim vysadíme“. Zájemci (nejen z řad organizátorů úklidových akcí) mohou do konce července požádat o grant na výsadbu stromů až do výše 60 000,- korun díky Nadaci Partnerství a její iniciativě Sázíme budoucnost. Podrobnější informace k výsadbám najdete na www.SazimeBudoucnost.cz.

Děkujeme! Bez vás to neovládáme!

Za kancelář Region Pošembeří o.p.s.
 Hana Vrbovcová



Hasiči

Přiblížilo se léto a s ním i vydání dalšího čísla časopisu Zebrin. Pokud Vás zajímá více o tom, co děláme, směle čtěte dál.

Činnost jednotky (JSDH)

Od požáru v Autolandu Sluštice 23.3., kdy se náš Trambus stal malou „mediální hvězdou“, do uzávěrky tohoto čísla, jednotka zasahovala u celkem pěti mimořádných událostí spadajících do našeho výjezdového rajonu - 20.4. jsme zasahovali u požáru osobního automobilu v obci Sibřina, 28.4 jsme poprvé vyjžděli do „satelitu“ u kruháce k požáru trávy a lesního porostu. Na prvního máje jsme v pozdních nočních hodinách vyjžděli k požáru trávy a stromů v naší „uličce lásky“. A pak jsme si stříhli 20.5 ranní výjezd k požáru balíku slámy u krmelce pro zvěř u vysílače „Na Skalce“. Posledním našim výjezdem v tomto období byl 28.5. požár nízké budovy (garáže, skladovacího přístřešku) v zatáčce u rybníka v obci Sluštice.

Činnost sboru (SDH)

Asi nejvýznamnější akcí sboru bylo kácení a prořez rizikových dřevin v prostoru zahrady místní MŠ a ZŠ, neboť se před nedávnou dobou na starostu obce, jakožto na zřizovatele, obrátila ředitelka naší školky a školy s prosbou o pomoc při odstranění rizikového, až nebezpečného stavu. Vzhledem k tomu, že se jednalo o venkovní prostory, kde děti a paní učitelky rády tráví čas hrou a pobytem na zdravém vzduchu, tak slovo dalo slovo

a po dohodě paní učitelky označily problematické větve a strom, načež byl následně dohodnut termín provedení „Akce Z“. Z titulu své funkce starosta pověřil vyřešením tohoto problému místní Sbor dobrovolných hasičů. A tak se ve středu 31.3. vydalo šest členů sboru vyzbrojeno patřičným vybavením a v dobré náladě splnit zadaný úkol. Na místě na tuhle „squadru azzuru“ čekalo příjemné překvapení v podobě dvou zdatných pomocnic z řad učitelského sboru a jednoho dobrovolníka. Po konzultaci a seznámení se s problematickými místy jsme si mezi sebou rozdělili úkoly a pustili se s vervou sobě vlastní do práce. Jak se říká – s chutí do toho a půl je hotovo. Jelikož nám přálo počasí a panovala dobrá nálada, tak nám práce šla všem od ruky. Na konci akce po nás zůstala jen hromada větví a dřeva, o jejíž odvoz a likvidaci se postarala technická údržba obce. A my jsme tak mohli ze zahrady odejít s pocitem dobře vykonané práce a s vědomím, že jsme se postarali o bezpečí našich nejmladších.

Kroužek mladých hasičů

Po ukončení nouzového stavu a uvolnění restrikcí jsme opět začali s tréninky dětí a mládeže v Kroužku mladého hasiče. Tým mladých hasičů se rozrostl o několik dalších členů. Na začátek

si naši junioři zopakovali/osvěžili již známé věci jako jsou topografické dovednosti, uzle, první pomoc a další... Dále jsme se pustili do tréninkové přípravy na nejbližší soutěž do Prahy-Satalic, kde se koná dětská TFA liga v rámci Středočeského kraje a Prahy. Nadále trénujeme jednou týdně ve středu od 17:00 hod. do 18:30 hod., pokud by někdo chtěl rozšířit řady mladých hasičů, jest vítán.

Autoři článku a fotek zásahů:
hasiči Sibřina

Autor foto z prořezu stromů:
Radek Ptáček



Pokácený strom na hřišti ZŠ a MŠ



Hašení travnatého porostu

Mateřská a základní škola

Červnový pozdrav ze Základní a Mateřské školy Sibřina!

V posledním čísle časopisu Zebrin jsme vás informovali o akcích, které plánujeme podniknout v krásném jarním období. Bohužel podobně jako v loňském roce paní učitelky miní a Covid mění. V březnu byly všechny školy, včetně mateřských, z nařízení vlády uzavřeny. Ministerstvo školství rozhodlo, že děti budou opět vzdělávány povinně distančně a letos se toto nařízení dotklo také předškoláků v mateřské škole. Protože chápeme, jak tato situace, kdy si rodiče museli nechat děti doma, byla pro rodiče obtížná, zapojily se do distanční výuky také třídy s mladšími dětmi. Třídní učitelky pro rodiče a děti připravovaly každý týden činnosti, pracovní listy, tvoření, básničky, písničky, které nebyly náročné na přípravu a nákup pomůcek, ale přesto splňovaly cíle školního vzdělávacího plánu, a hlavně měly za úkol děti zaujmout, pobavit a rozvíjet jejich schopnosti a dovednosti v domácím prostředí. Tímto rodičům velice děkujeme, jak toto období zvládli, děkujeme za spolupráci, za mnoho krásných fotografií a videí z domácího vyučování. Jistě tato situace byla pro některé náročná, ale věříme, že jste si toto období nakonec v kruhu rodiny užili a zároveň jste se takto připravili na příští rok, kdy vaše dítě nastoupí do základní školy a bude plnit domácí úkoly.

Protože i letos, námi velmi oblíbené období Velikonoc proběhlo takto na dálku, připravily paní učitelky pro děti a rodiče velikonoční balíčky plné dárečků a pomůcek na velikonoční tvoření, které si rodiče vyzvedli přímo v budově MŠ a ZŠ.

Od dubna se mohli do školy vrátit školáci a předškoláci ve skupinkách po 15 dětech. Podmínkou bylo pravidelné pondělní a čtvrtéční testování, které jsme za podpory

rodičů krásně zvládli bez stresu a dětských slziček. Testy nám pravidelně poskytovalo Ministerstvo školství za pomoci JSHD Brandýs nad Labem.

Také letos v dubnu jsme se zapojili do projektu Uklidme svět – Uklidme Česko – Uklidme Pošembeří, kdy si děti s nadšením a elánem uklidily okolí školy. Na tuto akci jsme navázali projektem Den Země (22.4.). V rámci tohoto projektu se děti učily třídit



Třída Sovičky – bubnování



Třída Včeličky – čarodějnice

Mateřská a základní škola

odpad, seznámily se s barevně odlišnými kontejnery, zopakovaly si znalosti o přírodě a nutnosti chránit ji.

