



Opocenské noviny

Noviny pro kulturní a společenský život Opocna

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA

„Jménem Farní charity Dobruška Vám všem přeji hodně přátelství, lásky a síly ke konání dobra v roce 2012. Díky.“

Tato slova zazněla z úst Jany Poláčkové při zhasínání vánočního stromu v Dobrušce. Byla určena všem přítomným, ale také všem, kteří měli cokoliv společného s Tříkrálovou sbírkou. Ať už jako organizátoři, nebo jako ti, kteří přispívali do pokladniček.



foto: Liba Štátná

Opocno organizuje sbírku společně s Dobruškou a okolními obcemi. Opocenští králové chodí nejen u nás, ale mají na starosti ještě Čanku, Dobříkovec, Semechnice, Trnov, Houdkovice a Pohoří. A výsledek? Dá se vyjádřit v číslech i slovně.

Čísla: opocenských skupinek bylo 12. Sraz měly v sobotu 7. 1. v 7.30 hodin. Poslední skupinka se vrátila v 16.30 hodin. Vybraly celkem 76 757 Kč. A slova? Místem srazu byla opocenská fara. To znamená nejen oblékání a maskování, ale také společnou cestu do kostela, kde je všem králům požehnáno. „Je to krásné a slavnostní. Těm, kteří běžně do kostela nechodí, to nevadí. I oni pozorně naslouchají slovům faráře o lásce k bližnímu, většina z nich velmi dobře chápe, že nejde o pouhé koledování a sladkosti. Děti se stále více zajímají o to, komu sbírkou pomáhají, máme z toho radost,“ mluví o změnách ve vnímání sbírky i samotnými králi Marcela Kurzová.

A další změna? Opět králů přibýlo. Ti zkušení si přivedli menší kamarády, tentokrát převládaly holčičky. Po zakuklení byly od chlapeckých protějšků k nerozeznání, ale výhodu to mělo – prý daleko raději zpívají. Také průvodců se přihlásilo víc. Zdá se, že sbírka se stává oblíbenou. A to platí také o domácnostech. „Peněz se sice sešlo o trochu méně než loni. Ale sladkostí bylo určitě víc,“ hodnotí Marie Jirušková. Mluví i o případu, kdy rodina, která musela odjet, nechala u dveří tašku s mlsey a s lístečkem *Pro tři krále*. Sladká odměna je zasloužená, ono pochodit tolik ulic není žádná legrace. „Moc nás mrzí, že se někteří lidé nedočkali,“ omlouvá se Marcela Kurzová za všechny malé i větší krále (tím nejmladším byla čtyřletá holčička). „Občas se prostě stane, že králové na některý dům zapomenou, opravdu toho mají hodně.“

Většina peněz získaných sbírkou zůstává v našem regionu, zprávu z Dobrušky přineseme příště. A vykoledované sladkosti? Královské dělení je tak krásné, že se jím rozloučíme. Od pořadatelů jsem zjistila, že děti se dělí nejen v rámci své skupinky, ale všimají si i skupinek ostatních. Když některá přinese méně, dostane od těch „šťastnějších“. A schovává se i pro ty, kteří tentokrát nemohli jít třeba z důvodu nemoci. Že jim to poradili dospělí? Ne, tak si to děti organizují samy. **dm**

TECHNICKÉ SLUŽBY MĚSTA OPOČNA - SDĚLENÍ

Do dnešního dne se nám nepodařilo uzavřít se všemi odběrateli smlouvy na odběr pitné vody a odvádění odpadních a srážkových vod. Protože se objevily dotazy a připomínky ze strany odběratelů k obsahu smluv, požádal jsem o stanovisko vedoucího právního oddělení sdružení SOVAK ČR (Sdružení provozovatelů vodovodů a kanalizací), jehož jsme členem. Toto stanovisko vám předkládám:

Právní stanovisko k uzavírání smluv s odběrateli

Na základě Vaší žádosti bylo zpracováno toto stanovisko:

1. Obecně ke smlouvám o dodávce vody a odvádění odpadních vod.

Vzájemný vztah mezi dodavatelem služby spojené s dodávkou vody a odváděním odpadních vod a odběratelem se řídí obecně závaznými právními předpisy, zejména zákonem č. 274/2001 Sb. a jeho prováděcí vyhláškou č. 428/2001 Sb. Ustanovení vyhlášky stanovují podrobnosti, které musí smlouva o dodávce vody a odvádění odpadních vod obsahovat. V případě, že smlouva o dodávce vody a odvádění odpadních vod nebude obsahovat tyto stanovené náležitosti, bude v této části neplatná (část pátá, § 13). Kromě náležitostí v této části vyhlášky uvedených je nezbytné, aby smlouva odpovídala obecným požadavkům na uzavírání smluv (§ 43 a násl. občanského zákoníku) a též požadavkům na právní úkony (§ 34 a násl. občanského zákoníku).

Obecně je smlouva o dodávce vody a odvádění odpadních vod **smlouvou nepojmenovanou**, kde většina práv a povinností se řeší Všeobecnými obchodními podmínkami, jako je to i u jiných síťových odvětví. **Všeobecné obchodní podmínky jsou pro všechny odběratele stejně závazné. Nedoporučují se jejich jednotlivé změny, neboť by došlo k diskriminaci ostatních smluvních stran, což zákon, jak už bylo uvedeno, zakazuje.** Smlouva o dodávce vody a odvádění odpadních vod a Všeobecné obchodní podmínky pro uzavření smlouvy jsou chápány jako dokument, který v rozsahu danými zákony a prováděcími předpisy upravují skutečnosti důležité pro existenci právního vztahu mezi dodavatelem a odběratelem při dodávce vody a odvádění odpadních vod. Ve všech případech, kdy to jednoznačně nevyplývá z ustanovení zákona či jiných právních norem, je rozhodující pro posouzení správnosti či nesprávnosti

» z obsahu čísla —

— Zprávy z radnice	str. 2
— Pozor na podvodníky	str. 3
— Věřte, nevěřte	str. 4
— Opocno má talent	str. 5
— Kultura	str. 6
— Olympiáda úspěchů	str. 7
— Sport	str. 8



ti postupu to, co je uvedeno ve smlouvě a Všeobecných obchodních podmínkách. Smlouvy a Všeobecné obchodní podmínky pro uzavření smlouvy o dodávce vody a odvádění odpadních vod vycházejí ze vzorových dokumentů oboru, na kterých se podílel SOVAK ČR.

