

Vamberecký zpravodaj

12 | 2022 59. ročník

www.vamberk.cz

Milé čtenářky a čtenáři,

opět se schyluje ke konci roku. Pro každého z nás je to jiné, pro někoho poprvé, pro jiného třeba poosmdesáté. Čím jsme starší, tím častěji člověka napadá, že se blíží i konec našeho pozemského putování.

Ale advent je především dobou naděje a očekávání. Říká se, že nejvíc se na Vánoce těší malé děti. Pro nás dospělé jsou spíš důvodem ke stresu a prosincovým dostihům vrcholícím Štědrým večerem.

Nuže, vezme, že o Vánocích slavíme příchod Dítěte na náš svět. Tak, jak to předpověděli dávní proroci, narodí se v judském Betlémě, jeho matkou bude panenská dívka, narozený Ježíš bude Synem Nejvyššího. Nám, nám, narodil se, zpíváme ve známé koledě.

Pokud možno klidný advent a požehnané svátky vánoční!

Miroslav Berger

Vybíráme z obsahu...

- Volba prezidenta republiky str. 5



Z listopadových akcí v Městském klubu Sokolovna



Komedii Slepice na zádech s hvězdným obsazením, ve které ústřední roli sehráli manželé Tatiana a Vojtěch Dykovi, shlédli diváci v neděli třináctého. O několik dní později bavil diváky, opět ve vyprodaném sále, známí módní návrhář a bavič Osmany Laffita.

Zdeňka Freivaldová



Foto: Radoslav Vídeňský



Foto: Stanislav Zdílina



Ze zasedání Rady města

Rada města Vamberk se na svém

1. zasedání dne 26. října 2022 usnesla:

usnesení č. RM/1/1/2022

Schvaluje plnění usnesení z RM č. 110.

usnesení č. RM/1/2/2022

Schvaluje Organizační opatření k zabezpečení plnění usnesení Zastupitelstva města Vamberk č. 1 ze dne 19.10.2022.

usnesení č. RM/1/3/2022

Schvaluje Plán zasedání rady města a jednání zastupitelstva města v roce 2023.

usnesení č. RM/1/4/2022

Bere na vědomí výroční zprávu Základní školy Vamberk za školní rok 2021/2022.

usnesení č. RM/1/5/2022

Schvaluje zvýšení stravného ve školních jídelnách Mateřské školy Vamberk s platností od 01.01.2023 z důvodu nárůstu cen potravin a nutnosti dodržování výživových norem pro školní stravování dle přílohy.

usnesení č. RM/1/6/2022

Schvaluje uzavření darovací smlouvy na poskytnutí finančního daru ve výši 3.000 Kč paní Teréze Martinové, č. p. 305, 561 15 Sopotnice na úhradu provozních nákladů spojených s vystoupením skupiny GEMMA, které se uskuteční v neděli 08.01.2023 v kostele sv. Prokopa.

usnesení č. RM/1/7/2022

Schvaluje uzavření smlouvy o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene a dohodu o umístění stavby č. IV-12-2021541/VB/01 Vamberk, Peklo, p. č. 3570 – úprava nn, KNN, za účelem umístění nové kabelové přípojky pro pozemek parc. č. 3570 v k. ú. Peklo nad

Zdobnicí, v pozemcích p. č.14/2 a 796/1 v k. ú. Peklo nad Zdobnicí, ve vlastnictví města Vamberk, za jednorázovou náhradu za zřízení věcného břemene ve výši 2 000 Kč bez DPH.

usnesení č. RM/1/8/2022

Schvaluje umístění sídla spolku Divadelní spolek Zdobničan, z. s. na adrese Tyršova 18, Vamberk.

usnesení č. RM/1/9/2022

Schvaluje pověření Bc. Pavla Dlabky – člena rady města zastupováním zřizovatele v Radě Základní školy Vamberk.

usnesení č. RM/1/10/2022

Zřizuje jako svůj poradní orgán dopravní komisi, sportovní komisi a kulturní komisi a jmenovala jejich předsedy a uložila předsedům předložit návrh na členy jejich komisí – Zdeněk Vavroušek (dopravní komise), Ondřej Frejvald (sportovní komise) a Ing. Vladimír Sodomka (kulturní komise).

usnesení č. RM/1/11/2022

Bere na vědomí ukončení členství v Komisi pro umísťování uchazečů o byt v Domě zvláštního určení pana Rudolfa Futtera a schvaluje členství v téže komisi Mgr. Janu Rejzlovi.

Rada města Vamberk se na svém

2. zasedání dne 9. listopadu 2022 usnesla:

usnesení č. RM/2/1/2022

Schvaluje plnění usnesení z RM č. 1.

usnesení č. RM/2/2/2022

Schvaluje ve své kompetenci směrnici:

- a) OS04 - Dlouhodobý majetek a jeho evidence - vydání č. 5,
- b) OS20 - Zajištění finanční kontroly - vydání č. 5.

Termín: 10.11.2022

Zodpovídá: Eva Bezděková, Ing. Martina Jusková

usnesení č. RM/2/3/2022

Schvaluje pronájem bytu v budově Mateřské školy ve Vamberku, Tyršově ulici čp. 280, manželům xxxxxxxxxxxxxxxx od 01.01.2023 na dobu určitou 3 měsíce.

Termín: 31.12.2022

Zodpovídá: Ing. Eva Forejtková

usnesení č. RM/2/4/2022

Schvaluje uzavření kupních smluv na koupi děl, vítězů prací přehlídky X. Bienále české krajky 2022: a) „Křídla pro Evu“, prodávající Markéta Tallerová, nar. 31. 7. 1966, bytem V Rokli 3, 460 14 Liberec 17, za cenu 28.000 Kč, b) „Krajka a stín“, prodávající Dana Vařilová, nar. 1. 6. 1956, bytem Bukovec 36, 370 07 Kamenný Újezd, za cenu 30.000 Kč, c) „Varier – kolekce pánských čepic“, autor Nicolas Strnad, prodávající Vyšší odborná škola textilních řemesel a Střední umělecká škola textilních řemesel, IČO: 61387002, se sídlem U Půjčovny 9, 110 00 Praha 1, za cenu 15.000 Kč, d) „Není ryba jako ryba“, prodávající Radka Lhotáková, nar. 11. 12. 1966, bytem Borovanského 2381/22, 155 00 Praha 5, za cenu 10.000 Kč.

usnesení č. RM/2/5/2022

Bere na vědomí informaci o uzavření městského úřadu dne 18.11.2022.

usnesení č. RM/2/6/2022

Schvaluje uzavření darovací smlouvy se SH-ČMS Sboru dobrovolných hasičů Peklo nad Zdobnicí, Peklo 238, 516 01 Rychnov nad Kněžnou, IČO: 67439012 na poskytnutí finančního daru ve výši 3.000 Kč na pořádání akce

„Zvěřinové hody“, která se koná 12.11.2022.

usnesení č. RM/2/7/2022

Schvaluje Operační plán pro zimní údržbu místních komunikací a chodníků ve Vamberku v zimním období 2022-2023.

usnesení č. RM/2/8/2022

Schvaluje na uzavření smlouvy o zřízení veřejného místa zpětného odběru elektrozařízení se společností REMA systém, a.s., IČO: 64510263, se sídlem Budějovická 1667/64, 140 00 Praha 4.

usnesení č. RM/2/9/2022

Jmenovala na návrh předsedů členy komisí:

a) Komise dopravní – Bc. Pavel Dlabka, Mgr. Radek Freivald, Luděk Luňák, Josef Martinec.

b) Komise sportovní – Jan Podolka, Ing. Karla Pánková, Pavel Prachař, Libor Netopil, Jana Vrkoslavová, Kateřina Joachimsthalerová, Martin Klazar, Regina Pavelková, Tomáš Jedlinský, Bc. Pavel Dlabka.

usnesení č. RM/2/10/2022

Schvaluje podání žádosti o dotaci v rámci dotačního titulu Královéhradeckého kraje - oblast Regionální rozvoj 2023 do programu „Program obnovy místních částí obcí“.

usnesení č. RM/2/11/2022

Schvaluje podání žádosti o dotaci v rámci dotačního titulu Královéhradeckého kraje - oblast Regionální rozvoj 2023 do programu „Program obnovy místních částí obcí“.

Mgr. Jan Rejzl
starosta města

Ing. Aleš Fišer
místostarosta města

Zveme Vás na zasedání Zastupitelstva města Vamberk,

které se koná

**dne 7. prosince 2022
od 18:00 hodin**

ve velkém sále
Městského klubu
Sokolovna.



Tradiční trubení vánočních koled z balkónu radnice se koná 24. prosince ve 23:30 hodin.

Upozornění

Provoz radnice bude v době mezi Vánocemi a Novým rokem omezen. Podatelna bude otevřena ve středu 28.12. od 8:00 do 11:00 hodin. Pokladna bude naposledy otevřena ve čtvrtek 22.12. v době od 08:00 do 11:00 hodin a od 12:00 do 14:30 hodin.

Ing. Martina Jusková
tajemnice
městského úřadu



PŘÍSPĚVEK NA BYDLENÍ

Na co je příspěvek určen?

Dávka, která přispívá rodinám nebo jednotlivcům s nízkými příjmy na krytí nákladů na bydlení.

Kdo může žádat?

Vlastník, nájemce nebo podnájemce bytu, věcné břemeno užívání.

Jaké jsou podmínky nároku na příspěvek na bydlení?

Základní podmínkou jsou uhrazené náklady na bydlení v rozhodném období.

Kdy se žádá o příspěvek na bydlení?

Rozhodným obdobím pro příspěvek na bydlení je kalendářní čtvrtletí.