Jsme moc rádi, že jsme měli možnost alespoň období čarodějnic trávit s dětmi ve školce. Užili jsme si čarodějnické dílničky, čarodějnický rej v kostýmech a paní učitelky ze ZŠ pro všechny děti ze školy a blízkého okolí připravily čarodějnickou stezku, kde děti plnily nejrůznější čarodějnické úkoly.

Bohužel také v tomto roce, s ohledem na epidemiologickou situaci, proběhly zápisy do základní a mateřské školy distanční formou bez přítomnosti rodičů a dětí v budově školy. Máme obrovskou radost kolik rodičů projevilo zájem o vzdělávání svých dětí právě u nás.

V květnu nás Ministerstvo školství potěšilo a mohly se vrátit do školy všechny dětičky, a to již bez nutnosti testování a dalšího omezení. Nastalo veselejší období, kdy jsme si mohli do školy pozvat Malou technickou univerzitu, mohli jsme zorganizovat, dětmi velmi oblíbené, bubnování na afrických bubnech. Paní učitelky si pro děti připravily dílničky ke Dni matek. Děti si pro maminky vyrobily různé dárečky a krásná přáníčka. Měsíc červen jsme tradičně zahájili oslavou svátku Dne dětí, kdy si děti užily stezku po okolí školy plnou úkolů zaměřených na jejich znalosti a fyzické dovednosti a věšte nebo ne, povedlo se jim najít na konci stezky poklad. Základní škola pro rodiče budoucích prvňáčků v červnu zorganizovala třídní schůzky a pro budoucí školáky školu nanečisto. V rámci této akce si děti vyzkoušely vypracovat grafomotorický list, seznámily se s paní třídní učitelkou a užily si pěkné společné odpoledne. Žáci z 1.A spolu s předškoláky ze třídy Žabiček a Včeliček vyrazili společně, objednaným autobusem, na výlet do Dinoparku Plzeň. Přálo jim krásné počasí a strávili krásný den obklopeni tajemným prostředím druhohor, dinosaury, dětskými atrakcemi a pochutnali si na báječné zmrzlině. V červnu jsme se již stihli také společně vyfotografovat na naší školní zahradě, stihl nás navštívit chovatel exotických zvířat, děti si prohlédly užovku červenou, užovku amurskou, viděly kraju mřížkovanou, prohlédly si varana stepního, agamu vousatou a dozvěděly se

mnoho zajímavých informací ze života sklípanů a štírů.

V současnosti v naší základní a mateřské škole probíhá akce Kontejnery pro Afriku II. Jedná se o materiální sbírku hraček, oblečení a hygienických potřeb na podporu dětí v Africe. Velice děkujeme kolegyni, která akci iniciovala a všem, kteří se na akci podíleli a velký dík patří především rodičům za mnoho krásných věcí, které do sbírky věnovali. Sice se rychle blíží konec školního roku, ale i tak připravujeme ještě několik akcí, které si chceme společně s vámi a dětmi užít. Připravujeme spaní dětí ve školce, pyžamkový den a jednou

z posledních letošních akcí bude slavnostní rozloučení s budoucími školáky. Těšit se můžete na vystoupení dětí, na show Mickey Mouse, malování na obličej, skákací hrad, a především na pasování předškoláků na školáky.

Přejeme vám, abyste si léto užili plnými doušky, ať už jej strávíte s rodinou či přáteli, na chatě nebo se vydáte za dobrodružstvím do zahraničí. Na viděnou v září!

Hana Fraňková
a kolektiv ZŠ a MŠ Sibřina



Třída Žabičky – Malá technická univerzita



Třída Včeličky – výlet Dinopark Plzeň

Knihovna

Novinky v knihovně

Milí čtenáři, prázdniny jsou před námi a naše knihovna bude o prázdninách zavřená. Abyste měli co číst v létě, pořídily jsme pro Vás pěkné knížky. Přejeme Vám krásné léto, odpočívejte, cestujte a čtěte dobré knížky.

Těšíme se na Vás po prázdninách již 1. září 2021.

Vaše knihovnice
Zuzka a Zita



Veronika Bendová: Vytěženej kraj

České středohoří, Litvínov, Most, Libkovic, Krušné hory, Ústí nad Labem, Hrob... Dvojice protagonistů hledá filmové lokace v kraji, ze kterého si každý urval, co mohl. Ale někdy přijíždíte hledat pochmurná místa a potkáte místo toho nečekanou krásu. Stopy v čase, které k vám stále mluví, staré křivdy, staré vzpomínky, starou lásku. Netradiční road movie o tom, že v životě to málokdy chodí jako ve filmu. V hlavní roli severní Čechy.



Jiří Hanibal: Až na vrchol

Píše se rok 1375. Moravský markrabě Jan Jindřich Lucemburský umírá a vládcem Moravy se stává jeho syn Jošt. Ctižádostivý mladý muž se ujme vlády pevnou rukou a započne obdivuhodnou politickou kariéru, kterou završí v roce 1410 titulem krále Svaté říše římské.

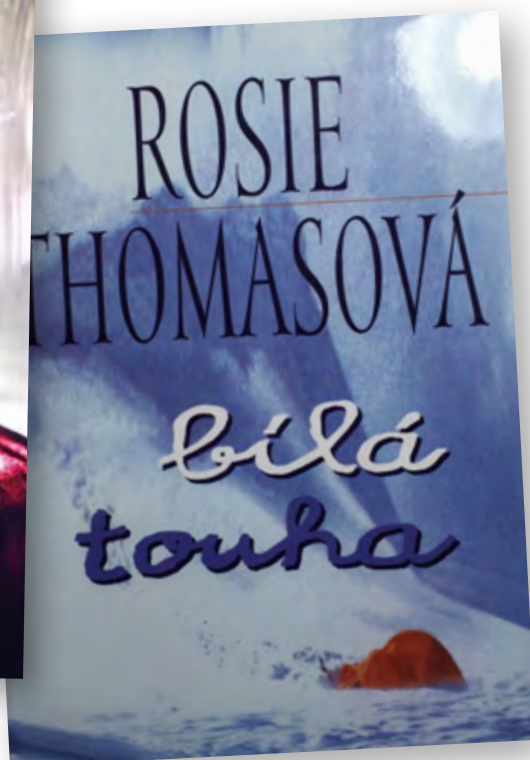
Cesta ke koruně je ovšem trnitá a plná svárů s vlastními bratry či uherským králem Zikmundem. Vysněný trůn si Jošt neužije dlouho...



Rosie Thomasová: Bílá Touha

Lékařka Finch Buchananová, horolezec Al Hood a nadšenec Sam McGrath mají před sebou velký cíl – zdolání Mount Everestu. Když celá skupinka vyrazí, nádherná, avšak nebezpečná a hrozivá příroda je dokonale izoluje od okolního světa. Finch, Sam, Al i ostatní členové expedice v sobě musí hledat rezervy odvahy a síly, o nichž předtím neměli ani tušení.