Předpoklady pro vznik smluvního vztahu

- existence vodovodu nebo kanalizace
- existence připojované nemovitosti (pozemku nebo stavby) v dosahu vodovodu nebo kanalizace
- existence připojení nebo zájem o připojení své nemovitosti na vodovod nebo kanalizaci
- způsobilost přípojek
- kapacitní, případně další technické požadavky

2. Práva a povinnosti na straně dodavatele při uzavírání smluvního vztahu

Jde o zákonnou povinnost, která je uložena zákonem č. 274/2001 Sb., o vodovodech a kanalizacích pro veřejnou potřebu ve znění novel (dále jen zákon). Zákon pro dodávku vody a odvádění odpadních vod stanovuje vlastníku vodovodu nebo kanalizace, popřípadě jeho provozovateli (dále jen dodavatel), **povinnost** uzavřít písemnou smlouvu o dodávce vody nebo odvádění odpadních vod. K zajištění této služby je ve smyslu zákona nutná písemná forma smlouvy, která by zakotvila předmětný smluvní vztah (§ 8, odst. 6). U smluvních vztahů uzavřených před účinností zákona tato povinnost měla být splněna do 31. 12. 2003 (§ 39, odst. 7). Dále zákon zakazuje diskriminaci a jednání v rozporu s dobrými mravy ze strany dodavatele (§ 36, odst. 2).

3. Práva a povinnosti na straně odběratele při uzavírání smluvního vztahu

Proti povinnosti na straně dodavatele původní zákon nezakotvil kontraktní povinnost odběratele. Podle zákona vznikl odběrateli jen nárok na uzavření smlouvy (§ 36, odst. 1). Novela zákona v roce 2006 v přechodných ustanoveních (čl. II.) však stanovila povinnost smluvním stranám uvést smlouvy o dodávce vody a odvádění odpadních vod do souladu se zákonem, tedy i povinnost uzavření písemné formy smlouvy ze strany odběratele do 31. 12. 2010. Neuzavření písemné smlouvy od této doby zakládá institut neoprávněné dodávky vody a neoprávněného vypouštění odpadních vod (§ 10, odst. 1 a 2), což může opravňovat dodavatele přípojky přerušit (§ 9, odst. 6, písm. f).

4. Závěr

Vzhledem k výše požadovanému doporučuji Vaši společnost dbát vysoké pozornosti nad uzavíráním smluv o dodávce vody a odvádění odpadních vod. Pozornost se vyplatí při zastupování dodavatele při soudních řízeních o vymáhání pohledávek na vodném a stočném. Zákon připouští, že při uzavírání těchto právních úkonů může za vlastníka vodovodu nebo kanalizace smlouvy uzavírat i provozovatel. Dále zákon připouští, že odběratelem může být třetí osoba (§ 8, odst. 7). Zde je třeba upozornit, že plátcé faktur není stranou odběratele. Při uzavírání smluv s odběratelem jako třetí osobou je třeba dodržovat velkou opatrnost, aby nedocházelo k unikům plateb za vodné a stočné z důvodu časté změny osoby. Proto doporučuji uzavírat smlouvy o odvádění odpadních vod jen s vlastníky (správcí) nemovitostí.

V Hradci Králové dne 8. 4. 2011 JUDr. Josef Nepovím

Na základě výše uvedeného vás proto žádáme o podepsání smlouvy a vrácení jednoho výtisku na adresu firmy Technické služby města Opočna s.r.o.

Děkujeme.

Současně mi dovozte všem ještě dodatečně popřát pevné zdraví, optimismus a štěstí v novém roce 2012.

Ing. Miloš Machút

společenská kronika

VÝZNAMNÉ JUBILEUM OSLAVILI:

Anna Vanická	8. 1. 1918
Josef Rejzek	9. 1. 1932
Marie Preclíková	16. 1. 1923
František Zajíc	29. 1. 1931

zprávy z radnice

Město Opočno, společně s ostatními spoluvlastníky, prodává volnou bytovou jednotku v domě čp. 248 na Kupkově náměstí v Opočně, členěnou 2 + 1, o výměře 83,50 m² za cenu 1 169 000 Kč. Termín pro podání nabídek je 1. 3. 2012.

Město Opočno dále prodává tyto nemovitosti:

- volnou bytovou jednotku v bytovém domě čp. 622 – 623 v Dobrušské ulici v Opočně o velikosti 1 + KK, o výměře 24,80 m² za cenu 390 000 Kč. Termín pro podání nabídek je 1. 3. 2012.
- volnou bytovou jednotku v bytovém domě čp. 622 – 623 v Dobrušské ulici v Opočně o velikosti 2 + 1, o výměře 50,70 m² za cenu 649 500 Kč. Termín pro podání nabídek je 1. 3. 2012.
- budovu garáže s pozemkem o výměře 21 m² v Nádražní ulici v Opočně za cenu 80 000 Kč. Termín pro podání nabídek je 2. 3. 2012.
- poslední 2 kompletně zasítované pozemky, určené k výstavbě rodinných domů, v atraktivní lokalitě Ořechová v Opočně. Cena je 600 Kč/m².
- pozemky v Opočně o velikosti cca 810 m² a cca 950 m², které vzniknou oddělením ze stávajících pozemků na základě GP, za cenu 300 Kč/m².

Bližší informace k prodeji uvedených nemovitostí najdete na internetových stránkách www.opocno.cz nebo na Městském úřadu Opočno, odbor majetku a rozvoje města, telefon 494 669 637, 494 669 630.

Fi.

NOVÍ DODAVATELÉ ELEKTRICKÉ ENERGIE A ZEMNÍHO PLYNU

Město Opočno uzavřelo koncem loňského roku s vítězi výběrových řízení nové smlouvy na odběr elektrické energie a zemního plynu na rok 2012. Byly vybrány firmy V-Elektra, s.r.o. z Velkého Meziříčí a Pražská plynárenská, a.s., které nabídly nejlepší finanční podmínky za dodávky a zajištění distribuce sjednaných množství energií. Po splnění všech kvalifikačních předpokladů byly konečné ceny vysoutěženy formou energetické aukce, která přinesla městu a jím zřízeným organizacím úsporu cca 328 000 Kč. Výběru nejvhodnějšího dodavatele předcházela audit odběrných míst s přehledem aktuálních odběrů, jejich kategorií a sazeb, které pro město zajišťovala DEA ENERGETICKÁ AGENTURA, spol. s r.o. z Brna. Administrátorem veřejné zakázky na výběr nejvhodnějšího dodavatele energií byla firma QCM,

s.r.o. z Brna. Město tak využilo uvolnění trhu s energiemi a dalo důvěru novým dodavatelům, kteří se dokážou v konkurenčním prostředí prosadit a krátkodobě nabídnout lepší podmínky než zavedené velké firmy, se kterými se dosud obchodovalo. Ve snaze udržet co nejlepší cenové podmínky v příštím roce i dalších letech bude nutno výběrové řízení každý rok opakovat i za cenu střídání smluvních partnerů, pro které bude naše lokalita s omezenými objemy dodávek nejzajímavější.