Kam se podává žádost o příspěvek na bydlení?

Žádost o příspěvek na bydlení se podává na určeném tiskopise na místně příslušném kontaktním pracovišti Úřadu práce ČR tj. pro občany Vamberka je to kontaktní pracoviště Úřadu práce ČR v Rychnově nad Kněžnou, který sídlí na Městském úřadě v Rychnově nad Kněžnou, Havlíčkova 136 (budova na pěší zóně, v přízemí vlevo).

Kde získám formulář žádosti o příspěvek na bydlení?

- Na kontaktním pracovišti Úřadu práce ČR – Úřad práce ČR v Rychnově nad Kněžnou, který sídlí na Městském úřadě v Rychnově nad Kněžnou, Havlíčkova 136.
- Ke stažení k dispozici na <https://www.mpsv.cz/-/zadost-o-prispevek-na-bydleni>, kde je k dispozici i elektronický formulář.
- U sociální pracovnice městského úřadu Ing. Šárky Vyskočilové, Městský úřad Vamberk, Husovo náměstí 1, 1. patro nebo u vedoucí Pečovatelské služby Lucie Grunclové, DiS.

Kdo pomůže s vyplněním žádosti?

Příspěvek vyplácí Úřad práce České republiky, ale s vyplněním žádosti Vám pomůže sociální pracovnice Městského úřadu Vamberk Ing. Šárka Vyskočilová, 1. patro Městského úřadu Vamberk, tel: 494 548 125, e-mail: vy-skocilova@vamberg.cz, vedoucí Pečovatelské služby a sociální pracovnice Lucie Grunclová, DiS., tel: 494 541 547, e-mail: pecovatelska.sluzba@vamberg.cz příp. jiný určený pracovník.



Vážení a milí spoluobčané,

dovolte mi, abych Vám jménem Města Vamberka popřál klidné prožití období Adventu, ten krásný čas roku, který můžeme vyplnit těšením se a očekáváním příchodu vánočních svátků. Čas, který můžeme věnovat našim dětem a našim nejbližším, v jejichž přítomnosti je nám dobře a na kterých nám záleží. Pochopitelně pokud nepodlehne shonu a předvánočnímu stresu, kterému, ruku na srdce, se nám stejně zcela vyhnout nepodaří. Přeji Vám, abyste závěr letošního roku, který byl mimořádně náročný a nepředvídatelný, který přinesl řadu zvratů a hrozeb, ale který také odhalil to dobré v nás a dal vyniknout vlně solidarity a pomoci, prožili ve zdraví a abychom do nového roku vstoupili s nadějí, že bude jen lépe.

Krásný Advent a prožití svátků vánočních Vám přeje

Mgr. Jan Rejzl, starosta

Provozní doba sběrného místa města Vamberk v ulici Jůnova:

od 01.03. do 30.11. kalendářního roku:

středa od 13:00 do 17:00 hodin, sobota od 8:00 do 12:00 hodin

od 01.12. do 28.02. kalendářního roku:

sobota od 8:00 do 12:00 hodin

Kontaktní osoba: Zdeněk Vavroušek, tel.: 605 458 723

Sběrné místo přijímá tyto druhy odpadů:

- Velkoobjemový odpad (např. starý nábytek, koberce, linolea, umyvadla, toalety, kuchyňské linky)
- Pneumatiky
- Kovy (např. zbytky kovů, kovové konstrukce, plechy, plechové obaly, plechovky od potravin všech druhů)
- Nebezpečný odpad (např. barvy, lepidla, rozpouštědla, oleje, pesticidy, léky, domácí chemikálie)
- Elektrozařízení
- Textil a oděvy (veškeré oděvy, bytový textil - záclony, závěsy, povlečení, potahy, ubrusy a deky zabalené v zavázaných (zauzlovaných) igelitových taškách, spárované (svázané) nositelné boty, hračky)
- Jedlé oleje (opotřebované kuchyňské oleje z domácnosti, slité do uzavíratelných nádob).

Podrobné informace o odpadech najdete na www.vamberg.cz v sekci Praktické informace - Jak nakládat s odpady

Místní poplatky

- za komunální odpad – II. splátka 30.09.2022

- ze psů – II. splátka 30.10.2022

Místní poplatky lze hradit:

1. Bankovním převodem na účet číslo 1240108349/0800 (při platbě uvádějte přidělený variabilní symbol – pokud)
2. Hotově nebo platební kartou v pokladně Městského úřadu Vamberk (přízemí)

Pondělí 8:00 – 11:00 12:00 – 17:00

Úterý 8:00 – 11:00 12:00 – 15:00

Středa 8:00 – 11:00 12:00 – 17:00

Čtvrtek 8:00 – 11:00 12:00 – 14:30

Pátek 8:00 – 11:00

Další informace k platbám resp. k místním poplatkům včetně poskytnutí variabilního symbolu Vám poskytnou referentky městského úřadu:

Irena Šponarová, tel: 494 548 137, e-mail: sponarova@vamberg.cz,

Alena Bartošová, tel: 494 548 123, e-mail: bartosova@vamberg.cz

ZUBNÍ POHOTOVOST

ordinační hodiny: sobota, neděle, svátek 8:00 – 12:00

datum	jméno lékaře	adresa ordinace	telefon
03. 12.	SJH Stomatologie, s.r.o. - MDDr. Handl Jindřich	U Stadionu 954, Rychnov nad Kněžnou, 516 01	604 878 560
04. 12.	SJH Stomatologie, s.r.o. - MDDr. Handl Kopalová Simona	U Stadionu 954, Rychnov nad Kněžnou, 516 01	604 878 560
10. 12.	FSmile, s.r.o. - MDDr. Hanzík Kevin	Tyršova 515, Opočno, 517 73	777 667 353
11. 12.	DekaDent, s.r.o. - MDDr. Havlíček Ondřej	Kvasiny 145, 517 02	771 155 445
17. 12.	DekaDent, s.r.o. - MDDr. Chládek Tomáš	Kvasiny 145, 517 02	771 155 445
18. 12.	MUDr. Hlavsová Lenka	Komenského 259, Kostelec nad Orlicí, 517 41	494 323 958
24. 12.	MUDr. Loukota Jan	Komenského 127, Opočno, 517 73	494 621 665
25. 12.	MUDr. Majer Rostislav	U Stadionu 1166, Rychnov nad Kněžnou, 516 01	608 382 500
26. 12.	Můj zubař, s.r.o. - MDDr. Matoušková Lucie	Kvasinská 129, Solnice, 517 01	602 152 873
31. 12.	Bahnik Dent, s.r.o. - MUDr. Miřejovská Dagmar	Třebízského 799, Kostelec nad Orlicí, 517 41	737 791 333
01. 01. 2023	MUDr. Malátková Ludmila	Jiráskova 1389, Rychnov nad Kněžnou, 516 01	494 515 696



VAMBEKON

Kalkulace předběžné ceny tepelné energie
rok 2022 2.051 Kč / GJ
rok 2023 1.654 Kč / GJ



Vamberecká voda

Kalkulace cen pro vodné a stočné
vodné rok 2022 38,28 Kč/m³
stočné rok 2022 39,82 Kč/m³
vodné rok 2023 43,06 Kč/m³
stočné rok 2023 44,74 Kč/m³



Volba prezidenta republiky 2023

Termín volby prezidenta České republiky byl vyhlášen předsedou Senátu Parlamentu České republiky na pátek 13. ledna 2023 (14:00 - 22:00 hod.) a na sobotu 14. ledna 2023 (8:00 - 14:00 hod.); případné II. kolo se uskuteční v pátek 27. ledna 2023 (14:00 - 22:00 hod.) a v sobotu 28. ledna 2023 (8:00 - 14:00 hod.).

SÍDLA VOLEBNÍCH OKRSKŮ VE VAMBERKU

Okrsek	Místo
1	Spolkový dům „Školka“, Merklovice 90
2	Základní škola Peklo, Peklo 77
3	Dům dětí a mládeže, Jugoslávská 751
4	MK Sokolovna – šatna, Tyršova 18
5	MK Sokolovna – malý sál (od sportovní haly, Tyršova 18)
6	Městský úřad, Husovo náměstí 1

KDO MŮŽE VOLIT

Právo volit na území České republiky má každý státní občan ČR, který alespoň druhý den voleb, tj. 14. 1. 2023, dosáhl věku nejméně 18 let.

Překážkami ve výkonu volebního práva je zákonem stanovené omezení osobní svobody z důvodu ochrany zdraví lidu (karanténa) a omezení svéprávnosti k výkonu volebního práva (musí být uvedeno ve výroku rozhodnutí soudu).

VOLBY V NEMOCNICI, ZDRAVOTNICKÝCH NEBO SOCIÁLNÍCH ZAŘÍZENÍCH

V nemocnici, porodnici, ústavu sociální péče nebo obdobném zdravotnickém zařízení může volič hlasovat mimo okrsek svého trvalého bydliště za splnění podmínek zákona č. 275/2012 Sb., o volbě prezidenta republiky a to:

- a) na základě zápisu do zvláštního seznamu voličů, který vede obecní úřad pro voliče, který není v jeho územním obvodu přihlášen k trvalému pobytu, popřípadě nemůže z důvodů, že je ve zdravotnickém zařízení, volit ve svém volebním okrsku, v jehož stálém seznamu je zapsán. Správa zdravotnického zařízení předá údaje voličů, k zápisu do zvláštního seznamu, obecnímu úřadu nejpozději 4 dny před volbami

(tj. 9. 1. 2023 do 14:00 hodin) a zároveň zašle potvrzení o zápisu voliče do tohoto seznamu obecnímu úřadu, kde je volič zapsán k trvalému pobytu.