Nejpůsobivější část celého příběhu se odehrává blízko vrcholového kruhu a je poznamenána tragickým trojúhelníkem vztahů mezi dvěma muži, z nichž každý je hnán kupředu jiným démonem, a ženou, jež se nechá vést především vlastními sny...



Představujeme Vám

Rozhovor s novou členkou vedení fotbalového klubu Viktoria Sibřina paní Petrou Vystrčilovou

Milí čtenáři, fotbalový klub SK Viktoria Sibřina si zvolil nové vedení klubu. Představuji Vám novou členku vedení fotbalového klubu, paní **Mgr. Petru Vystrčilovou**, jedinou ženu ve vedení klubu a trenérku nejmenších dětí.

Dobrý den, paní Vystrčilová. Víím, že v neděli 6. 6. 2021 proběhla valná hromada fotbalového klubu SK VIKTORIA Sibřina. Bylo zvoleno nové vedení klubu a jeho členkou jste se stala vy, jako jediná žena ve vedení klubu. Ráda bych Vás požádala paní Petro, abyste se našim čtenářům představila. Odkud jste a co Vás k fotbalu přivedlo.

Jmenuji se Petra Vystrčilová, narodila jsem se v Ostravě. Od mládí se věnuji sportu, konkrétně atletice. Ze začátku jsem se věnovala vícebojům, ale mou hlavní disciplínou byl běh na 400 m překážek. Největším úspěchem je 10. místo na ME do 19.let. Závodila jsem za AK SSK Vítkovice, studovala na sportovním gymnáziu Dana a Emila Zátokových v Ostravě-Zábřehu. Do Prahy jsem odešla za pokračováním své sportovní kariéry do střediska vrcholového sportu PSK Olymp Praha a také za studiem na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy. Studium jsem úspěšně dokončila s magisterským titulem v oboru Tělesná výchova a sport. Během studia jsem si rovněž doplnila nejvyšší trenérskou kvalifikaci I. třídy v atletice. Po studiu jsem zaměřila mimo obor do klinických studií ve farmacii, abych se po mateřské dovolené opět vrátila do sportovního prostředí. Nejprve jsem působila na odboru sportu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy na oddělení neinvestičních dotací a nyní pracuji ve VICTORII Vysokoškolském sportovním centru Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy.

No to je náhoda, takže vy nyní pracujete ve Victorii v Praze a zároveň působíte ve Victorii v Sibřině.

Ano, to je opravdu jen shoda názvu. Ale resortní centrum, kde nyní pracuji, se píše s C VICTORIA a v Sibřině je fotbalový klub Viktoria s K.

Takže Váš život naplňuje hlavně atletika. Jak jste se tedy dostala k práci pro náš fotbalový klub?

K fotbalu jsem se dostala přes své děti. Mám dva syny, kteří hrají fotbal. Když byly staršímu synovi 3 roky, chodili jsme sem na hřiště nejprve na párek v rohlíku a dětské hřiště, ale pak začal syn hrát fotbal a díky němu začal hrát fotbal i mladší syn. Starší syn je ve starší přípravce a je mu nyní 8 let. Mladšímu synovi bylo 6 a je v mladší přípravce. Od září loňského roku jsem se začala organizačně zapojovat do života klubu, působím zde jako trenérka fotbalové mini školičky. Je určena úplně těm nejmenším dětem od 3 do 4 let. Tato činnost není ani tak o fotbale, jako o tom, že chceme dětem dopřát radost z pohybu a zdravý tělesný rozvoj. Jedná se o všeobecnou pohybovou přípravu a vytváření si sociálních vazeb se svými vrstevníky.

Když jste sem chodila se syny na hřiště, znamená to tedy, že bydlíte v Sibřině?
Ne, bydlíme v Květnici, máme to tedy velmi blízko a můžeme na hřiště dojíždět na kole nebo i docházet pěšky.

Jak často mají tito malí špuntí trénink?
Ti nejmenší docházejí dvakrát za týden, a to v úterý a ve čtvrtek. Děti se učí hlavně všestranným sportovním dovednostem, ale samozřejmě se učí i kopat do míče, tak aby je to bavilo.

Od 5 let pak přechází do další kategorie, a to je Mini Star, poté pokračují do mladší přípravky, starší přípravky, dále do kategorie mladší žáci, starší žáci a pak už je dorost (mladší a starší). Děti tady mohou být už od svých 3 let a pokud je to baví, mohou se věnovat fotbalu až do dospělosti.

Poslední kategorie jsou muži. Nejstaršímu hráči je 63 let.

Povězte nám paní Petro, jak probíhá takový trénink těch nejmenších dětí. To se opravdu učí hrát fotbal již takto malé děti?

U těchto malých dětí se jedná hlavně o osvojení základních sportovních dovedností, jde o všestranný pohybový rozvoj.



Tréninkové jednotky probíhají formou her a zábavy. Máme tu pro ně připravené překážkové dráhy a samozřejmě je součástí tréninkové jednotky fotbalový míč pro seznámení se s ním. Také si s dětmi zazpíváme jejich oblíbené písničky a říkadla. Snažíme se, aby je to bavilo a pokračovaly pak i v dalších věkových kategoriích. Chodí k nám i holčičky, i ty mohou pak pokračovat v další přípravě. Holčičky jsou zastoupeny i v kategorii Mini Star. V mladší přípravce máme nyní dvě. Mohou hrát o rok déle ve své věkové kategorii, takže jsou třeba o rok starší než kluci. S kluky mohou hrát dohromady jen do starších žáků do 15 let. Pak už mají vlastní soutěže a přecházejí do jiných oddílů.

Možná by bylo dobré zmínit, že jsem první žena v klubu. Asi to bude tím, že mě fotbal opravdu zajímá. Jsem schopná se se svým manželem a syny třeba dívat na Ligu mistrů a vůbec mi to nevadí, naopak. Fotbal mě baví sledovat. Ale musím přiznat, že tam především sleduji to, jak se hráči pohybují, jak vypadá jejich běžecský krok. Sleduji práci paží, délku kroku, rychlost k míči atd. Je to asi taková profesionální deformace.

Představujeme Vám

Radíte Petro i těm starším, když se Vám zdá, že by mohli něco zlepšit v tréninku nebo zařadit jiné cviky?

Tak to zatím ještě ne, ale je možné, že proto jsem byla zvolena do výkonného výboru, abych mohla pomáhat s atletickou přípravou. Alespoň ty základy jako je trénink rychlosti, vytrvalosti apod. Důležitou součástí tréninku je rovněž úvodní a závěrečné protahování, které je velmi opomíjeno. Ráda bych pomohla s úplnými principy a základy sportovního tréninku. Jinak bych chtěla vzdát hold všem tatínkům a maminkám, kteří zde pomáhají a věnují tomu svůj volný čas.