jk

POZOR NA PODVODNÍKY

Chtěl bych zde varovat před podvodníky různého zaměření, například falešnými řemeslníky, obchodníky, zástupci firem atd. V poslední době stále více zneužívají důvěřivosti starých lidí a používají různých fint, aby se dostali k jejich úsporám. V minulém týdnu takto zneužili důvěřivosti naší babičky (87 let) v domě s pečovatelskou službou na ul. Tyršova. U bytu jí zazvonili dva muži v pracovních oděvech a ptali se, jestli nemá něco na nabroušení - nože, nůžky. Prý jsou řemeslníci z Jaroměře. Babička je přes mnohá varování z naší strany vpustila do bytu, kde si nainstalovali brusku a nabrousili čtyři nože a dvojce nůžky. Pak ale přišla ona finta s požadovanou velkou částkou peněz, za nabroušení si řekli 1 650 Kč. Babička se "podlomila kolena" a nechtěla tak velkou částku zaplatit. Takže jí "slevili" na 1 500 Kč. „Byla jsem jako omámená," sdělovala mi o dvě hodiny později, „a tak jsem vytáhla ze skříně plechovou pokladnu a odpočítala 1 500 Kč." Pokladnu zavřela a dala zpět do skříně. Pak následoval už jenom smutný konec, který se dal předpokládat, babičku jeden z lumpů zabavil, že jí ukáže, jak má nože umýt a ať mu ukáže, kde má záchod... Druhý mezitím ukradl trezorek, dal ho do montážního kufru, rozloučili se a byli pryč. Babička se po chvíli šla podívat do skříně a zhrozila se, že pokladna je pryč. Dál už jen velký šok, telefonát mně do firmy, policie, vyšetřování... Přišla o důchod, našetřenou hotovost, vkladní knížku, která byla našťastí chráněná heslem a podařilo se ji zablokovat. Dnes má z toho babička výčitky - proč jsem je pustila dovnitř, proč jsem raději nezavolala synovi, když chtěli tak velkou částku a další proč...

Chtěl bych nakonec touto cestou sdělit pro občany varování. Přestaňte být důvěřiví a "zbytečně ohleduplní" k lidem, které neznáte, chraňte si své soukromí a nikoho nepouštějte do bytů a domů, předem chtějte vědět částku za nabízené zboží nebo služby. Je mi jasné, že vynalézavost lumpů je nekonečná, ale policie nemá možnost nás chránit před vlastní nedbalostí a lehkomyšlností.

Jaroslav Tošovský

I DO DRUŽINY PŘIŠEL JEŽÍŠEK

Po vánočních prázdninách nás čekalo milé překvapení ve školní družině. Ježíšek nám nadělil nové skřínky. Od něho jsme se dozvěděli, že nový nábytek nám sponzorsky vyrobil ve své truhlářské dílně pan Jan Vida z Opočna. Ježíšek nám také sdělil dobrou zprávu, že pan Vida bude ve výrobě dalšího nábytku pokračovat. Moc děkujeme, jsme rádi, že jsou mezi námi lidé, kteří nám pomáhají vytvořit pěkné prostředí pro naše děti.

Děti a paní vychovatelky školní družiny

MODERNIZACE LABORATOŘÍ A DÍLEN NA SPŠel-IT DOBRUŠKA



foto: autor článku

Na Střední průmyslové škole elektrotechniky a informačních technologií v Dobrušce již delší dobu probíhá postupná modernizace výuky v souladu se současnými trendy. Po dobudování zázemí pro výuku oboru informační technologie, který se dlouhodobě těší velkému zájmu uchazečů o studium, je momentálně v centru zájmu vybavení pro výuku oboru elektrotechnika. O absolventy tohoto oboru je trvale velký zájem na trhu práce a naši škola se podařilo intenzivní propagací a spoluprací s elektrotechnickými firmami oživit zájem o jeho studium, což se projevilo v tomto školním roce i v počtu žáků v prvním ročníku. Protože jsme přesvědčeni, že tento trend bude pokračovat, a jelikož se jedná o obor dynamicky se rozvíjející a procházející velkými změnami, je třeba věnovat zvýšenou pozornost materiálním podmínkám pro jeho výuku. Momentálně jsme se zaměřili na modernizaci dílny elektroinstalačních prací a laboratoře elektrických měření, vybavili je novými přístroji, nářadím, výpočetní i didaktickou technikou a demonstračními panely pro výuku. V souvislosti s tím probíhá přestavba jedné z laboratoří elektrických měření na víceúčelovou odbornou učebnu. Vše začalo demontáží laboratorních stolů, které již dnešním požadavkům nevyhovovaly, opravou podlahy a instalací nového nábytku i potřebné didaktické techniky. Následujícími prací, spočívajícími v instalaci nových elektrických rozvodů v učebně, rozvodů počítačové sítě a instalaci počítačů, se již účastnili v rámci praktické výuky naši studenti pod vedením svých odborných učitelů. Mohli si tak v reálných podmínkách vyzkoušet činnosti, pro jejichž zvládnutí jsou v rámci výuky připravováni, a mít tak i do budoucna na očích výsledek své práce, který bude našim studentům sloužit i v následujících letech. Pokud jsme tedy při podzimních dnech otevřených dveří zájemcům o studium ukazovali prostory určené k modernizaci, v lednovém termínu již bylo možné vidět modernizované a nově vybavené prostory. Naše studenty, včetně těch, kteří si školu teprve vybírají, může těšit, že přijdou do modernějšího a příjemnějšího prostředí.

M. Maršík

inzerce

Koupím poštovní známky, pohledy, obálky, staré bankovky, tuzexové bony, losy, staré akcie, jízdenky ČSD, celé sbírky - větší množství – pozůstalost po sběrateli.

Platím v hotovosti nejvyšší možné ceny.