- b) na základě voličského průkazu, vydaného obecním úřadem, kde má volič trvalý pobyt.

V obou případech samotné hlasování v uvedeném zdravotnickém zařízení zajistí okrsková volební komise, v jejímž obvodu se zařízení nachází. Okrsková volební komise vyšle 2 své členy, kteří po prokázání totožnosti (platným občanským průkazem nebo platným cestovním pasem) umožní voliči hlasovat prostřednictvím přenosné volební schránky.

VOLČSKÉ PRŮKAZY

Od vyhlášení voleb může volič, který nebude moci volit ve svém volebním okrsku, požádat o voličský průkaz resp. o voličské průkazy pro případné II. kolo volby.

Volč si může o voličský průkaz požádat osobně u obecního úřadu, který vede stálý seznam voličů, podle místa trvalého pobytu (dle údaje z občanského průkazu), nejpozději do středy 11.01.2023 do 16:00 hodin pro I. kolo volby nebo do středy 25.01.2023 pro případné II. kolo volby.

Žádost o vydání voličského průkazu (formulář ke stažení na webu

města www.vamberk.cz – sekce Občan a úřad - Volby) lze podat v listinné podobě opatřené úředně ověřeným podpisem voliče nebo v elektronické podobě zaslané prostřednictvím datové schránky (musí být datová schránka fyzické osoby - voliče), obě podání musí být doručena příslušnému úřadu nejpozději 7 dnů před dnem volby, tj. do pátku 06.01.2023 do 16:00 hodin. Pro případné II. kolo volby je lhůta pro podání v listinné podobě nebo prostřednictvím datové schránky voliče stanovena do pátku 20.01.2023 do 16:00 hodin. Za ověření podpisu na úřadech se správný poplatek nevybírá.

Volčský průkaz resp. volčské průkazy obecní úřad zašle na uvedenou adresu (doporučeně do vlastních rukou výhradně adresáta), případně může průkaz resp. průkazy převzít i osoba, která se prokáže plnou mocí s úředně ověřeným podpisem voliče žádajícího o vydání volčského průkazu resp. volčských průkazů (formulář ke stažení na webu města www.vamberk.cz – Občan a úřad - Volby).

VOLBY V ZAHRANIČÍ

Při volbě prezidenta republiky je možno hlasovat i v zahraničí na zastupitelských a konzulárních

úřadech České republiky (seznam naleznete na stránkách Ministerstva zahraničních věcí), s výjimkou konzulárních úřadů vedených honorárním konzulárním úředníkem. Podrobné informace k možnosti volit v zahraničí budou zveřejněny na webových stránkách ministerstva vnitra.

V případě, že je volč zapsán ve zvláštním seznamu na zastupitelském úřadě v zahraničí, kde se již nezdržuje, ale chce volit v místě trvalého pobytu v ČR, musí předložit potvrzení o vyškrtnutí z tohoto seznamu vedeného zastupitelským úřadem.

Aktuální informace a formuláře ke stažení jsou zveřejňovány na webu města www.vamberk.cz v sekci Občan a úřad - Volby příp. v sekci Úřední deska.

Osoba zodpovědná za organizaci a průběh konání voleb:

Ing. Martina Jusková,
tel: 605 006 265,
e-mail: juskova@vamberk.cz

Kontaktní osoba pro vydávání volčských průkazů:

Lenka Prokešová, tel: 494 548 124,
e-mail: prokesova@vamberk.cz

VOLBA DO PŘENOSNÉ HLASOVACÍ SCHRÁNKY:

Volč může požádat ze závažných, zejména zdravotních důvodů obecní úřad, aby mohl hlasovat mimo volební místnost, a to pouze v územním obvodu volebního okrsku, pro který byla okrsková volební komise zřízena. Požadavky na návštěvu s přenosnou volební schránkou můžete zasílat tajemnici městského úřadu na e-mail: juskova@vamberk.cz nebo na tel.: 494 548 112 nebo 605 006 265 (i ve dnech voleb) nebo paní Lence Prokešové na e-mail: prokesova@vamberk.cz nebo na tel.: 494 548 124 (jméno, příjmení volčce, adresa trvalého pobytu, tel. kontakt na volčce).



Dokážeme poradit každému
Pf 2023

STAMONT
STAVEBNINY



Z pokladů starých fotografií

Prostranství mezi školou a kostelem. Vzniklo na začátku 20. století po-
stavením nové školní budovy. Při desátém výročí vzniku Československa
byl v jeho středu vztyčen pomník padlým. Před přístavbou vstupního
prostoru školy v polovině 80. let byl pomník přemístěn na současné,
méně exponované místo.

Miroslav Berger
Spolek přátel historie Vamberka
Fotografie ve správě MGOH Rychnov nad Kněžnou



Časosběr vamberckými ulicemi

I na malém městě měli lidé potřebu rozlišit, kdo kde bydlí, kterým směrem z náměstí se jde tam nebo onam. Již dávno před oficiálním pojmenováním měly frekventované ulice svoje pojmenování (Žamberecká, Potštýnská, Pekelská).

S rozvojem městečka a přibývajícím počtem obyvatel tato potřeba narůstala. Se středem města to bylo celkem jednoduché, šlo se do rynku, později náměstí. Až roku 1925 dostalo název Husovo náměstí, hornímu se od té doby říká oficiálně Lützowovo. Ulice od náměstí k mostu dostala v roce 1931 název Dr. Miroslava Tyrše.

Jak politické změny zasahují do uličního názvosloví, vidíme i ve Vamberku. Husovo náměstí bylo během druhé světové války nazýváno německy Viktoria Platz. V poválečné euforii dostala centrální plocha našeho města pojmenování Náměstí maršála Stalina. Od roku 1949 nese opět název Husovo. Stalinovo jméno naopak získalo dosavadní Náměstí dr. Lützowa. V roce 1961 byl ploše navrácen původní název Horní náměstí. Od roku 1992 nese opět oficiální název Náměstí dr. Lützowa.

Dnešní Žamberecké ulici se ještě na začátku 20. století neoficiálně říkalo Hrnčířská. Roku 1934 dostala název Ulice presidenta T.G. Masaryka. Od roku 1950 byl její název změněn na Žambereckou. O pět let později došlo k další změně, nový název ulice byl Třída Rudé armády.

K Potštýjnu vedla ulice Potštýnská, k Peklu Pekelská, dolů k řece se chodilo Farskou, na nábřeží se říkalo V nových domech. Stejně jako dnes lidé žili na Drahách, zanikla však Obora. Dnes v těchto místech najdeme správní budovu firmy ESAB a Tiskárnu Horáček.

K nové vlně pojmenování došlo v našem městě v roce 1950,

kdy získaly názvy ulice Kollárova, Hlavsova, Palackého, Fügnerova, Dvorec, Obora, Žižkova, Gottwaldova, Komenského, Janáčkova a Fibichova (od kamenného mostu k Doudlebám). Dosavadní Benešova dostala dřívější pojmenování Pekelská.

I okupace v roce 1968 se projevila ve změně názvů ulic, i když jen na krátkou dobu, než zvítězila tzv. normalizace. Třída Rudé armády se přejmenovala na Žambereckou, Polská na Pod Vyhliškou a Bulharská na Wolkerovu.

K poslední větší změně v názvosloví vamberckých ulic došlo na jaře 1991. Ulice 7. listopadu se vrátila k historickému názvu Pekelská. Třída Rudé armády dostala (pokolikáté už?) pojmenování Žamberecká a Gottwaldova je od té doby Vilímkova.

Pozemek rodiny Bednářovy naproti nádraží, který byl rodině znárodněn, byl roku 1949 pojmenován Sady 9. května. Neoficiálně se mu však říkalo Dolní park. Od roku 2019 nese název Bednářovy sady jako připomínka významného vamberckého rodu. V tomto roce dostaly název i (staro)nové ulice Magdaleny Grambové, Koukolova a Matěje Kopeckého. Věřme, že nebudeme muset přejmenovávat ulice, bývá to znakem neblahých poměrů.

Miroslav Berger
Spolek přátel historie
Vamberka
Fotografie z archivu
Milana Sedláčka

Pouť na Jasnou Horu

Cílem naší letošní farní pouti se stalo nejvýznamnější mariánské poutní místo v Polsku, Jasná Hora u Čenstochové. Zvolena byla jedna červnová sobota. Měli jsme v plánu cestovat do Mohelnice a dále po dálnici přes Olomouc a Ostravu až na místo. Leč dva dny před odjezdem přišel telefonát od dopravce, že autobus po dálnici nemůže jet! Bylo potřeba dát vědět všem, kdo měli přistoupit v Potštýně, Libchavách, Ústí nad Orlicí... Vše se podařilo zdárně vyřešit a o páté hodině ranní jsme vyjeli z vamberckého náměstí. Trasa byla zvolena přes Náchod, Kladsko a Opolí. Podle domluvy jsme se měli hlásit u infocentra na Jasně Hoře v 10.45. A opravdu jsme tam v tu dobu byli (i když v to někteří cestou příliš nevěřili). Překvapilo nás už veliké parkoviště vedle areálu kláštera zaplněné stovkami aut a desítkami autobusů. Z Česka jsme ten den byli zřejmě jediní. V centru kláštera byl veliký mumraj, stovky a tisíce poutníků. Obdrželi jsme naslouchátku, abychom slyšeli výklad našeho průvodce. Prohlédli jsme si baziliku Svatého Kříže a Narození Matky Boží z přelomu 17. a 18. století, která náleží k nejhodnotnější barokní architektuře v Polsku. Dále nám průvodce ukázal rytířský sál s obrazy z historie kláštera, klenotnici s množstvím zlatých a stříbrných předmětů a votivních darů, Muzeum šestistého výročí s artefakty vytvořenými v nacistických koncentračních táborech. Křížová cesta zvnějšku lemující hradby je dílem architekta z počátku 20. století.