Vy sama hrajete fotbal?

Hrají pouze se syny a manželem na zahradě, když hrajeme rodinné derby.

Tak to je moc hezké, je vidět, že jste šikovná i na fotbal nebo na sport obecně. Dělala jste i jiné sporty než atletiku nebo fotbal?

Ne to ne, ale tím, že jsem studovala Fakultu tělesné výchovy a sportu UK, kde jsem musela absolvovat pro získání zápočtu skoro všechny sporty, možná ta všestrannost pochází odsud. Dokonce jsme měli státnice i z gymnastiky a z plavání.

Je jasné, že jste sportovně velmi nadaná a co Váš manžel, hraje fotbal?

Ne, můj manžel fotbal aktivně nehraje, ale je také velmi všestranný sportovec jako já. V mládí se věnoval atletice, tenisu a basketbalu. Fotbal hrál jen amatérsky za Hanspaulskou ligu, než ho zastavilo zranění. Nyní ho moc baví silniční cyklistika. S dětmi se snažíme sportovat od jejich dětství, aby byly také všestrannými sportovci. Fotbal je moc baví a jsme za to rádi.

Zajímalo by mě, jak vlastně došlo k tomu, že jste kandidovala do výboru klubu? To Vás někdo oslovil nebo jste se sama nabídla?

Chodila jsem s kluky na fotbal a napadlo mně, že když jsem vystudovala sportovní školu a věnovala se atletice, tak bych mohla předat své zkušenosti třeba v rámci nějakého soustředění, kde bych mohla poradit s atletickou přípravou. S Jirkou Foltýnem jsem se domluvila na určité formě spolupráce, a to se uskutečnilo v rámci prázdninového fotbalového kempu. Po čase mi Roman Hübl, který zde



Trénink...

působí jako trenér, nabídl, že bych mohla také pomoci s mini fotbalovou školičkou, kterou má v plánu otevřít. Tímto jsem se asi dostala do podvědomí a v době, kdy se začalo připravovat nové předsednictvo, jsem byla oslovena, abych kandidovala.

Kolik Vás je celkem ve výkonném výboru?

Ve výboru je nás 7 plus 3 lidé v kontrolní komisi. Předsedou klubu je pan Martin Mazura, který je tady ze Sibřiny.

Jak širokou máte členskou základnu a odkud sem děti chodí na tréninky?

Nejvíce dětí máme ze Sibřiny, z Květnice, ale i z okolních vesnic. Ze Sluštice, Stupic, ze Škvorce, a dokonce k nám dojíždí i jeden mladý fotbalista ze Záp. Nyní máme 130 dětí.

Umím si představit, že vám práce v klubu zabere veškerý volný čas. Nebo máte kromě fotbalu ještě čas i na jiné koníčky?

Snažím se jít si alespoň dvakrát v týdnu zaběhat. Na konci ledna letošního roku jsme si pořídili psa, takže s ním chodím na procházky, ale kromě toho i ráda pečuji.

Když můj syn kdysi chodil na fotbal, tak to chodilo tak, že na zápasech hráli jen ti nejšikovnější nebo nejoblíbenější a ostatní si zahráli jen málo a většinu zápasů proseděli na lavičce. Pak ho fotbal přestal bavit. Jak je to tady? Zahrají si všedky všechny děti?

Když se jede na zápasy ven, tak se dělá po posledním tréninku nominace, ale snažíme

se, aby si zahrály všechny. Když se hraje doma, tak se vystřídají všechny děti.

Přípravky hrají turnaje na podzim, je to vždy šest turnajů, takže šest sobot nebo nedělí. Zde se vyprofilují silnější a slabší týmy a na jaře se to rozlohuje podle výkonnosti. Pak se zase hraje šest turnajů podle těchto výkonností. Nejedná se o sestupovou soutěž.

Od mladších žáků se již hraje jako v mužské kategorii, to znamená, že hrají soutěž, okresní přebor a hrají vždy s jedním soupeřem na podzim doma a na jaře venku. Čím starší děti jsou, tím na větších hřištích hrají.

Já vím, že sibřinští fotbalisté jsou poměrně úspěšní. Pochlubte se, co jste vyhráli.

Kategorie mladších žáků vyhrála okresní přebor. Ostatní kategorie se umístily na prvních dvou místech. Bohužel poslední sezóna se vůbec nedokončila kvůli koronavirové pandemii.

A jak je to nyní, trénovat se již může a mohou chodit i diváci?

Ano, trénovat se již může. Vzhledem k tomu, že se všechny amatérské fotbalové soutěže od třetích lig níže včetně mládežnických v Česku kvůli koronavirové pandemii zrušily, hrají se pouze přátelská utkání. Doufáme, že na podzim začne opět pravidelná sezóna od půlky srpna.

Jaké máte plány ve Vašem klubu do budoucna? Víme, že jste investovali

Představujeme Vám

do úpravy tribun a do nové zavlasy na hřišti. Jak spolupracujete s ostatní veřejností a s představiteli obce na rozvoji areálu? Děláte také něco i pro ne fotbalovou veřejnost?

Ano, akce pro děti se tu pořádaly, ale to teď bohužel nebylo možné. Nicméně plánujeme obnovení těchto akcí a rádi bychom na nich úzce spolupracovali i s obcí.

Povězte mi, když si sem budou chtít jít zahrát fotbal i děti, které nejsou členy klubu, a tedy mimo vaše tréninky, mohou si přijít zahrát na vaše hřiště?

Úplně volný přístup na hřiště možný není, protože ne všichni se chovají, jak mají a údržba hřiště něco stojí. Za přispění rodičů a přátel se vybudovala automatická zavlaha. Samozřejmě, že je naší snahou

umožnit sportování i nejbližší veřejnosti. Uvažujeme o tom, že bychom zde zprovoznili ještě jedno malé hřiště namísto prachového plácku, to by pak bylo k dispozici.

Časem budeme muset vyměnit povrch na hřišti s umělou trávou. Také je potřeba řešit stav hlavní budovy jako celku. Máme i jisté koncepční návrhy variant, jak do budoucna řešit celý areál.

Naším hlavním cílem je ale vytvářet ty nejlepší podmínky pro sportovní činnost a fotbal nejen pro dětské týmy ale i pro A tým mužů. Já se chci především věnovat našim dětem a jejich fotbalové přípravě. Myslím si, že fotbal jako sport není nijak finančně náročný a je jednou z nejdostupnějších sportovních aktivit pro děti. V naší fotbalové mini školičce stačí

dětem sportovní oděv a pevnější botičky. Kopačky si mohou pořídit už od velikosti 28. Tréninkové dresy si pak rodiče musí koupit, ale dresy na zápasy dostávají děti v rámci klubových příspěvků. Finančně je to opravdu velmi dostupné. Pak už stačí jen fotbalový balón, chuť trénovat a hrát. Fotbal naučí děti se všestranně pohybovat, získají obratnost a fyzickou kondici. Mohou zde získat i nové fotbalové kamarády. V SK Viktoria Sibřina je vidět, že to děti baví a chodí sem rádi.