Info: tiskarna@komurka.cz nebo tel.: 724 229 292

VEŘTE, NEVĚŘTE

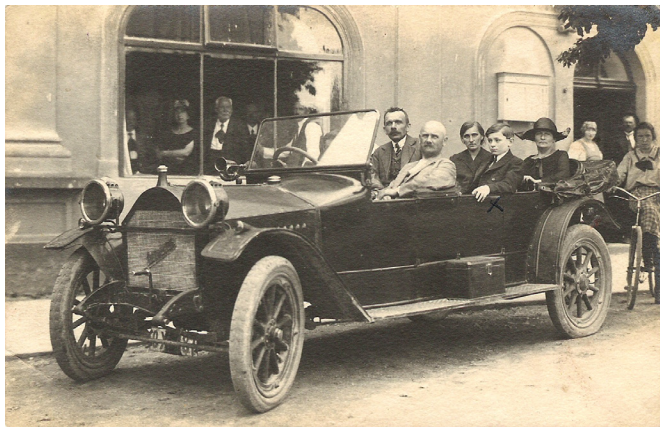
Věřte, nevěřte, přes Vánoce mě napadla docela hezká soutěž. Letopisecká komise má ve svém archivu staré snímky, u kterých je často těžké určit, kde jsou foceny. Tyto snímky postupně zveřejňovat v ON s tím, že čtenáři budou určovat, která místa jsou na obrázku, to mi přišlo jako vcelku dobrý nápad. Jenže. V prvním lednovém týdnu jsem se stavila v archivu letopisecké komise: „Chlapi, co tomu říkáte?“ Vláda Macek mě nepotěšil. „Jo, je to dobrý. Akorát že totéž teď rozjela Dobruška. Vyšlo to v jejich zprávě.“

Věřte, nevěřte, opravdu to tak bylo, Dobruška nás předběhla. Ale napadlo mě něco jiného. Letošní soutěž zkrátka přinese ode všeho něco, během roku budou soutěžící sbírat body, na konci roku bude sčítání a odměňování. Společný jmenovatel? Opočno a historie. A název soutěže může být klidně

VEŘTE, NEVĚŘTE...

Věřte nevěřte, s rozvojem automobilového průmyslu se začalo auty zaplňovat i Opočno. Máme snímky, kde jsou auta pouze náhodně přítomná, ale také fotografie, kdy se lidé nechali vyfotografovat se svými (nebo zapůjčenými) automobilovými miláčky. Jeden takový přinášíme dnes. Vaším úkolem je říci nám, před kterým domem auto stojí. Za odpověď získáte tři body. Značka auta? Zatím se nám nepodařila zjistit. Jeden bod (který může být při konečném součtu rozhodující) získá každý, kdo nás přivede na správnou stopu. Třeba se díky vám podaří značku zjistit.

Na vaše odpovědi se těšíme do příští uzávěrky, tj. do 14. 2., můžete je posílat emailem na adresu opocenskenoviny@mu.opocno.cz, smskou na číslo 739 145 521 nebo předat osobně na podatelnu MěÚ. Letos je možné odpovědi sdělit i přímo v archivu letopisecké komise – každou středu od 14 do 16.30 hodin v KND.



LUDMILA MOJŽÍŠOVÁ - CVIKY

Plním slib z minulých ON a přináším cviky Ludmily Mojžíšové. Úvodem jen připomenu slova z minulého článku:

“Ovšem nefunguje to bez účasti pacienta. Co si neodcvičí, to nemá,” upozorňuje Stanislav Macháček, vedoucí pražského rehabilitačního oddělení Revmatologického ústavu. „Cviky paní Mojžíšové jsou jednoduché, snadno zapamatovatelné. Cvičí-li člověk denně alespoň patnáct minut, poleví či se velmi zmírní migrény, bolesti zad, problémy v podbřišku, které nás postihují od určitého věku skoro všechny.“

Text je převzat z internetu, určitě budou vítány i vaše připomínky (vlastní zkušenosti či odborné rady).

Cviky nejsou fyzicky nijak namáhavé ani obtížně proveditelné. Dů-

ležitě však je provádět jednotlivé úkony přesně a pravidelně. Jen tak může dojít k uvolnění, protažení a posílení svalových skupin. Cviky se provádí pomalu, plynulým zapojováním jednotlivých svalů. Nesmí být při nich vyvolána bolest, jen pocit tahu a napnutí svalů. Pokud si chcete být jisti správným provedením, můžete cvičení vyzkoušet pod vedením školeného fyzioterapeuta.

Procvičení oblasti krční, hrudní a bederní páteře

1. V sedu na židli. Vytáhnout hlavu vzhůru, ramena stáhnout dozadu a dolů. Uvolnění maximální předklon hlavy a vzpřim. (uvolnění a protažení krční páteře a šíjového svalstva)
2. V sedu na židli. Vytáhnout hlavu vzhůru, ramena stáhnout dozadu a dolů. Co největší úklony hlavy vpravo a vlevo. (uvolnění a protažení krční páteře a šíjového svalstva)
3. V sedu na židli. Vytáhnout hlavu vzhůru, ramena stáhnout dozadu a dolů. Předklonem hlavy otáčet vpravo a vlevo. (uvolnění a protažení krční páteře a šíjového svalstva)
4. V sedu na židli. Kroužení ramen vpřed a vzad. (uvolnění ramenního kloubu)
5. V sedu skřížmo. Ze vzpažení skrčit upažmo dolů, zatlačit lopatky vzad a dolů. Zatlačíme do loktů ("svícen"). Ruce v úrovni ramen, lokty tlačíme vzad. Při vzpažení nádech, při skrčení dolů upažmo výdech. (posílení pletence ramenního)
6. V sedu na židli, pokrčit vzpažmo, předloktí dovnitř, ruce spojeny dlaněmi. Táhne dlaněmi od sebe a napínáme prsní svaly. Poloha paží určuje napětí v různých místech žeber. (posílení prsních svalů)
7. Vzpor klečmo, ruce opřeny o stoličku ve výši asi 30 cm. Zvolna "vyhrbit" bederní páteř, zvolna prohnout. Při tomto cviku dbáme, abychom procvičovali převážně dolní oblast páteře. (uvolnění beder)
8. Vzpor klečmo, ruce opřeny o stoličku (jako 7). Otáčet trup a střídavě upažovat pravou, levou. (rotační protažení bederní páteře)
9. Vzpor klečmo, ruce opřeny o stoličku. Úklony stranou v oblasti bederní páteře, pohyb bérů proti hlavě. (uvolnění a protažení v oblasti bederní páteře)
10. Vzpor klečmo. Zvolna vyhrbit bederní páteř, zvolna prohnout. Důležitý je rovněž pohyb hlavou: při prohnutí jde hlava vzhůru. (uvolnění a protažení v oblasti hrudní a horní části bederní páteře)
11. Vzpor klečmo. Otáčet trup a střídavě upažovat pravou, levou. (protahování do otočení v oblasti dolní části hrudní a horní části bederní páteře)
12. Vzpor klečmo. Úklony (stranou), pohyb bérů proti hlavě. (protahování v oblasti dolní části hrudní a horní části bederní páteře)
13. Podpor klečmo na předloktích. Střídavě vyhrbení a prohnutí horní části hrudní páteře. Pohyb hlavy je rovněž důležitý, viz cvik 10. (uvolnění a protažení v oblasti horní části hrudní páteře)
14. Podpor klečmo na předloktích. Otáčet trup a střídavě upažovat pravou a levou. (protahování do otočení v oblasti horní části hrudní páteře)
15. Podpor klečmo na předloktích. Úklony (stranou) v oblasti horní části hrudní páteře, pohyb bérů proti hlavě. (protahování v oblasti horní části hrudní páteře)
16. Leh na zádech skrčmo přednožmo, rukama přidržujeme kolena. Přitáhnout kolena k hrudníku, hlavu a hrudník nezvedat. Pak stáhnout hýždě a tlačít kolena do dlaní. (uvolnění beder a křížokyčelního skloubení)
17. Leh na zádech. Vzpažit, vytahujeme trup do délky (paže a nohy opačným směrem) tak, že se snažíme vyrovnat všechna zakřivení páteře. (uvolnění oblasti celé páteře)
18. Leh na zádech pokročmo roznožný. Střídavě pokládáme kolena v ose kyčle vlevo a vpravo. (uvolnění v oblasti křížokyčelního skloubení)
19. Leh na levém boku, unožovat pravou. Střídat leh na pravém a le-



vém boku. (uvolnění vazů mezi pávní a křížovou kostí)