Jasná Hora je hlavním poutním místem polského národa, které ročně navštíví miliony poutníků. Mnozí z nich připutují pěšky z různých koutů země. Klášter na Jasně

Hoře založený v roce 1382 ukrývá v kapli Matky Boží obraz Černé Madony Čenstochovské, opředěný mnoha zázraky a uzdraveními. Čenstochovská Panna Maria není jen symbolem náboženským, ale také národním, symbolem nezávislosti Polska. Pro nás Čechy je to nesnadné k pochopení. Sepětí polské katolické církve s národem a dějinami je na naše poměry těžko přenosné. Částečně je lze přirovnat k tomu, jak mnozí z nás vidí husitské hnutí. A víte, že husitští válečníci se doslova podepsali na obraze Černé Madony? Dějiny kláštera popisují dramatickou situaci z 15. století takto: O Velikonocích 14. dubna 1430 vtrhla do kláštera banda loupežníků z Čech, Moravy a Slezska. Bandité se vloupali do kaple Matky Boží, z oltáře strhli svatý obraz, oloupili jej o jeho cenné části a tvář Madony posekali šavlemi. Deska se při pádu na dlažbu rozlomila na tři části. Obraz byl poté restaurován na dvoře polského krále Vladislava Jagelonského v Krakově.

V kapli Matky Boží před milostným obrazem sloužil náš pan farář mši svatou. Seděli jsme v bezprostřední blízkosti přímo před oltářem. Další stovky poutníků stály v prostoru za námi. Zde jsme mohli předložit své prosby a poděkování. Člověk má být vděčný. Odpolední čas trávil každý podle svého gusta. V blízkosti areálu je hodně možností k občerstvení, nákupu dárků a památek. Někdo si v klidu prošel celý komplex budov a nádvorí.

Na zpáteční cestu jsme se vydali před 18. hodinou. Čekalo nás 5,5 hodiny jízdy po stejné trase jako ráno. Přijeli jsme domů unavení, ale spokojeni.

Miroslav Berger





Základní škola Vamberk



Laskavost plodí laskavost

Světový den laskavosti spadá na 13. listopadu. V rámci společenskovo-educativního semináře se i 8. třídy rozhodly udělat dobrý skutek ve svém okolí a zapojily se tak do projektu LAS- KAVEC. Vymyslely PÁRTY PŘESTÁV- KU pro 2. stupeň, která proběhla 15. 11. v učebně výtvarné výchovy

a na chodbě školy. Žáčky osmých tříd napakly sušenky, muffiny a další pochutiny. Akce se povedla a měla příjemnou atmosféru. Na fotografii vidíte organizační tým. Pro více fotografií zavítejte na náš facebookový profil. #jsemlaskavec

Alena Svačinková

Zdražení obědů kompenzuje dětem Město Vamberk

Společnost GTH zařízení školního stravování, spol. s r.o., provozující školní jídelnu při Základní škole Vamberk, byla kvůli vzrůstajícím nákladům od 1. 11. 2022 nucena zvýšit cenu obědů. Město Vamberk aktuálně přispívá všem žákům naší školy částkou 21 Kč na jeden oběd, za což mu patří velký dík.

Mgr. Jitka Rykalová

Dravci v akci

Ke konci měsíce října se naši žáci zúčastnili na fotbalovém hřišti programu sokolníků společnosti na ochranu dravých ptáků Zayferus. Společnost Zayferus vlastní největší sbírku dravců a sov v České republice. Žáci měli možnost zblízka si prohlédnout např. poštolku, káně, karančo, sokola,

orla, raroha a další dravce. Někteří z nich viděli v akci za letu, dále také jak tyto dravci loví, dozvěděli se i mnoho dalších zajímavostí. Soutěžili o krásný nástěnný kalendář, pexeso s dravci a jiné odměny. Přestože byl již podzim, počasí nám přálo a celá akce se vydařila.

Jitka Chárová



Návštěva Městského úřadu Vamberk

Dne 4. 11. 2022 jsme se se třídou zúčastnili exkurze na radnici.

Hned u vchodu se nás ujala milá pracovnice úřadu paní Alena Bartošová, která nás následně provázela celou radnicí. Byli jsme se podívat na půdě radnice, odkud byl nádherný výhled na školu a kostel sv. Prokopa. Poté jsme se podívali i na staré hodiny, které bohužel nefungují. Dále jsme byli na různých „odděleních“ radnice. Navštívili jsme také pana starostu, který nám řekl o historii radnice třeba to, že kancelář starosty bývala obřadní síň. A že radnice letos oslavila 140 let. Naše třídní učitelka (paní učitelka Svačinková) dostala i dárek.

Na chodbě jsme viděli dvě sochy - sochu inteligence a sochu Komenského. Pak jsme se přesunuli na oddělení Městské policie, kde nám ukázali zbraně a řekli rozsáhlé informace o své činnosti. Ukázali nám kamerový systém, kde jsme zjistili, že nás vidí prakticky na každém kroku. Následně jsme byli v současné obřadní síni, kde se nás ujala paní matrikářka Lenka Prokešová řekla rozsáhlé informace o matričních knihách a o své práci. Nakonec jsme dostali bonbonky a sluchátka/klíčenky s nápisem města Vamberk. Exkurze byla zajímavá a naučná jsem ráda, že jsem se jí mohla zúčastnit. Děkuji.

Natálie Šubrtová 9.B



Návštěva Městské knihovny Vamberk

Žáci 3. A a 3. B si zahráli na spisovatele. Paní knihovnice jim přečetla úvodní část knihy. Poté se děti rozdělily do několika skupin, vžily se do role spisovatelů a příběh pak podle své fantazie dopsaly a dovyprávěly. Vznikly povídky, ve kterých se prolínaly různé žán-

ry počínaje detektivním příběhem až po sci-fi. Pokud se děti chtějí dozvědět, jak příběh v knize skutečně dopadl, nezbývá než dojít do městské knihovny, knihu si vypůjčit a dočíst.

**Mgr. Jitka Rykalová
a Mgr. Eva Katzerová**





Základní umělecká škola F. I. Tůmy Kostelec nad Orlicí, pobočka Vamberk



Marná opatrnost ve Státní opeře v Praze

Dne 23. 10. se vydal taneční obor ZUŠ Kostelec nad Orlicí na baletní vystoupení Marná opatrnost do Státní opery v Praze. Marná opatrnost je nejstarší klasický balet, který se na scéně udržel až dodnes. Autobus, který nás do Prahy a zpět

vezl, byl velmi pohodlný a dlouhé chvíle bez wifi jsme si krátili zpěvem a tichou poštou od nejstarších žáků. Přes Václavské náměstí jsme se prošli až ke Státní opeře, která nás překvapila moderním vybavením, tablety s informacemi u ka-

ždého místa. Jediný problém byl, že ty nejmladší baletky, přes ně moc neviděly. Celé vystoupení bylo povedené. Jako nejlepší ale vyhodnocujeme živého poníka na jevišti, kohouta se slepicemi a dřevákový tanec. Cestou zpět jsme byly potě-

šeny zastávkou v McDonald's. Celý zájezd se moc vydařil, počasí bylo neuvěřitelně krásné a jídlo na cestu zpět už bylo jen pouhou třešničkou na dortu.

žákyně tanečního oboru
Janča Tillová



Festival F. I. Tůmy - na koncertu Hradecké filharmonie u sv. Jiří

Dne 18. 9. 2022 se v kostele sv. Jiří v Kostelci n. Orl. konal koncert Hradecké filharmonie. Tento koncert se každoročně koná v kostele sv. Jiří a je součástí Hudebního festivalu F. I. Tůmy. Tohoto koncertu se zúčastnili, za doprovodu svých vyučujících I. Kožůškové, J. Čechové a T. Peškové., žáci ze smyčcového a klavírního oddělení. Naši žáci tak měli možnost vidět a slyšet velký symfonický orchestr se sólistkou - flétnistkou Janou Semerádovou a po konci koncertu se s ní i vyfotit. Jsme rádi, že se žáci ZUŠ F. I. Tůmy mohli zúčastnit tohoto koncertu a kromě krásného zážitku si i rozšířili svůj hudební rozhled. **I. Kožůšková**

POZVÁNÍ NA AKCE ZUŠ PROSINEC 2022

2. 12. 2022 v 17:30 hodin

KONCERT ŽÁKŮ ZUŠ, koncertní sál ZUŠ 1. patro

7. 12. 2022 v 18 hodin

Česko zpívá koledy akce města Kostelec n. Orl.

12. 12. 2022

KONCERT ŽÁKŮ ZUŠ, koncertní sál ZUŠ 1. patro

15. 12. 2022 v 17:30 hodin

Vánoční koncert v kostelíku J. A. Komenského

6. 1. 2023 v 18 hodin

Kouzlo zimy a Tři králové – Sk Rabštejn, představení tanečního a hudebního oboru

16.1.2023 v 17:30 hodin

Koncert žáků ZUŠ - pobočka Vamberk – Sokolovna Vamberk

Rezervace místenek v SK Rabštejn od 1. 12. 2022 nebo online na www.skrabstejn.cz.

Základní umělecká škola F. I. Tůmy Kostelec nad Orlicí, pobočka Vamberk

Koncert laureátů Kocianovy a Heranovy soutěže

Dne 15. října 2022 se na Novém zámku v zrcadlovém sále v Kostelci nad Orlicí, již tradičně konal koncert českých vítězů Kocianovy houslové a Heranovy violoncellové soutěže. Koncertu se zúčastnili žáci smyčcového oddělení a výtvarného oddělení, pod vedením paní učitelky I. Kožuškové a H. Sedlákové.