Děkuji za příjemné povídání a držím Vám palce, abyste na podzim mohli začít zase pravidelně trénovat a hlavně, aby to děti stále bavilo a chodily k vám rádi.

Zapsala: Zuzana Čermáková

Fotbalisti

Po delší pauze opět v pohybu

V říjnu loňského roku byla zastavena veškerá sportovní činnost a následně byly zrušeny i všechny soutěže mládeže a mužů. Celá tato "pauza" trvala skoro půl roku.

V květnu jsme konečně mohli znovu otevřít náš sportovní areál. Všichni jsme to uvítali

s radostí a nejvíce naše děti. Samozřejmě, že se hned nemohlo využívat celé zázemí areálu, ale to nikomu nevadilo. Koncem května jsme plně obnovili sportovní činnost všech kategorií. Za standardních podmínek by aktuálně vrcholila soutěž a bojovalo by se o poslední body a umístění. Současná

situace toto neumožňuje, a proto se snažíme častěji pořádat přátelská utkání tak, aby každá kategorie mohla dohnat alespoň část toho o co přišla.

Tento rok se uskutečnily i změny ve vedení klubu. Na letošní členské schůzi konané



Fotbalová miniskolička

Fotbalisti

dne 6.6.2021, byli zvoleni do výkonného výboru SK Viktoria Sibřina z.s. tito členové: Martin Mazura, Jakub Fořt, Roman Hübl, Jiří Foltýn, Petra Vystřčilová, Peter Pikna a Radim Jašek. Členy Kontrolní komise byli zvoleni: Jiří Bracháček, Jindřich Pospíšil a Miloš Ulrych. Věřím, že tato změna je pozitivním příslibem do budoucna jak pro rozvoj, tak i podporu sportovní činnosti a fotbalu v našem klubu.

Prioritou nového vedení klubu je v co nejkratší době nastavit pravidla a procesy pro jeho fungování. Chceme všem našim sportovcům vytvářet co nejlepší podmínky pro jejich činnost. Aktivních sportovců máme více než 120 a věříme, že budou i nadále přibývat.

Nedílnou součástí klubu jsou hráči A týmu mužů. A právě v týmu mužů došlo k zásadním změnám. Z postu trenéra odešel Jan Hegedüs a s ním i někteří hráči. Někteří ukončili sportovní kariéru pro zranění nebo z rodinných důvodů. Pro nové vedení to nebyla jednoduchá situace,

ale díky dobrému jádru, a především Petru Střelkovi, se podařilo A mužstvo udržet a zároveň i rozšířit o nové posily. V současné době má družstvo 17 hráčů a trenérské úlohy se ujali Radim Jašek a Roman Šterba, který působí v týmu také jako aktivní hráč. Byl zahájen pravidelný tréninkový proces a sehráno již několik

přátelských utkání. Hra týmu se zápas od zápasu zlepšuje a věřím že budou hráči přinášet kvalitní sportovní zážitky pro naši obec i celé okolí.

Držte nám palce a chodte fandit.
Martin Mazura – předseda
výkonného výboru



SK Viktoria Sibřina



Zahradník Šikula radí

Zahrada plná života aneb ze života hmyzu..

O důležitém poslání hmyzu, a to nejen opylovačů, se v současné době neustále diskutuje. Aby také ne, všichni jsme se v posledních letech přesvědčili, že včelíček či motýlů na našich zahradách ubývá. Již Albert Einstein tvrdil, že pokud by vyhynuly včely, člověk by nepřežil déle, než čtyři roky. Není divu – hmyz totiž opyluje kolem 80 % rostlin, které by bez jeho pomoci nepřežily. Další varovná zpráva tvrdí, že pokud bude počet hmyzu na naší planetě klesat stejným tempem jako doposud, nebude na Zemi kolem roku 2119 vůbec žádný hmyz.

Mnozí možná, na adresu včel, namítnete, že včelí bodnutí není nic moc a abyste se mu vyhnuli, nechcete žádné kvetoucí keře, které by tento medonosný hmyz do vašich zahrad lákaly. Včelí bodnutí je sice občas nepříjemné, ale pro zdravého člověka (včetně dítěte) není nebezpečné. Včely chované v našich oblastech navíc nejsou agresivní a všichni ze školních lavic víme, že včela se k bodnutí uchýlí pouze v případě, že se sama cítí ohrožena. Zaplatí za to také daň nejvyšší. Občas se ale může stát, že je nevědomky vyprovokujete k obraně, dráždí je například vůně posekané trávy nebo lidský pot.

Nebezpečnost včel je však, ve srovnání s jejich přínosem, zanedbatelná.

Pro dobré opylení květů i při chladném počasí mají nezastupitelnou roli čmeláci a včely samotářky. Oproti včelám medonosným totiž vylétají a „pracují“ i při podstatně nižších teplotách, stačí k tomu pouze nabídnout jim vhodný příbytek. Pro včelky samotářky jsou to hmyzí hotely a pro čmeláky postačí keramický květináč zakopaný do země dnem vzhůru a naplněný suchým materiálem (seno, sláma, mech nebo hobliny). Aby jim do domečku nezatékalo, vletový otvor opatříme stříškou ze dřeva nebo plochého kamene.

A co tedy můžeme udělat pro to, abychom užitečný hmyz na našich zahradách udrželi? První variantou, kterou nejspíše využíváme všichni (aniž bychom si to uvědomovali) je výsadba okrasných keřů lákajících hmyz. Mezi ty úplně nejlákavější patří komule Davidova (ne nadarmo se jí také přezdívá motýlí keř), perovskie, ořechokřídlatec, vajgélie, mochna křovitá, levandule lékařská, zimolez nebo třeba obyčejný břečtan. Včelky ale nepohrdnou ani původními druhy jako jsou brsleny, hlohy, lísky, ostružiny, ptačí zoby, šípkové růže, svídy, trnky či vrba jíva.

Další variantou, jak hmyzí kamarády do našich zahrad přilákat, je instalace hmyzích domečků, které můžete buď zakoupit, nebo vlastnoručně vyrobit. Není to nic těžkého, chce to jen navrtaný špalek s několika otvory, které vyplníte např. senem, slámou, šiškami, kousky dřeva či stébly rákosu. Když do výroby hmyzího domečku zapojíte i děti, půjde vám práce sama od ruky:-).