20. Leh na břiše, levou dolní končetinu pokrčit, pánev přitisknout k podložce. Levé koleno přitáhnout co nejvíce vzhůru, případně přitáhnout rukou - do skrčení únožmo. Střídáme skrčení únožmo levou a pravou. (uvolnění v oblasti křížokyčelního skloubení, protažení svalů podél páteře, protažení přitahovačů stehna)

21. Vzpor klečmo. Zanožit levou, protáhnout do dálky s výdrží asi 6 vteřin. Hlavu nezvedáme, je v poloze prodloužení trupu. (posílení v oblasti bederní páteře a hýžďových svalů)

22. Leh na zádech. Přednožit, nohama kmitáme vzhůru a dolů v rozsahu asi 15 stupňů po dobu asi deseti vteřin. V druhé fázi následuje leh skrčmo, dvakrát hluboký nádech a výdech. (posílení břišních svalů) **dm**

OPOČNO MÁ TALENT

V 1. čísle ON jsem se hned na titulní stránce dočetl, že se rada města rozhodla vyhlásit soutěž na novou znělku pro městský rozhlas. Důvodem změny je skutečnost, že současná znělka „**je již používána dlouhá léta**“. Nad důvodem jsem pokrčil rameny, protože vím, jak Opočno dbá na tradice. Navíc vznikla v „domácí dílně“. Potom jsem se ale na webových stránkách Rychnovského deníku dočetl: „Vyhlašujeme ji (soutěž) proto, že **ta stará se nám už nelíbí. Změnila se doba**, tak uvidíme, co se sejde. **Celá akce je však iniciativou z řad občanů. Dokonce to bylo i ve volebních programech**,“ vysvětlil opočenský starosta Štěpán Jelínek. „Město však samo osloví některé spolky. „Určitě oslovíme základní uměleckou školu a nějaké místní spolky, které tady máme, například Opočenu. Spíše chceme, aby se zúčastnili místní. Když už je tady máme, tak ať se zapojí,“ řekl starosta, který sám žádnou představu zatím nemá. „Každý by však chtěl něco jiného. Jeden dechovku a druhý zase rockovou hudbu. Takže to asi bude nějaký průřez,“ dodal Jelínek.

Shrnutí: Trochu se obávám, aby ze stejných důvodů nepřišly postupně na řadu Opočenské noviny (titul), městská vlajka, znak, názvy ulic a náměstí, nedej bože i název města. Možná že by pomohlo, kdyby autor návrhu byl „na věčnou paměť a slávu“ zaznamenán v městské kronice. Jistě jste si povšimli, že jsem použil nadsázku. Jde přece v podstatě o marginálii (míním okrajovou záležitost). Ale pak jsem si všiml, že to „dokonce bylo i ve volebních programech“ a znejistěl jsem. Tam se přece okrajové záležitosti neuvádějí.

Pak jsem se ještě zamyslel nad závěrem a nabízím řešení. Není-li shoda (ani představa), je možné buď ponechat současný stav, nebo oslovit povolaného – doporučuji Mistra Sluku, aby pro Opočno složil znělku nadčasovou, která by vnesla nejen jím zaručenou uměleckou úroveň, ale i jeho zanícení pro rodné město.

Nejčtenější článek týdne ‚Zapomněl se představit, tak dostal padáka‘ (Rychnovský deník 13. 1. 2012, webové stránky Opočna, potažmo Rychnovského deníku) nám podle mého názoru nepřinesl žádnou slávu (slovo slávu berte prosím s rezervou). Kauze se mohla rada vyhnout. Možná by k tomu byl býval kapkou přispěl i můj návrh – nakonec vypracovaný tak trochu jako kuchařka v ON č.15/7 „Listoval jsem“ (týkající se IC). Leč zůstal oslyšen. A přitom nešlo o nic víc než o zprůhlednění činnosti zastupitelstva. Zaslechl jsem z mnoha stran, že na posledním veřejném

zasedání zastupitelstva přednesl předseda finančního výboru Ing. Světlík ve všech směrech perfektní zprávu – obecně srozumitelnou a pochopitelnou, asi takovou, po jaké jsem volal. Chtěl bych mu poděkovat.

Omlouvám se, ale ještě se pozdrším na 1. stránce ročníku XV. (XXII.). Je hodné chvály, že i v našem městě bylo možné se zapsat do kondolenční knihy, a tak vyjádřit úctu, vděčnost a poděkování našemu zesnulému prezidentu Václavu Havlovi. Chtěl jsem tam vepsat jednu výzvu, ale v daném okamžiku se mi zdála nepatřičná, protože ne pro každého srozumitelná. Vzpomněl jsem si totiž na fotografii, která léta visela ve sborovně školy čp.11 na Trčkově náměstí, doplněnou přáním Havel na Hrad! Už mnoho let ve mně neodbytně a stále silněji zní: Havel na hrad! Vůbec jsem se nespletl v pravopisu slova hrad. Tím slovem myslím všechny ty instituce, pozice od radnic až po patra nejvyšší. A tím Havel? Čtème Havla, tam to všechno je. A nečtème jenom slova. Přiznám se, že jsem počtem - pěti desítkami kondolujících (jde asi o tři stránky z knihy) zaskočen. Jest mi rozpačito.

Ivo Kašpar

PODĚKOVÁNÍ

Noviny, které pouze informují o dosažených úspěších, mi něco připomínají. Je příjemné, že v Opočně je co chválit, ale neexistuje město, kde se daří úplně všechno. A proto je dobré, když se najde odvážlivec, který jde i do kritiky.