Již zmiňované Mezinárodní Kocianovy houslové soutěže a mezinárodní Heranovy violoncellové soutěže se účastní houslisté a violoncellisté ve věku do šestnácti let. Naši žáci tak měli možnost vidět a slyšet české vítěze budoucí umělce a špičky ve svém oboru. Tohoto koncertu se zúčastnil vynikající houslista, patron a současně i nový předseda Kocianovy houslové soutěže pan Pavel Šporcl, který s účinkujícími přednesl poslední dvě skladby koncertu. Koncert byl pro naše děti velkým hudebním zážitkem. Všichni měli velkou radost, že se mohou s p. Šporcem na památku vyfotit, popř. získat i podpis do deníčku. Vstupné bylo dětem částečně hrazeno Klubu rodičů při ZUŠ.

ZUŠ Kostelec nad Orlicí



Podzimní prázdniny v DDM

Zrekonstruovaný dům dětí a mládeže ve Vamberku nezahálí. Během podzimních prázdnin, 26. – 27. 10. 2022 probíhala první „Přespávačka“. Celkem se jí zúčastnilo 30 žáků. Program byl pečlivě naplánovaný.

Ve středu jsme jeli do Rychnova nad Kněžnou na zámeckou prohlídku. Po návratu jsme ovšem neleželi a hned přišlo na řadu malování dřevěných krabiček na domácí poklady. Po výtvarné chvíli jsme šli opět ven. Na hřišti

v Merklovicích se hrály hry v odílech. Nesměla ovšem chybět ani oblíbená vybíjená. Dále byla v programu naplánovaná i tajná návštěva. Ze ZKO Vamberk přišla paní Rozumová se štěnětem, se kterým si mohli žáci pohrát na za-

hradě DDM. Večer se zakončil hádáním písní z oblíbených pohádek a filmů. Druhý den ráno jsme hned vyběhli ven a po skupinkách se chodil postřehový závod po Vamberku. Celé prázdniny, byly ve znamení her!

DDM Vamberk





Ze života mateřské školy „Sluníčko“

*„Listopad, listopad,
lístek mi na dlaň spad.“*

Přišel další měsíc a s ním i další vyprávění našich zážitků ze sluníčkové školky. Nejmladší děti ze třídy Světlušek si povídaly o ročních obdobích a jejich znacích. K podzimu však neodmyslitelně patří dýňové tvoření, a proto si společnými silami vydlabaly dýni. Dále se také naučily básničku Deštové kapičky a zkusily si několik pokusů s vodou. Dýním, ale také kukuřicí, bramborám a jablíčkům se věnovaly děti ze třídy Motýlků. Loupaly zrníčka z kukuřičného klasu, zdolávaly překážkovou dráhu s jablíčkem, přebíraly dýňová semínka pomocí pinzet nebo tvořily s bramborovými tiskátky. Nebyl opomenut ani svátek sv. Martina, kdy děti stavěly ohrádky pro koně a husy nebo vyrobily krásné podkovy. Berušky podzimní dny věnovaly drakům, ne však pohádkovým, ale těm papírovým. Jejich tvar skládaly pomocí kaštanů. Prozkoumaly také jeden ze žvlů, který neodmyslitelně patří k létajícím drakům – vítr. Pomocí svého dechu a barev ho ztvárnily v centru ateliér. Včeličky se zaměřily na téma lidského těla a zdraví. V centru dramatika si vy-

tvořily lékařskou ordinaci, kterou vybavily i vším potřebným jako např. rentgenovými obrázky, stetoskopem nebo léky pro pacienty. Dozvěděly se, k čemu slouží některé vnitřní orgány, které následně ztvárnily. Mozek vytvořily pomocí těstovin nebo plíce pomocí zatloučených pěnových polštářků. Společně také vystříhly a poskládaly celou lidskou kostru a své tělo procvičily s různými pohybovými básničkami.

2. 11. se třídy Berušek, Včeliček i Motýlků zúčastnily divadla Kosí bratři v Městském klubu Sokolovna. O týden později 10. 11. se v naší školce konalo vánoční focení. Spojení tematického pozadí, slavnostního oblečení, dětských úsměvů a profesionálního přístupu pana fotografa vyvolalo krásnou atmosféru adventního času, který se neodmyslitelně blíží. Tato příjemná nálada byla podpořena také při vánočním tvoření z keramiky v sousedním Domu dětí a mládeže. Zde si všechny děti vytvořily malé dárečky pro své blízké. Ale psst! Více už neprozradíme. Všem našim čtenářům přejeme příjemné dny.

Kolektiv MŠ Sluníčko





Ze života mateřské školy „Vodníček“

*Vánoce, Vánoce, nejkrásnější,
s tátou a maminkou nejmilejší.
Stromek se rozzáří,
a každý ve tváři,
má přání nejtajnější...*

...zpívá se v písničce, kterou jste od nás mohli zaslechnout při vystoupení na Předvánočním jarmarku nebo při Rozsvícení vánočního stromu. Nastal čas plný očekávání na vánoční svátky a to hlavně v očích dětí. Vánoce se kvapem blíží, uběhl další měsíc a rádi bychom Vám nastínil, co se u nás událo i co nás čeká v následujících dnech.

Začátkem listopadu se třída Šnečků zaměřila na náš školní ekologický projekt, kdy děti s třídním maskotem medvídkem Vildou poznávaly koloběh vody, její skupenství a důležitost na Zemi. Při této příležitosti si vyzkoušely mnoho pokusů s vodou. Děti ze třídy Rybiček také pracovaly s vodou, a to v Barevném týdnu, kdy děti experimentovaly s vodou a barvivem, barvily vodu, pozorovaly vzniklé odstíny a zjišťovaly, jaké odstíny lze namíchat z různých jiných barev. V tomto týdnu byl každý den pojmenovaný jinou barvou, do které všichni děti i paní učitelky ladily své oble-

čení. Za spolupráci moc děkujeme rodičům. Třída Žabiček už ví, jaké u nás rostou listnaté a jehličnaté stromy a poznají jejich listy a plody. S listy si děti užily plno zábavy, a to například při dechovém cvičení a foukáním do listů, při tvoření frotáže nebo při úklidu listů na zahradě. Také se děti seznámily s tradicí svatého Martina a koncem měsíce přivítaly nové občánky Vamberka krátkým vystoupením.

V prosinci se zúčastníme divadla v Městském klubu Sokolovna s názvem Pohádky na Vánoce. Již tradičně nás navštíví svatá Barborka, Mikuláš se svou družinou i nejví-

očekávaný Ježíšek. Těsně před začátkem vánočních prázdnin nás čeká ještě divadlo přímo v MŠ.

Začínají nejkrásnější svátky v roce, kterých se nemohou dočkat děti i dospělí. Všichni se těší na pohádkové chvíle štěstí, splněná přání, milá setkání, kdy se celá rodina sejde u štedrovecerního stolu a vánočního stromku nebo někteří doufají v trochu vytouženého klidu a pohody. Přejeme všem, aby tyto vzácné okamžiky v nás nevyprchaly, ale vydržely nám nejen na Vánoce, ale i po celý rok. Mnoho zdraví, štěstí, lásky a spokojenosti v roce 2023 přeje

Kolektiv MŠ Vodníček





MC VAMBERCKÝ DRÁČEK z.s.

Milé maminky, v prosinci nás v Dráčku čekají pravidelné herničky a hrátky s písničkou. Dále nás čeká beseda s Mgr. Martinem Vlasákem, návštěva Mikuláše, přednáška MUDr. Libora Janečka a také nás přijde navštívit Ježíšek. Všichni jste srdečně zváni.

KDE NÁS NAJDETE?

Mateřské centrum Dráček provozuje herničku v budově Krajkářské školy (Tyršova 25) v přízemí. Z důvodu malého prostoru v naší herně je nutné si místo rezervovat. Rádi bychom Vás tam měly všechny najednou a všechny děti pohromadě, ale není to možné. Menším počtem maminek zajistíme dětem možnost si trochu pohrát. Děkujeme za pochopení.

PRAVIDELNÉ AKCE:

Herničky máme otevřené vždy ve středu a pátek 8:00-11:00 hod. Vstupné je 20 Kč. Je nutné se rezervovat, počet míst máme omezený. V rámci možností budeme herničku otevírat vícekrát za měsíc. Případné otevření herničky bude vždy zveřejněno. Hrátky s písničkou jsou každé pondělí 8:30-9:30 hod.

DOPROVODNÉ AKCE:

● 06.12.2022 v 16:00 hodin - beseda s Mgr. Martinem Vlasákem

na téma „Zralost dítěte pro předškolní zařízení“ – Jste srdečně zváni na interaktivní besedu. Vstupné zdarma. Rezervace nutná.

● 07.12.2022 v 10:00 hodin - mikulášská nadílka - zveme Vás na mikulášskou nadílku k nám do herničky. Těšit se můžete na Mikuláše a anděla, čert zůstane v pekle. Vstupné 20,- Kč. Rezervace nutná.

● 15.12.2022 v 16:00 hodin - přednáška MUDr. Libora Janečka na téma „První pomoc při úraze“ - Jste všichni srdečně zváni. Vstupné 40,- Kč. Rezervace nutná.

● 21.12.2022 v 10:00 hodin - Ježíšek - zveme Vás na Vánoce u nás v Dráčku. Přijďte si užít vánoční atmosféru u stromčku. Vstupné zdarma. Rezervace nutná.