V poslední době získávají na oblibě také květnaté louky, které mohou být součástí i té nejmenší zahrady. Druhé složení záleží na vašich preferencích, někdo miluje kopretiny, chrpy, druhý máky či měsíčky. Zkrátka na trhu je velké množství těchto směsí a vybere si každý. Květnatá louka se zakládá stejně, jako když vyséváte trávník. Pokud pěstujete bylinky, nechejte třeba pár rostlinek vykvést. Ano, pro sklizeň bylinek nejsou květy úplně žádoucí, ale stačí obětovat jednu či dvě rostliny. Kvetoucí bylinky, jako např. oregano, máta, saturejka, pažitka či kopr, lákají včelky, motýly i další zástupce užitečného hmyzu. Ve chvíli, kdy vidíte, že se to na vaší zahradě hemží poletujícími motýlky a včelkami, nezapomeňte k nim být stále ohleduplní a k ochraně rostlin proti chorobám či škůdcům používejte přípravky vyrobené na přírodní bázi. Tyto přípravky likvidují škůdce a nezanechávají v půdě rezidua. Doporučuji například přípravek Rock Effect, který působí na savý hmyz v podobě mšic, molic, svilušek či červců, ale také na americké padlí na angreštu. Dalšími přípravky proti škůdcům je Neudosan AF či Spruzit AF od firmy Neudorff.

Na závěr bych ještě ráda vyvrátila mýty, které kolují různě mezi našimi zákazníky a týkají se „jídlníčku“ některého hmyzu. Občas totiž neprávem odsuzujeme a usmrcujeme druhy, které neublíží, ale naopak nám v boji proti škůdcům, pomáhají. Tak na to pamatujte, až příště budete brát Biolit do ruky.

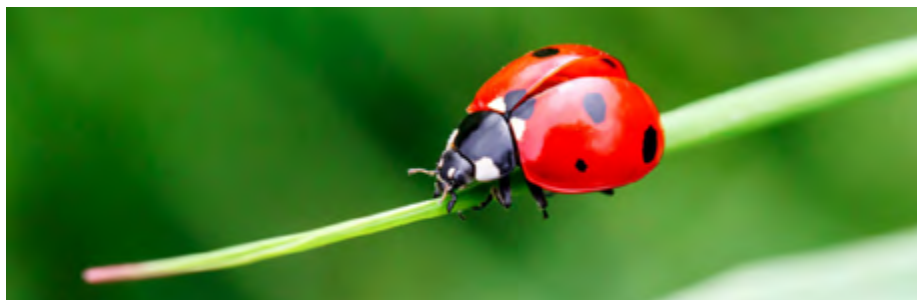
Škvoři – živí se mšicemi, roztoči a jejich vajíčky, **vážky a šídla** – hmyz, komáři a jejich larvy, **slunéčko sedmitečné** (to je naše pravá ruka v boji proti škůdcům) má nejraději mšice, kyjatky, svilušky,



Babočka si pochutnává na nektaru motýlího keře

Zahradník Šikula radí

červce, štítenky či roztoče, **sršeň** se živí rostlinnými šťávami, hmyzem, kobylkami, mouchami, brouky a vosami, **draví roztoči** (lze zakoupit v rámci biologické ochrany) se živí svluškami a mšicemi, **zlatoočka** – milují mšice, **dravé druhy ploštice** – mšice, komáří larvy, malé housenky, **střevlíci** – jiní brouci, slimáci, larvy...



Pevně doufám, že nyní budete na malé návštěvníky na vaší zahradě koukat jinýma očima a uděláte maximum pro to, abyste si na svých zahradách udrželi jejich přítomnost. Vzpomeňte na slova Alberta Einsteina :-).

Krásné léto a plno radosti
na vašich zahradách.

Ing. Jiřina Neckářová, Ph.D.
www.zahradniksikula.cz



Zahradník Šikula

Zahradnické a aranžérské služby

- Návrhy, realizace a údržby zahrad
- Kompletní péče o trávníky
- Zahrady Feng-šuej
- Instalace automatických, závlahových systémů

www.zahradniksikula.cz, tel: 728 007 691

Plavkyně na La Manche

Říčanské plavkyně se chystají zdolat La Manche

Je říjen 2020. Pandemie Covidu opět nabírá na síle a vláda vydává nařízení o uzavření bazénů :- (Po měsíci intenzivního trénování jsme opět "na suchu" :- (Co teď? Přece to nevzdáme? Víš co, vid? Když jsme tak pěkně začali? Víš co, vid?

Pocit beznaděje střídají šílené nápady. Jeden ale tak šíleně nevypadá :-) Zkusíme to venku, bazény nám přece nezavrou na pořád.

A tak to všechno začalo. Bylo nás 6 plavkyň, které to nechtěly vzdát. Na začátku to

vypadalo, že se jen chvilku budeme koupat ve studené vodě :-) Dnes je to už nějaký pátek a z nápadu přežít pár týdnů bez bazénu, a přesto ve vodě, je šílený plán, který se řítí do finále. V srpnu se pokusíme přeplavat La Manche jako štafeta. Pravidla



Plavkyně na La Manche – sestava

Plavkyně na La Manche

pro přeplavby nám nedovolila, vzhledem k našemu věkovému složení, plavat v šesti, a tak je nás dnes již osm. No a 21.8.2021 se postavíme na břeh kanálu a pustíme se do toho. Pokud kanál zdoláme, budeme sedmá štafeta s českou účastí, která kdy kanál přeplavala :-)

Nestandardní tréninkové podmínky z nás udělaly nadstandardní tým. Držíme spolu, motivujeme se, překonáváme své limity a posouváme se k cíli, který se loni v říjnu zdál nedosažitelný. Vše pohromadě drží naše trenérka a také členka štafety Sandra a podporu dostáváme od rodin a celého oddílu, který se stará o to, aby naše úsilí nepřišlo nazmar.

A kdo že vlastně jsme a jak tento šílený nápad vidíme? To jsme se pokusily společně zodpovědět v otázkách, které si pro nás náš realizační tým vymyslel :-)

KAČKA HOŠKOVÁ – Kačka je nejstarší členkou oddílu, dnes má již kvalifikaci učitele plavání a připravuje se na svou roli trenérky v oddílu. Vozí medaile z dálkoplateckých závodů.

Co je na trénování na kanál nejtěžší?

Asi nejtěžší je udržovat si motivaci k tomu vlézt do té pekelně studené vody. Především když je nějaký den pod psa. Ale vždycky vím, že mám kolem sebe skvělou partu a že se vždycky navzájem podržíme. Zase na druhou stranu uprostřed ledového rybníku se člověk rychle namotivuje k doplávání ke břehu.

Kolikaterý máš plavky?

Na otužování jsem si na podzim, když jsme s tím začaly, vyhradila jedny plavky, které už se mnou něco zažily a doufám, že ještě vydrží. Moje sbírka plavek celkem činí 17 kusů.

TERKA BÖHMOVÁ – Terka je držitelkou tří medailí z poslední letní olympiády dětí. Je úřadující mistryní republiky na 50 m VZ ve své kategorii.