Je to dobré pro koho? Pro občana. Prostřednictvím novin se (pokud kompetentní místa odpoví) dozví, proč se to či ono odkládá, vidí, že není vše tak jednoduché, jak se zdá. Dobré pro koho? Pro radnici. Každý moudrý „vládce“ si váží lidí, kteří slušně a otevřeně vysloví jiný názor. Má totiž možnost reagovat, popřípadě diskutovat. Zatímco v případech, kdy se jen „neřeje nadává“, o tom neví a reagovat nemůže.

Dobré pro koho? Pro budoucí generace. Uvidí, že v Opočně bylo vše v pořádku. Ony totiž noviny, které pouze informují o dosažených úspěších, něco připomínají. Připomínají doby, kdy se všechno dařilo a my jsme kráčeli vstříc růžovým zítřkům. Připomínají doby, kdy jsme úspěšně plnili všechny body pětiletých (i všech dalších) plánů. Připomínají doby, kdy ti s odlišným názorem byli „rozvratnými živly“.

Díky panu Kašparovi a jemu podobným budoucí generace uvidí, že v Opočně bylo možné veřejně vyslovit svůj názor. A že se našli ti, kteří si toho vážili a slušně reagovali. A že od dob, kdy jsme si nemohli stěžovat, jsme se trochu posunuli. (Tak to prý pravil Karel Gott, když se ho v dobách minulých po jednom koncertě na „západě“ zeptali, jak se mu v ČSSR žije. Odpověděl **nemůžu si stěžovat** po bavi celý národ). **dm**

inzerce

RESTAURACE PODLOUBÍ
vás zve od 15. 2. do 18. 2. 2012 na
ZVĚŘINOVÉ HODY
rezervace míst: 494 667 885



» k a l e n d á ř a k c í —

Ú N O R 2 0 1 2

sobota 4. února od 20 hodin v Hotelu Holub
ZAHRÁDKÁŘSKÝ PLES
Vstupné 150 Kč. Předprodej v Elektro Zlatka.

neděle 5. února od 15 hodin v KND
DIVADÉLKO BATOLE
"O ZAPOMENUTÉM KOŤÁTKU"
Maňáskové divadélko pro nejmenší.
Vstupné 20 Kč.

středa 8. února od 17 hodin v KND
**SOCIÁLNÍ POTŘEBY DÍTĚTE Z POHLEDU
RODINY A ŠKOLSKÉHO ZŘÍZENÍ**
Přednášku pořádá MŠ Opočno a ZŠ Opočno.
Přednáší Mgr. Carmen Simonová.

pátek 10. února od 20 hodin v Hotelu Holub
MATURITNÍ PLES - 2ND
Pořádá SŠ - Podorlické vzdělávací centrum.

neděle 12. února od 19 hodin v Modlitebně ČCE
VNOUČATA KUBÁNSKÉ REVOLUCE
Bezplatná projekce filmu.

pátek 17. února od 20 hodin v Hotelu Holub
PLES ZŠ OPOČNO
K poslechu a tanci hraje skupina JK BAND.
Program a občerstvení zajištěno.
Vstupné 80 Kč, předprodej v IC Opočno.

sobota 18. února od 20 hodin pohostinství
U Prokešů v Čánci
MAŠKARNÍ PLES
Pořádá a srdečně zve SDH Čánka.

neděle 19. února od 14 hodin pohostinství
U Prokešů v Čánci
DĚTSKÝ KARNEVAL
Pořádá a srdečně zve SDH Čánka.

neděle 19. února od 15 hodin v KND
OPOČENSKÝ KAŠPÁREK – „O POPELCE“
Loutkové divadlo pro děti.
Vstupné 20 Kč.

pátek 24. února od 20 hodin v Hotelu Holub
MATURITNÍ PLES – 4PS
Pořádá SŠ - Podorlické vzdělávací centrum.

sobota 25. února od 13 hodin, Zimní stadion Opočno
DĚTSKÝ KARNEVAL NA LEĐĚ
Pořádá HC Opočno a MŠ Opočno,
mediální partner Rádio Magic.
Vstupné: Masky zdarma, dospělí 20 Kč,
děti bez masek 10 Kč.

OHLÉDNUTÍ ZA ADVENTNÍMI KONCERTY

Všechny adventní koncerty pořádané v Opočně naplnily Mariánský kostelík vděčnými posluchači. První, na kterém se představily dobrušské Vlastičky, připravila Opočenská beseda. Další tři byly dárkem základní umělecké školy. A co měly všechny koncerty společného? Zpěvem a hudbou přispěly k milé předvánoční atmosféře, svou spokojenost dali diváci najevo nejen hojnou účastí, ale také potleskem a dobrovolným vstupným, za vše děkujeme. ZUŠ se rozhodla část výtěžku věnovat na opravu pamětní desky na rodném domku Josefa Vorla. Po odečtení všech nákladů (především propagace a cestovní výlohy pro účinkující hosty) je pro Opočno připravena částka 4 150 Kč.

Všem kdo přispěli děkujeme.

PLESY A BÁLY

Plesová sezona se začíná rozjíždět. Dámy hojně navštěvují kadeřnictví, vymýšlejí garderobu a pánové se zděšením zjišťují, že se jim zase nějak srazilo sako. Atmosféra plesů je podobná, liší se jen v tom, zda pořádající organizace chodí v jistém čase s flintou do lesa nebo se sirénou jezdí hasit hořící stohy. S postupem času se uvolněná zábava, ochutnávka dobrého moku a pozdní večere podepíše jak na původně upraveném vzhledu dam, tak i na povolených kravatách pánů. Pečlivě nalíčené tváře vadnou a mistrovské dílo kadeřnic se mění v nezkrtné lokny. Leckdy se objeví i oko na punčoše. U bohatě obsazeného stolu právě probíhá tahanice. Dědeček bouchne kloboukem o stůl, až odletí sojčí pírkó, a vydá se směrem k jevišti. Je přestávka, hudba se občerstvuje, tmavě rudá opona je zatažená, před ní



stojí mikrofon. Najednou se zpoza opony objeví ruka, popadne mikrofon a zmizí. Sálem se ozve z reprobeden hlasitě: „Húúú-úú, húúúúúú“. Něco mezi vykastrováním šakalem a ucpanou lokomotivou. Babička u stolu opře hlavu do dlaní a zadržuje pláč. Nebo smích? Za oponou je slyšet šramot. „Uuuuáááá, prk, prk, uuuáááá“, měl to být asi hlas divoké zvěře, ale zní to, jako by se někomu udělalo špatně. „Já tam jdu!“ vnuk prudce vyletí od stolu. Babička si kapesníkem přetře obličej. Z reprobeden se za chvilku ozve tlumeně: „Franto, nechej mě, já to musím...“ ??? „Uuuž jenom tetřeva..., Franto, nebuď srab!“ Opona se zavlní. Mikrofon upadne na zem. Po bočním schodišti nese vnuk dědečka hozeného přes rameno jako snop slámy. Děda kope nožkami, hrozí pěstičkou a řve: „Už ani toho tetřeva si nemůžu udělat!“ Začne hrát hudba, babička otře slzy z očí a jde se tancovat. Jo, čas plesů a ballů, ten vždycky stojí za to.