PODĚKOVÁNÍ

Chtěly bychom moc poděkovat našim sponzorům. Město Vamberk nám poskytuje zázemí pro naše mateřské centrum a díky jeho dotacím jsme byly schopné zaplatit běžný provoz herny, který zahrnuje pojistné, bankovní a jiné poplatky, obnovu hraček, kancelářské potřeby, dezinfekční pomůcky a jiné věci, které jsou pro naše mateřské centrum velice potřebné.



Srdečně Vás zveme na odbornou, interaktivní besedu na téma

Zralost dítěte pro předškolní zařízení

Termín: úterý 6. prosince od 16.00h
Místo: v prostorách Krajkářské školy, Tyršova 25, Vamberk

Kdy je dítě zralé pro umístění do institucionálního zařízení? Co s tím má dělat teorie pevná vazby, tzv. attachmentu? Jaké jsou přínosy a limity institucionální výchovy předškolních dětí? Kolik času denně by dítě v mělo trávit v MŠ? A co jesle pro nejmenší?

Tématem Vás provede rodinný poradce a lektor
Mgr. Martin Vlasák, otec čtyř dětí.

Vstup zdarma.



VESELÉ VÁNOCE A ŠTASTNÝ NOVÝ ROK

Rok se s rokem sešel a my bychom za kolektiv vamberckého Dráčku chtěli poděkovat městu Vamberk, štedrým sponzorům, našim rodinám a především Vám, milé maminky, za krásně strávený rok s Vámi. Přijeme s radostí a štěstím, jak v profesním, tak osobním životě.

Děkujeme za přízeň a sejdem se opět v novém roce.

Kolektiv maminek z MC Dráček

Děkujeme též ostatním sponzorům a to Obchodnímu družstvu Konzum Ústí nad Orlicí, které nám pomohlo zaplatit ponk s náradím pro děti. Dále bychom chtěly poděkovat panu Horáčkovi, který je našim sponzorem pro tisk letáček, vstupenek a všeho potřebného pro chod mateřského centra. Děkujeme velice i SDH Merklovice za pomoc se zajišťováním akcí pro děti. V neposlední řadě chceme poděkovat i maminkám, které naše mateřské centrum navštěvují a tím i podporují. Moc děkujeme a Vaši pomoci si velice vážíme.

Všechny informace budou vyvěšeny a potvrzeny na stránkách www.mcdracek.webnode.cz či na facebooku (MC Dráček Vamberk). Dále se prezentujeme na nástěnkách u školy, ve školkách a naproti drogerii Teta. Zodpovězení dotazu je možné na tel. čísle 605 451 810, nebo na emailu: mcdracekvamberk@gmail.com.

Mateřské centrum Dráček si vyhrazuje právo upravit podle potřeby náplň akcí. Aktuální informace sledujte na FB, či webových stránkách.

Kolektiv maminek
MC Dráček

MAMINKY
MC VAMBERCKÝ
DRÁČEK

MIKULÁŠ V DRÁČKU

7.12.2022

Zveme Vás na mikulášskou nadílku v naší herničce. Přijďte se na Vás podívat Mikuláš s Andělem. Čert zůstane v pekle, protože máme pouze hodné děti. Děti, které hezky zapovírají a řeknou nějakou krátkou písničku dostanou odměnu.

Kde: MC Dráček (Krajkářská škola)
V době: 10:00 hod.
Vstupné: 20 Kč

Pro maminky a děti

Přednáška

15.12.2022

První pomoc
Prevence
Rehabilitace

Přednáší: MUDr. Libor Janeček, primář dětského chirurgického odd., Oblastní nemocnice Hradec Králové

Milé maminky, přivítáme Vás u nás v přednášce od MUDr. Libora Janečka, kde se dozvíme, jak jsou nebezpečné úrazy u dětí, jak málokdy tak velkých, jak poskytnout první pomoc a vyšetřit dítě, jak následně pečovat o malého pacienta.

Perad Vánoce, co je třeba mít doma nebo u sebe při návštěvě, když se najednou někdo zraní a myslíte, že to není nic, ale správně dítě sledovat.

Kde: MC Dráček (Krajkářská škola)
V době: od 16:00
Vstupné: 40,-

Rezervace: MC Dráček: mcdracekvamberk@gmail.com

Pro maminky a děti

VÁNOCE V DRÁČKU

21.12.2022

Přijďte si k nám se svojí dítěti užít předvánoční atmosféru u stromčku v Dráčku.

Těš se na Váš maminky z MC Dráček

REZERVACE NUTNÁ!

Kde: MC Dráček (Krajkářská škola)
V době: 10:00 hod. přijde Ježíšek
Vstupné: ZDARMA

Pro maminky a děti



Městská knihovna

**Voříškova 84, Telefon: 494 541 437, e-mail: knihovna@vamperk.cz
www.knihovna-vamperk.cz**

Milí čtenáři a příznivci knihovny, listopad byl v knihovně opět velmi živým měsícem. Výstava pana Josefa Kejvala - malíře z našeho regionu - přilákala nejen zájemce z řad veřejnosti, ale také všechny třídy 2. stupně ZŠ Vamberk. Žáci měli za úkol vyplnit donesené pracovní listy s nápaditou tajenkou. Díky tomu se dozvěděli více informací o osobnosti umělce i jeho cestě k malování. Uvidíme, zda budou jejich další práce ovlivněné touto výstavou.

A ZŠ Vamberk v knihovně podruhé - i žáci prvního stupně měli možnost k nám přijít. Pro třetáky jsme si připravili náročnou aktivitu, při které si vyzkoušeli, jaké to je být asi spisovatelem. Vymýšleli pokračování dobrodružného, tajemného příběhu. Některým pod rukama vznikala detektivka, jiným fantasy příběh a nebo dokonce horor.

S dětmi z páté třídy jsme zažili moc příjemné dopoledne. V první části programu jsme se snažili zařadit naši knihovnu do historického kontextu. Knihovna má bezmála 170 let a to už je opravdu o čem vyprávět. Nad historickými obrázky padaly velmi zajímavé otázky: Jak vypadal asi rodinný portrét v roce 1857? Měli ve škole rákosku? Kolik knížek bylo v knihovně před 100 lety? Co všechno dělá knihovnice? Doufám, že jsme na všechny otázky uspokojivě odpověděli. Další povídání bylo nad knížkami v vesmíru a také o tajných místech v budově knihovny ;)

Předvánoční jarmark

Kdo se nechal lákat příjemným slunečným počasím v sobotu 19. 11. do ulic města, udělal dobře. Muzeum krajky Vamberk s naší menší spoluúčastí pořádalo Předvánoční jarmark. Všichni vystavující/prodávající nabídli spoustu krásných výrobků. V knihovně byly například perníčky, keramika, bylinné sirupy, svíčky, výrobky ze lnu, hedvábí, krajky a další. Třešničkou na dortu bylo účinkování Cimbálové muziky Friška z Kyjova, která neplánovaně zahrála i v menším prostoru knihovny pro radost přítomným. Doufáme, že se nám v prostoru knihovny podařilo vykouzlit tu správnou adventní atmosféru a děkujeme za možnost podpořit tuto akci.



Vánoční nabídka nových knih – prosinec 2022

BELETRIE

● COBEN, Harlan:

Říkejte mi Win

Zkušený americký autor uvádí na scénu svéráznou postavu detektiva, kterému se říká Win.

● HARASIMOVÁ, Markéta:

Slovo proti slovu

Psychologický román, v němž znásilněná žena bojuje o spravedlnost a potrestání násilníka.

● JAKOUBKOVÁ, Alena:

Co oči nevidí, to manžela neboli

Románový příběh o mladé fotografce, která odmítá úděl být pouhou reprezentativní ozdobou domácnosti a pokouší se ho změnit svou činností aktivitou.

● OHLSSON, Kristina: Bouře

První díl detektivní série se sympatickou vyšetřovatelkou Marií Martinssonovou.

● SMITH, Wilbur: Divoký příliv

Dobrodružný román je pokračováním ságy rodu Courtneyů. Rob Courtney se pod vlivem dramatických událostí dostává z rodné Afriky až na bitevní pole americké války za nezávislost.

NAUČNÁ LITERATURA

● DES CARS, Jean:

Dynastie Windsorů

Historie nejslavnějšího panovníckého rodu moderních dějin.

● CZERNIN, Monika: Josef II.

Autorka předkládá čtenáři obraz výjimečného panovníka, který v mnohém předběhl dobu.

● RYANTOVÁ, Marie:

Polyxena z Lobkovic

Manželka jihočeského magnáta Viléma z Rožmberka, potom katolika Zdeňka Vojtěcha Popela z Lobkovic, byla obdivovanou, ale i nenáviděnou první dámou království.

● SAND, Philippe:

Návrat do Lvova

Osobní svědectví o tragických dějinách a zároveň je kniha poutavou rodinnou kronikou autora.

● ŠEBESTA, Ondřej:

Santiago de Compostela portugalskou cestou

Vtipný cestovní deník tří českých poutníků, kteří se podruhé vypravili na pěší pout.

Zakončení semetru VU3V

Naši studenti Virtuální univerzity třetího věku (VU3V) zakončili úspěšně další semestr a nyní vybírají další témata semestru nadcházejícího. Někteří účastníci již mají nárok na slavnostní promoce na Provozně ekonomické fakultě České zemědělské univerzity v Praze.

Uzavírka knihovny o svátcích

Knihovna bude uzavřena od 20. 12. 2022 do 2. 1. 2023. Box na vrácení knížek před knihovnou bude otevřen od 22. 12. 2022. Budeme dokončovat potřebné povinnosti související s koncem roku a také musíme vybrat dovolené. Děkujeme za pochopení. Termín vrácení knížek je nastaven mimo uzavírku, to znamená, že po dobu uzavírky nenaskakuje zpoždění.