Máš z něčeho, co Tě čeká, strach?

Mnohem víc, než studené vody se bojím zvířat, které tam bydlí. Nerada bych skončila jako jejich svačinka. Mám plán, že stejně jako pštros strká hlavu do písku, tak já zavřu oči a nebudu se dívat, kdo na mě z hlubiny kouká.

Jak rychle plaveš-uplaveš žralokovi?

Moje maximální rychlost je 6,9 km/hod, ale

rychlost žraloka je až 50 km/hod. Tím pádem mu neuplavu, ale našla jsem si pár rad, co dělat při setkání se žralokem. Hlavně zůstat v klidu, nedělat rychlé pohyby, neotáčet se k němu zády, udržovat oční kontakt a když zaútočí, udeřit ho do čumáku a žeber. Ale snad žádného nepotkám a nebudu muset nic použít.

DANČA SOUMAROVÁ – Danča je v oddíle mezi holkami „služebně nejmladší“, ale rozhodně to na její odhodlanosti a houževnatosti nic neubírá :-)

Jaký je rozdíl mezi trénováním na tréninky a na kanál?

Rozdíl je jediný, na trénincích v bazéně nás

trenérka topí v teplé vodě, na La Manche se topíme ve studeném rybníce.

Ještě pořád se bojíš, že se utopíš?

Toho, že se utopím se už tolik nebojím. Spíš mě trápí pocit, že kolem mě budou plavat ryby, které mi kdykoliv můžou ukousnout palec!

KATY TOMKOVÁ – Katy je velkým talentem, a to nejen na plavání. Sbírá medaile a zatím nemá titul mistryně republiky jen kvůli smůle, - vždy ji zaskočila zlomená ruka, či chřipka, ale to se jednou „prolomí“.

Jaká byla nejstudenější voda, ve které jste plavaly a jak dlouho se v ní dá vydržet?

Nejstudenější pro mě byla voda o teplotě



Zimní příprava



Triatlon v Račicích

Plavkyně na La Manche

1,5°C, a to už jsem se vážně cítila, jako kdyby do mě bodaly stovky včel. S holkami jsme byly opravdu zmrzlé, stejně jako led, který nás obklopoval a občas si do nás i rýznul.

Co upečeš dobrého na kanál?

Na kanál začnu péct minimálně měsíc předem. Nejen, že nebude tolik času díky intenzivní plavecké přípravě, ale jede s námi Emma!!! Ráda bych La Manche přežila ve zdraví a s hladovou Emmou by to mohl být velký oříšek. Koneckonců i když je vegetariánka, tak na otázku, jestli sníst raději mrtvou Danču nebo živou krávu, byla odpověď jasná: Danču. Pořádný dort bude potřeba jak na oslavu možného zdolání kanálu, tak Emminých 18. narozenin!

EMMA GEBAUEROVÁ – Emma je jednou ze skalních členek plaveckého oddílu již od jeho založení.

Jaké bylo první plavání potmě? Prý se na kanálu startuje za tmy. Je to tak?

Na kanál se vyrazí za tmy, jelikož startujeme během noci, abychom do setmění štafetu dokončili. Největší problém při plavání ve tmě je vaše představivost-vymýšlení všech možných, a hlavně nemožných potvor, co vás určitě chtějí ve vodě všechny sežrat.)

Vydržíš hodinu bez jídla?

Během plavání v rybníku se několikrát nalokáte zelené vody, která smrdí po rybině a je plná všemožných zelených částic (radši nechci vědět, co v té vodě všechno plave). Žaludek vám to hezky vypláchne a jste ještě rádi, že to v sobě všechno udržíte. Na La Manche navíc budou vlny a loď se bude

houpat. Jak řekla naše trenérka, musíme se naučit zvracet do vody a ono to půjde. Sama nevěřím tomu, že to říkám, ale bude to asi poprvé, kdy se hodinu bez jídla obejdu.

BÁRA PROŠKOVÁ – Barča je nejhrouževnatější a nejusměvavější členkou oddílu. Je to naše „pojídlo party“ - nezkaží žádnou legraci.

Jak dlouho bude každá z vás ve vodě při přeplavbě kanálu?

S holkami se budeme střídat po hodinách. Vždycky jedna bude plavat ve vodě a ostatní budou odpočívat, jíst, počítat medúzy nebo v nejhorším případě zvracet do vody (krmit ryby). A podle toho, jak rychle budeme plavat, tolikrát se vystřídáme.

Už umíš kliky?

Jelikož náš malý kudrnatý satan Katy vymyslela challenge, kde jsme každý den měly udělat 100 kliků, tak jsem se je poměrně naučila. Sice to bolelo, ale zesílily mi ruce a udělala jsem fyzické testy na střední školu.

MÍŠA ULIPOVÁ – Míšu jsme si našly díky bláznivému pravidlu - 50-50 /polovina štafety musí být věkově do 16 a polovina nad 16 let/, protože jinak bychom nemohly plavat. Je to šikovná kraulerka a s holkami si rozumí. Jenom bude muset plavat rychle, aby stihla svatbu kamarádky :-)))

Kolik kilometrů jsi v životě uplavala na jeden zátah nejvíc?

Dvacet kilometrů. Každoročně, od svých 16 let, se totiž zúčastňuji MČR Dálkového plavání, kde se tato trať plave. I když svoji

první „dvacítku“ jsem plavala na Lipně, takže když se započítají vlny, bylo to možná i o něco víc.

Myslíš, že se dá La Manche zvládnout sólo bez tréninku?

Myslím, že La Manche je už dost velké sousto na to, aby ho kdokoliv plaval bez nějaké přípravy. Na druhou stranu, při takhle dlouhých tratích podle mě hraje hlavní roli psychika a odhodlání. Když to nemáš v hlavě srovnané, neuplaveš nic.

SÁRA KAZÍKOVÁ – tou báječnou trenérkou je Sandra Kazíková, která nemá ráda, když se jí říká “Sandro”, česká plavkyně, která je držitelka několika rekordů a účastnicí olympijských her

Co na to trenérka?

Co já na to? No, jak kdy... někdy je miluju, někdy bych je zabila. Ale raději si je ještě pošetřím, abych to nemusela plavat sama jsou to moje holky šikovný!

Kdo nejvíc v týmu frfňá?

Největší frfňa je Katy. Až bude mistrovství světa ve frfňání, tak Katy bude druhá. Proč ne první? No, protože je to frfňa! :-))) naštěstí zatím zůstává u toho frfňání, jakmile začne klást odpor, budu muset zakročit.

Tak to jsme MY, šílené holky, co mají šílený sen a rozhodně si ho splní!!!! Nebude to jednoduché a máme před sebou ještě spoustu práce. Být s u toho s námi nebo nás podpořit můžete na našem webu <https://holkypreslamanche.webnode.cz/>.