Patříte-li i vy k těm, kteří se celý rok těší na sezonu saténových rób a protančených večerů, dovolujeme si vás pozvat na REPREZENTAČNÍ PLES MĚSTA OPOČNA, který se bude konat v Hotelu Holub v pátek 9. 3. 2012 od 19.30 hod. Čeká vás zahájení v podání opočených mažoretek, předtančení tanečního klubu Akcent Dobruška, temperamentní vstup tanečních škol KROK Hradec Králové a velmi oblíbená show profesionálních barmanů. Celým večerem bude provázet moderátor, herec, tanečník a muzikálový zpěvák Roman Vojtek. Lístky jsou v prodeji v IC Opočno. **OS**

OLYMPIÁDA ÚSPĚCHŮ

Na ZŠ Opočno byla v lednu letošního roku vyhlášena Olympiáda úspěchů, do které se zapojili žáci i pedagogové naší školy. Jejím cílem je podpora a ocenění práce a chování žáků ve všech oblastech života školy.

Jde především o prostor pro všechny, kteří se podílejí na zlepšování atmosféry ve třídě, pomáhají na akcích třídy a školy, respektují pravidla školního řádu, snaží se o plnění školních povinností, reprezentují školu.

Nadaní žáci byli vždy za své výkony odměňováni pěknými známkami a pochvalou. Méně nadaným, kteří pomáhají, slušně se chovají a snaží se plnit své školní povinnosti, může pozitivní „veřejné“ ocenění uniknout, ztrácejí pak motivaci a snáze se přiklání k negativním vzorům. Z tohoto důvodu se učitelé rozhodli olympiádu podpořit. Můžeme alespoň v prostředí školy vyzdvihnout činy a chování těch, kteří možná plní „pouze“ standardní požadavky a rádi pomohou kamarádům či učitelům. Můžeme jim dát najevo, že jejich postoje oceňujeme. Je zřejmé, že slušnost, zdvořilost, ochota a čestnost jsou v současnosti vlastnostmi, ke kterým by měla nejen škola, ale celá společnost upřít pozornost, chránit je a oceňovat. Nejlépe ve spolupráci s žáky samotnými.

Každý měsíc vyberou děti se svým třídním učitelem ze své třídy ty, kteří se podle jejich názoru a společně dohodnutých pravidel stanou Borci třídy. Pokud vás bude zajímat, jak si vede reprezentant vaší rodiny, všimněte si nástěnek na chodbách budov školy a školního webu. Možná si na konci školního roku přinese domů diplom Borce školy a pěkné věcné ocenění!

Mgr. Jana Rejzková



HOKEJOVÉ ZÁPASY

MUŽI – KRAJSKÁ LIGA

13. kolo - středa 4. ledna

HC Opočno - HC Stadion Vrchlabí 3:4 (1:0, 1:4, 1:0) B: Rail (Jedlička), Černík (Bury), Rail (Šitina, Jedlička)

14. kolo - neděle 8. ledna

HC Opočno - HC Jičín 2:5 (2:1, 0:1, 0:3) B: Židík (Škrabal, Černík), Židík (Vedral)

15. kolo - středa 11. ledna

HC Opočno - Sokol Semechnice 4:2 (1:0, 3:2, 0:0) B: Žid Kamil (Felcman, Žid Lukáš), Felcman (Vedral), Felcman (Žid Kamil), Černík (Židík, Felcman)

16. kolo - neděle 15. ledna

TJ Spartak Nové Město n. M. - HC Opočno 10:5 (2:2, 4:1, 4:2)

B: Jedlička (Černík), Felcman (Žid L.), Herzán (Šitina), Petr (Jedlička), Šverák (Židík)

17. kolo - středa 18. ledna

HC Opočno - HC Náchod 4:5 (1:1, 2:2, 1:1) po prodloužení B: Jedlička (Herzán), Šitina (Franc), Žid K. (Franc, Herzán), Škrabal (Serbousek)

JUNIOŘI – KRAJSKÁ LIGA

18. kolo - sobota 7. ledna

HC Opočno - HC Nová Paka/Jičín 2:10 (0:1, 1:5, 1:4) B: Pázler (Sedlák), Sedlák (Bury)

sobota 14. ledna

HC Dvůr Králové/Náchod - HC Opočno 7:1 (1:1, 5:0, 1:0) B: Novák V.

2. kolo - sobota 21. ledna

HC Opočno - HC Dvůr Králové/Náchod II. 6:5 (4:1, 1:2, 1:2) B: Petr (Bartoň), Bury (Sedlák), Dvořák (Wolf), Vlkanova (Rubák), Kašpar (Steklík, Zajíček V.), Vlkanova (Petr)

DOROST – KRAJSKÁ LIGA

18. kolo - pátek 6. ledna

HC Jablonec - HC Opočno 8:7 (2:2, 3:5, 3:0) B: Doležal (Wolf), Suchánek (Hrudík), Wolf, Doležal (Trubač), Hrudík (Smola), Wolf, Hrudík (Wolf)

Dohrávka 12. kola - čtvrtek 12. ledna

HC Dvůr Králové/Náchod - HC Opočno 11:7 (2:1, 5:3, 4:3)

B: Steklík (Venc, Dvořák), Dvořák, Venc (Pohl), Venc, Wolf (Hanuš), Doležal (Hrudík), Trubač Doležal)

19. kolo - neděle 15. ledna

HC Opočno - HC Dvůr Králové/Náchod 8:6 (2:1, 4:3, 2:2) B: Doležal, Šanovec, Wolf (Novák M.), Doležal (Novák M.), Doležal (Dvořák, Wolf), Dvořák (Pohl), Smola (Hanuš), Novák

20. kolo - neděle 22. ledna

TJ Spartak Nové Město n. M. - HC Opočno 4:12 (2:3, 1:5, 1:4) B: Wolf (Doležal), Pohl (Wolf), Wolf (Doležal), Wolf (Doležal), Trubač (Novák), Wolf (Doležal), Suchánek (Smola, Macek), Novák M., Trubač, Wolf (Doležal, Trubač), Doležal (Wolf), Doležal (Wolf)

STARŠÍ ŽÁCI – KRAJSKÁ LIGA

1. kolo 2. části - sobota 17. prosince

HC Opočno - HC Poděbrady 7:4 (2:1, 3:0, 2:3) B: Krulich (Kopecký J.), Mervart, Umlauf (Franc), Krulich (Kopecký J.), Hrdlička, Hrdlička (Mervart, Umlauf), Hrdlička (Umlauf)