Stromeček splněných přání v altánu

Každou adventní neděli od 16:30 do 18:30 pro vás bude opět připravený rozsvícený altán v zahradě knihovny. Stromeček splněných přání čeká na vaše přáníčka, která se třeba vyplní. Zahrada je přístupná brankou přímo z ulice Voříškova. Můžete si tak zpříjemnit odpolední procházku městem.

Přejeme všem klidné svátky, zdraví a hojnost dobrých přátel a skutků.

Tereza Michelová



Skauti z Vamberka

Nová skautská pergola

Díky podpoře města Vamberk a Královéhradeckého kraje jsme svépomocí postavili pergolu vedle skautského srubu ve Vamberku. V letošním roce došlo k velkému nárůstu počtu našich členů a k dnešnímu dni máme skoro sto dětí. Nutně jsme proto museli řešit nedostatečnou kapacitu klubovny a srubu. Pergola nám otevřela možnosti trávit s dětmi čas venku, a přitom být schovaní pod střechou. Děkujeme městu Vamberk za finanční podporu a za podporu tohoto projektu. Na projektu se vystřídali snad všichni naši členové, každý pomohl, jak uměl. Děkujeme všem, co nám pomohli a pomáhají. Přejeme všem klidné prožití vánočních svátků.

Skauti Vamberk



Poděkování městu

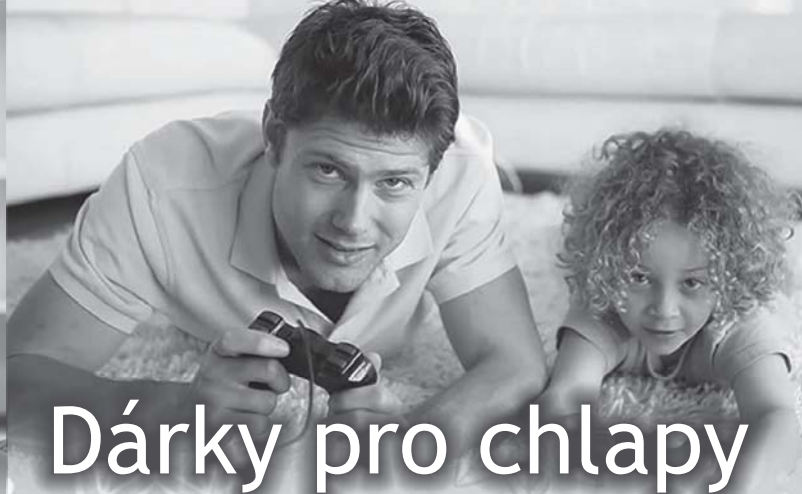
Skauti z Vamberka děkují městu Vamberk za finanční podporu naší celoroční činnosti pro děti z Vamberka a jeho okolí. Letošní rok se nám velmi vydařil. Získali jsme mnoho nových členů a děti si velmi užily naši celoroční hru „Putování po vesmíru“.

Přejeme všem krásné prožití svátků vánočních a šťastný nový rok.

Junák – český skaut, středisko Vamberk, z. s.



*PŘÍKLAD SPLÁCENÍ Pojistovci čísla 10 000 Kč/Přímá platba 1 000Kč/10,0 % Výše úvěru 9 000 Kč/Výše měsíční splátky bez pojistné 1 000 Kč/Výše pojistného poplatku měsíčně 63 Kč/Výše měsíční splátky (celopojistné) 1 063 Kč/Roční měsíční splátka 9900 Kč/úroků 6,00 %/RPS 17,27 %/Celková částka 1200 Kč/splaceno 9 567 Kč. Příklad splácení platí pro smlouvy uzavřené dne 15.01.2002. Splátmost měsíční splátky je vlyky k 15. dni počínaje měsícem následujícím po uzavření smlouvy. Doba trvání spotřebitelského úvěru je do data splatnosti poslední měsíční splátky. Použitá úroková metoda: ACD/360. Ručení úroků



PRODLOUŽENÁ OTEVÍRACÍ DOBA (od 10.12. do 24.12.)		
PO - PÁ 8:00 - 17:30	SO i NE 8:00 - 12:00	ŠTĚDRÝ DEN 8:00 - 12:00
PRODEJ	SERVIS	INTERNET



Dobruška - náměstí F.L. Věka 22
Kostelec nad Orlicí - Palackého náměstí 25
Rychnov - Panská 25 - levý horní roh náměstí
Týniště - 17. listopadu 222 - 100m od náměstí
Ústí - T.G. Masaryka 127 - 50m od náměstí



Stalo se aneb bejvávalo

Před 225 lety

V listopadu a prosinci 1797 došlo k rozprodeji vambereckého panského dvora. Kupci byli převážně z Vamberka, někteří z Merklavic. Louky koupili poddaní i z Pekla a Podřezova. Vrchnostenská pole bývala jižně od městečka směrem k Záměli.

Před 95 lety

Obecní volby se uskutečnily 4. prosince 1927. Jejich vítězem ve Vamberku se stali komunisté se ziskem 7 mandátů ze 30. Staronovým obecním starostou se 20. prosince stal agrárník Ladislav Uhlíř.

Před 80 lety

Dvě vamberecké rodiny židovského původu, Šlaplovi a Holzbauerovi, byli 18. prosince 1942 internováni v Hradci Králové. Krátce nato byli převezeni do Terezína a nakonec skončili v plynových komorách v koncentračním táboře Auschwitz (Osvětim). Koncem roku 1942 byla ve Vamberku zrušena Živnostenská záložna, která zde působila od roku 1929. Veškerou agendu převzala Občanská záložna.

Před 70 lety

TJ Sokol byl 17. prosince 1952 nedobrovolně sloučen se závodní jednotou Báňská a hutní. Nová tělovýchovná jednotka dostala název Dobrovolná sportovní organizace Vamberk. Předsedou se stal Josef Kuňák. Sokol v našem městě zanikl po 67 letech. K jeho obnově došlo až v roce 1990.

Před 55 lety

V prosinci 1967 byla otevřena prodejna potravin na Smetanově nábřeží, která zanikla v 90. letech.

Před 40 lety

V prosinci 1982 byla otevřena samoobslužná prodejna potravin na Struhách.

Před 35 lety

V prosinci 1987 byl zbourán Hebkův dům čp.56 na náměstí, poslední svědek dřevěné architektury v tomto prostoru. Rodina Hebkova zde žila od roku 1654.

Před 25 lety

V prosinci 1997 byla na výjezdu z města otevřena nová čerpací stanice pohonných hmot firmy HDB. Do té doby sloužila pumpa nedaleko vlakového nádraží.

Před 5 lety

S odchodem do důchodu MUDr. Heleny Opičkové přišlo město o ordinaci dětské lékařky.

Výročí osobností

● **26.12.1892 se v Libkovicích narodil PhMr. Zdeněk Němec, lékařník.** Do města přišel roku 1924 a o sedm let později postavil čp. 26, kde otevřel lékárnou U černého orla, která zde existuje dodnes. V období 1939-1945 byl členem obecního zastupitelstva. V letech 1931-1938 stál v čele loutkářského kroužku. 130. výročí narození († 1946 Rychnov nad Kněžnou)

KAMENICTVÍ RAŠKA & HOFFMAN

JIŽ PŘES ČTVRTSTOLETÍ JSME TU PRO VÁS, FIRMA ZALOŽENA JIŽ V ROCE 1989

Kvalitně za velmi přijatelné ceny

- Nabídka kompletních kamenických služeb
- Výroba a montáže pomníků i jejich částí
- Broušení a opravy hrobů, rovnání hrobů
- Zhotovení nápisů do kamene i černého skla
- Hřbitovní doplňky, keramické fotografie
- Konsultace zdarma
- Žádné hromadné nabory
- Volejte, přijedeme individuálně za vámi zdarma

ČESKÉ LIBCHAVY 89 | tel.: 603 281 831 | 732 588 957
email: kamenictvi.raska@seznam.cz | www.kamenictviraska.eu

Kamenictví Raška je členem Společnosti kamenosochařů a Svazu kameníků ČR

Společenská kronika

BLAHOPŘÁNÍ

V prosinci 2022 oslaví:

93 let Irena Šklíbová
90 let Vlasta Kočlichová
85 let Mikuláš Malega
80 let Bohumil Obst
80 let Josef Kluger
80 let Věra Kocourková
80 let Pavel Gaugg
75 let Vlastislav Trojan

Chtěla bych touto cestou poděkovat všem členkám Sboru pro občanské záležitosti, které v letošním roce navštívily 125 jubilatů, za jejich spolupráci. Popřát jim hodně zdraví, rodinné pohody a spokojenosti v novém roce.

Lenka Prokešová,
matrikářka

VZPOMÍNKA



Dne 2. prosince uplynulo 28 let od úmrtí **paní STANISLAVY BOLEHOVSKÉ.**

Stále vzpomíná rodina.



Kdo umírá - neodchází navždy, zůstává stále živý ve vzpomínkách těch, kteří ho měli rádi. Ztratili jsme to nejdražší, co jsme měli, zůstalo jen bolavé srdce a v našich životech jen smutek.
9. 12. 2022 vzpomeneme sedmé výročí úmrtí naší milované babičky maminky a manželky **paní Heleny BARVÍŇKOVÉ.**

Život jde dál, ale smutno a prázdno za člověkem, který všude chybí, zůstává.

V srdci Tě stále nosí a tiše vzpomínají vnučky, vnuci, dcery, manžel a celá rodina. Vzpomeňte s námi.



Když umře tatínek, sluníčko zajde, v srdci nám zůstane smutek a chlad. V tom širém světě sotva se najde, kdy by jak tatínek uměl mít rád.