Zapsala Vladka Lipovská



Emma mistryně ČR a Barča vicemistryně ČR v zimním plavání



Terka byla druhá na závodech v plavání

INZERCE

ADVOKÁTKY HOLUBOVÁ & ŠEDOVÁ

VE VAŠEM OKOLÍ

§ převody nemovitostí - koupě, dar, směna
§ věcná břemena § nájem § dědictví
§ manželské právo § náhradní mateřství
§ sousedské spory § obchodní korporace
§ cestování - voucher, storno, reklamace

www.hsadvokatky.cz

ZAKÁZKOVÉ KREJČOVSTVÍ

Jitka Ježová

Šití: dámské oděvy, dětské oděvy,
historické oděvy, karnevalové masky.

Opravy a úpravy oděvů,
bytového textilu a dekorací.

Tel: 724 281 996, e-mail: jitkajez@email.cz



SALON V ZAHRADĚ

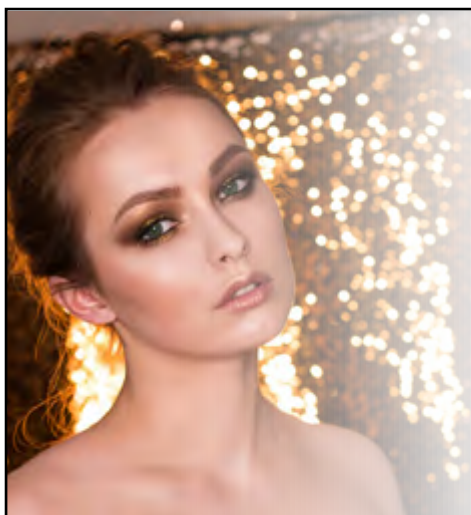
Přijďte si odpočinout a nechat se hýčkat v Salonu v zahradě! Nabízím kosmetickou péči o Vaši pleť a klasickou pedikúru.

Těším se na vás od září 2021 na adrese:
Zalešanská 726, Újezd nad Lesy.

Najdete mě kousek od hlavní silnice Novosibřinské, ve stejné ulici jako je pension restaurace Petra. Ze Sibřiny sem dojdete i pěšky kolem MŠ, je to cca 20 minut chůze. Zaparkovat auto i kolo můžete přímo před salonem.

Těším se na vás, Tereza.

Tel.: +420 724 526 849, e-mail: su.terezka@seznam.cz



Inzerce

Milí spoluobčané, rádi bychom Vám nabídli možnost inzerce v našem občasníku Nový Zebrin, který vychází jednou za čtvrt roku. Časopis vychází nákladem 400 výtisků a je roznášen zdarma do schránek v Sibřině a Stupicích. Řádková inzerce je bezplatná pro podnikatele a občany s trvalým bydlištěm v Sibřině a Stupicích v černobílém provedení.

Ceny za větší rozsah inzerce, černobílá inzerce:

1 strana – 800 Kč, ½ strany – 600 Kč, ¼ strany – 400 Kč

Barevná inzerce : 1 strana – 1300 Kč, ½ strany – 700 Kč, ¼ strany – 500 Kč

Platba: 1) v hotovosti na obecním úřadu Sibřina, **2)** na fakturu. Zášlete fakturační údaje na e-mail redakce. Fakturu Vám zašle účetní obecního úřadu.

! Důležité upozornění!

Pokud máte zájem o inzerování v našem časopise, pošlete text inzerátu v požadovaném formátu v pdf a foto v jpg. na adresu novyzebrin@email.cz

*S přátelským pozdravem,
Ing. Zuzana Čermáková, šéfredaktorka*

Tiráž

Časopis Nový Zebrin je vydáván jako čtvrtletník, toto vydání vychází v červnu 2021

Redakce: Ing. Zuzana Čermáková – šéfredaktorka, tel.: 777 782 266

Ing. Jiřina Neckářová – redaktorka, tel.: 728 007 691

Příspěvky, náměty, připomínky a inzerci zasílejte na e-mail:

novyzebrin@email.cz nebo nás kontaktujte na výše uvedených

tel. číslech. Elektronická podoba zpravodaje: www.sibrina.cz/

novyzebrin.htm. Pro zájemce ze Sibřiny a Stupic zdarma do Vaší poštovní schránky. Nový Zebrin, Sibřinsko-stupický občasník.

Vydavatel: Obec Sibřina, Říčanská 15, 250 84 Sibřina

IČO: 00240745, Reg. zn. MK ČR E 17368, Tel: 281 970 692, Mob:

733 394 574, E-mail: obec.sibrina@sibrina.cz

INZERCE



Nábor nových dětí
určený pro holky a kluky
ročníku 2006–2018
do fotbalového klubu

SK VIKTORIA SIBŘINA

Nábor dětí do kategorií podle ročníku narození:

mini školka **2018–2017**
všeobecný pohybový rozvoj

mini star **2016–2015**
všeobecný pohybový rozvoj
se zaměřením na fotbal

mladší přípravka **2014–2013**

starší přípravka **2012–2011**

Kdy?

od 1. 9. 2021
út. a čt. v 17.00 hodin

mladší žáci **2010–2009**

starší žáci **2008–2006**

Kdy?

od 1. 9. 2021
po. st. a pá. v 17.00 hodin

BOJOVNOST

SMYSL PRO FAIR-PLAY

TOUHA PO VÍTĚZSTVÍ

NIKDY SE NEVZDÁVAT!



Tréninky mládeže probíhají na hřišti SK Viktoria Sibrina

www.skviktoriasibrina.cz

Kontakt: Roman Hübl +420 777 182 150, mladez.sibrina@gmail.com

INZERCE



INSPIRACE

Víkend otevřených zahrad proběhl 12. a 13. 6. 2021

V druhém červnovém víkendu proběhla již tradiční akce „Víkend otevřených zahrad“. Účastní se jí jak velké profesionální zahrady, tak i soukromí majitelé krásných zahrad. Byla jsem se podívat ve dvou krásných soukromých zahradách V Sibříně u paní Kačerovské a v Říčanech v Arboretu ve skořápce ořechu. Velmi mě potěšilo, jak jejich majitelé pečují o rostliny a dokážou vytvořit kouzelná zákoutí. Navíc každému velmi ochotně poradí a můžete si někde krásné květiny i zakoupit. Berte to jako inspiraci a příští rok se můžete přihlásit se svou zahradou i vy. Už se těším na Vaše krásné zahrady.

Pro inspiraci připojuji pár fotografií ze zahrady Tani Kačerovské a z Arboreta ve skořápce v Říčanech.

Zuzana Čermáková



Sbírka kaktusů, Arboretum ve skořápce (Foto Z.Č.)



Barokní vila s trvalkovými záhony, Arboretum ve skořápce, Říčany (Foto Z.Č.)



Alpinky s jezírkem, Arboretum ve skořápce (Foto Z.Č.)



Skalničky u Tani (Foto Z.Č.)