2. kolo - sobota 7. ledna ve Vrchlabí

HC Krkonoše - HC Opočno 3:5 (2:0, 0:2, 1:2) B: Kopecký Jakub (Krulich), Krulich, Hrdlička (Umlauf), Franc, Hrdlička (Felcman)

3. kolo - neděle 22. ledna

HC Opočno - SK Třebachovice 2:1 (1:1, 0:0, 1:0) B: Mervart, Umlauf



MLADŠÍ ŽÁCI – KRAJSKÁ LIGA

1. kolo 2. části - čtvrtek 5. ledna

HC Opočno - HC Poděbrady 9:7 (2:2, 5:1, 2:4) B: Stodůlka (Řehák, Seidel), Holeček, Stodůlka, Hrnčíř (Seidel), Arijčuk, Vašata (Hrudík), Holeček, Naisar (Volf), Naisar

2. kolo - sobota 7. ledna

HC Krkonoše - HC Opočno 5:3

3. kolo - sobota 14. ledna

HC Opočno - HC Lomnice 2:6 (1:3, 0:2, 0:1) B: Stodůlka (Seidel), Naisar

4. kolo - sobota 21. ledna

HC Náchod - HC Opočno 5:2 (3:1, 0:1, 2:0) B: Stodůlka, Naisar (Kašparová)

5. kolo - neděle 22. ledna

HC Opočno - SK Třeběchovice 3:6 (0:1, 1:3, 2:2)

PŘÍPRAVKA 2002 – KRAJSKÁ LIGA

18. prosince v Třeběchovicích

HC Krkonoše II. – HC Opočno 12:6 (4:1, 5:2, 3:3) B: Mňuk, Felcman M. (Mňuk), Volf (Felcman M.), Půlpán, Matějka (Mňuk, Pavlík), Volf
Opočno – Třeběchovice 5:10 (2:3, 0:4, 3:3) B: Paštika, Mňuk (Půlpán), Paštika (Volf), Felcman M. (Volf), Mňuk (Felcman M.)

2. část, ve které se hraje již na celé hřiště

8. ledna ve Vrchlabí

Krkonoše - Opočno 11:4 (4:0, 4:2, 3:2) B: Moravec, Volf (Křeček), Moravec (Kleštinec), Kleštinec

15. ledna v Opočně

HC Opočno - HC Náchod 9:2 (3:1, 4:1, 2:0) B: Volf, Felcman M. (Volf), Felcman M., Felcman M. (Paštika), Felcman M. (Volf), Volf, Mňuk (Holenda), Pavlík, Moravec

MINIHOKEJ 2003

sobota 7. ledna v Třeběchovicích

HC Opočno - HCM Jaroměř 4:11 (2:5, 1:2, 1:4) B: Moravec, Kleštinec, Kubala, Ehl**SK Třeběchovice p. O. - HC Opočno 7:13 (1:6, 1:6, 5:1) B:** Kleštinec 4, Moravec 3, Křeček 2, Jiruška, Kubala, Sedláček, Ehl

Svým brankářským křestem prvních mistrovských utkání si prošel Jakub Kubeš.

sobota 21. ledna v Novém Bydžově

HC Nová Paka/Jičín - HC Opočno 1:15 (0:7, 0:2, 1:6) B: Koudelka 4, Moravec 3, Kleštinec 2, Sedláček 2, Křeček 2, Ehl, Jirka V.**HC VCES Hradec Králové - HC Opočno 11:4 (1:4, 3:3, 0:4)****B:** Kleštinec, Moravec, Sedláček, Koudelka**HC Opočno - St. Nový Bydžov 5:3 (3:0, 2:1, 0:2) B:** Kleštinec 2, Moravec 2, Koudelka

MINIHOKEJ 2004

V sobotu 7. 1. 2012 sehráli naši nejmladší hokejisté přípravný zápas s týmem HCM Jaroměř.

HC Opočno - HCM Jaroměř 9:5 B: Kubíček 2, Sobotka, Hvězda 4, Krivčík, Paštika

Sestava: Krejzlová, Hvězda, Krivčík, Šanovec, Kahanec, Dvořák,

Havlíček, Paštika, Sobotka, Kubíček

V neděli 22. 1. 2012 čekala naše naděje mistrovská utkání s týmy HCM Jaroměř, HC Nová Paka/Jičín a HC Náchod.

HC Opočno - HCM Jaroměř 3:19 B: Kubíček, Krivčík, Šanovec**HC Opočno - HC Nová Paka/Jičín 1:4 B:** Šanovec**HC Opočno - HC Náchod 4:4 B:** Hvězda 2, Krivčík, Šanovec

V prvním zápase jsme se těžko vyrovnávali s tvrdou hrou soupeře a obdrželi jsme bohatou gólovou nadílku. Další zápasy již byly vyrovnané a škoda jen, že jsme nedokázali proměnit několik samostatných nájezdů.

Z důvodu omezeného prostoru v Opočenských novinách zveřejňuji pouze výsledky odehraných zápasů. Podrobnější informace včetně komentářů získáte na internetových stránkách www.hokej.opocno.cz

Miloš Kopecný

inzerce



Beauty Siluet

Dokonalá péče o Vaše tělo ...

Sleva 20% na veškerá ošetření

- Výrazná redukce celulity
- Odstranění tukových polštářků
- Modelace a zpevnění postavy
- Zpevnění pokožky celého těla
- Prevence otoků a křečových žil
- Detoxikace organismu
- Zlepšení metabolismu

100% natural

100% natural ošetření
Lipomasage, Kavítace,
Lymfodrenáž

Výhodné balíčky ošetření
Dárkové poukazy

Sleva je platná do 29.2.2012

Kostelní 4, Dobruška, tel.: 773 380 777
www.beauty-siluet.cz

Příští číslo vyjde 23. 2. 2012 — Uzávěrka 14. 2. 2012 v 15 hodin

Vydává Město Opočno. Zdarma. E-mail: opocenskenoviny@mu.opocno.cz, tel./fax: 494 668 338. Šéfredaktorka: Mgr. Jana Hrnčířová

Redakční rada: Ing. Markéta Fingrálová, Kateřina Francová, Bc. Dana Marková. Redakční rada neodpovídá za stylizaci příspěvků a za tiskové chyby.

Vyhrazuje si právo na krácení příspěvků. Za obsah článků plně zodpovídají jejich autoři a jejich názory nemusí vyjadřovat postoj redakční rady.

Nevyžádané rukopisy se nevracejí. Grafická osnova: atelier duplex s. r. o. Grafická úprava: Tiskové centrum města Opočno

Tisk: Rodomax s. r. o., Nové Město n. Metují.