Dne 15. prosince tomu bude 6 let, co nás navždy opustil náš tatínek **pan VÁCLAV VITVAR.**

Budeme rádi, kdo si vzpomene. Dcera Lenka a Věra s rodinami.



Dne 28. prosince uplyne jeden smutný rok, kdy nás opustil náš milovaný manžel, tatínek, dědeček **pan PETR DIBLÍK.**

S láskou a bolestí v srdci stále vzpomínají: manželka Jana, synové Petr a Pavel s rodinou, rodina Hlouškova.



Dne 30.12. uplynou tři roky, kdy nás náhle opustil **pan PETR DLABKA.**

Stále vzpomínají manželka Hana, syn Jiří s dcerami, syn Pavel s rodinou a kamarádi.



31.12.2022 uplynou dva smutné roky, co nás navždy opustila naše milovaná **MARIE ĎURIŠOVÁ** rozená Frolíková z Vamberka.

Kdo jste ji znali, prosíme, vzpomeňte s námi. S láskou manžel Milan, synové Milan a Jan s rodinami.



Akce Muzea a galerie Orlických hor v Rychnově nad Kněžnou

PROSINEC 2022

Správní budova Muzea a galerie Orlických hor v Rychnově nad Kněžnou

Jiráskova 2, 516 01 Rychnov nad Kněžnou (bývalé kasárna)
Tel.: 494 534 450, e-mail: moh@moh.cz, www.moh.cz

◆ Celoroční provoz

Památník Karla Plachetky

Expozice představuje ucelenou ornitologickou sbírku obsahující zástupce 255 ptačích druhů. Vystaveno je na 700 preparovaných exemplářů. Sbírkou je výsledkem celoživotní práce Karla Plachetky (1877-1961), rodáka z Bedřichovky v Orlických horách, spoluzakladatele a činníka Československé ornitologické společnosti a mnoha dalších ornitologických spolků a organizací.

◆ Celoroční provoz

Rychnovsko na historických fotografiích

Obnovená expozice historických fotografií se zaměřila na města v rychnovském okrese. Celkem je zde zastoupeno všech devět měst – Borohrádek, Dobruška, Kostelec nad Orlicí, Opočno, Solnice, Týniště nad Orlicí, Vamberk, Rokytnice v Orlických horách a Rychnov nad Kněžnou. Historii regionu Rychnovska zde připomíná několik desítek fotografií, a to nejstarší pocházejí z 19. století až nejnovější z 60. let 20. století. Opomenuta nebyla ani současnost, proto na výstavě nechybí řada zajímavých míst, která byla vyfotografována pro srovnání i v roce 2019. Během výstavy návštěvníci uvidí, jak se v průběhu času jednotlivá města měnila a jaké významné stavby v nich postupně přibývaly. Vystavené fotografie zobrazují nejen centra měst, ale i jejich okrajové části. Místním obyvatelům, ale i širšímu okolí tak i místa, která na Rychnovsku již nenaleznou.

Muzeum krajky Vamberk

Husovo nám. 88, 517 54 Vamberk

Tel.: 494 541 518, e-mail: mkv@moh.cz, www.moh.cz

◆ 19. listopad 2022–19. duben 2023

Výstava „Dotek krajky“

Autorky patchworkových a šitých obrazů, patřící do klubu Bohemia patchwork, rády zahrnují do své tvorby různé textilní techniky a materiály. Ve Vamberku se prezentují kolekci, která seznámí návštěvníky s nejrozličnějšími způsoby použití krajky nejen v quiltu.

Sýpka – Muzeum Orlických hor

Horská 174, 517 61 Rokytnice v Orlických horách

Tel.: 491 616 941, e-mail: sypka@moh.cz, www.sypka-moh.cz

◆ 3. prosinec 2022

Rokytnický vánoční jarmark, od 13 do 17 hodin

Jarmark je v Rokytnici v Orlických horách již mnoho let oblíbenou kratochvílí předvánočního času. Zboží s vánoční tematikou, lidové zvyky, široká nabídka občerstvení, hudební vystoupení, vánoční dílničky – to vše zde čeká na návštěvníky.

Pozor! Data otevření výstav a konání akcí se mohou měnit. Sledujte prosím aktualizace a bližší informace na našich webových stránkách WWW.MOH.CZ a na sociálních sítích muzea a jeho poboček.



ANDÍLKOVO PUTOVÁNÍ

Pojďte s námi pomoci andálkům najít cestu domů,
třeba i v oblečku andělíčka.

Adventní putování světylky rozzářenou malebnou krajinou
a dětské oči plné radosti a očekávání...

To vše a ještě mnohem více naleznete
V SOBOTU 10. 12. mezi 17-19 hod.

Kouzelné Vánoce
na tajemné cestě k Sebranicím (nad Vamberkem směrem na Vyhličku).

Stačí vám vzít s sebou zvoneček, lucerničku a hlavně dobré srdce.

Na radost velkých i malých se těší TSM TJ Bandk, DDM Vamberk a přátelé

Prodej ze dvora
**kravské
mléko**

Farma Tichý a spol. a.s., Záměl

**Prodejní doba: každý den
ráno od 8:00-8:30 h., večer od 18:00-18:30 h.**
Prodejní cena: 20,- Kč/l
Prodejní místo: kravín Záměl

Mléko je denně čerstvé, nezávadné, chlazené,
tuk min. 3,7%, pouze do vlastních nádob!!!

**Kontakt:
kravín Záměl
tel.: 494 546 215
mobil: 603 112 690**



Těšíme se na Vás,
přiďte ochutnat.



MĚSTSKÝ | KLUB | SOKOLOVNA

Tyršova 18, telefon: 494 541 484

e-mail: mestsky.klub@vamberg.cz, www.vamberg.cz

PROGRAM PROSINEC 2022

● **1. prosince v 8:30 a v 10:00 hodin**

POHÁDKY NA VÁNOCE
DIVADLO POHÁDKA PRAHA
Pohádkové vyprávění pod vánoční stromečky čerpající z motivů klasických pohádkových námětů a vánočního příběhu s celou řadou koled.

Vstupné 40 Kč.

● **2. prosince v 19:00 hodin**

VĚNEČEK

Zakončení kurzu tance a společenské výchovy.

Vstupné 150 Kč.

● **4. prosince v 15:00 hodin**

MIKULÁŠKÝ KARNEVAL

Diskotéka, soutěže, kouzelník, čert, Mikuláš.

BALÓNKOVÁ SHOW

Uvádí: DJ moderátor Zdeněk Vranovský

Sponzor: OS KOVO ESAB VAMBERK, ESAB VAMBERK

Vstupné: 50 Kč.

● **9. prosince ve 21:00 hodin**

WINTER DANCE PARTY

● **10. prosince v 19:00 hodin**

DEN LUCIE

Zábava.

● **14. prosince v 19:00 hodin**

DASHA & PAJKY PAJK QUINTET
VÁNOČNÍ KONCERT

Charismatická, osobitá a nezapomenutelná. Dasha patří mezi naše nejobsazovanější muzikálové zpěvačky a herečky. Je držitelkou Ceny Thálie. Dokonalý hudební zážitek zaručuje mimo jiné i hudební do-



provod skupiny Pajky Pajk v čele s Martinem Kumžákem.

Vstupné 490 Kč.

● **17. prosince v 19:00 hodin**

UNI BIG BAND VAMBERK

Vánoční koncert.

Prodej vstupenek na místě.

Vstupné 80 Kč.

● **26. prosince v 18:00 hodin**

LÁSKA MEZI NEBEM A ZEMÍ
DIVADELNÍ SOUBOR ZDOBNÍČAN VAMBERK

Duchařská komedie o tom, že plně žít a milovat se má nyní a zde, neboť vteřina našeho života se nebude opakovat. A jako správná komedie nám odkazuje poselství, že budeme-li k sobě milí a zdvořilí, bude svět v pořádku.

Režie: A. Joachimsthalerová

Prodej vstupenek na místě.

Vstupné 80 Kč.

MIKULÁŠKÝ KARNEVAL



DISKOTÉKA, SOUTĚŽE, KOUZELNÍK, ČERT,
MIKULÁŠ, BALÓNKOVÁ SHOW

UVÁDÍ: DJ A MODERÁTOR ZDENĚK VRANOVSKÝ

4. 12. 2022 15:00 MK SOKOLOVNA VAMBERK

SPONZOR: OS KOVO ESAB VAMBERK, ESAB VAMBERK

PŘEDSILVESTROVSKÝ OHŇOSTROJ

17:30 - 18:00 Vamberecké náměstí

VAMBERECKÁ DECHOVKA

NOVOROČNÍ ZDRAVICE STAROSTY

18.00 OHŇOSTROJ

18:30 MK Sokolovna Vamberk

POSEZENÍ S HUDBOU

30. prosince 2022



*Krásné Vánoce
a pevné zdraví
v roce 2023
přeje*

MĚSTSKÝ | KLUB | SOKOLOVNA



Výsledky a komentáře podzimní části sezóny – Fotbalový oddíl TJ Baník Vamberk, z.s.

Muži A

JAKO 1. B třída mužů - skupina B Sobota 22. 10. 2022 15:00

TJ Baník Vamberk - TJ Spartak Opočno 1:5 (1:0).

Milan Bořek - trenér (domáci):

V první části jsme byli hostům více než rovnocenným soupeřem a mít větší klid v zakončení, bylo skóre o 2 branky vyšší. Ve druhé části jsme hostům darovali 2 góly na podnose a oni nám dali velkou lekci z jednoduchosti, přímocnosti a efektivnosti v zakončení a zaslouženě odváží všechny body do Opočna. Martin Šnajdr - trenér (hosté): Proti oslabeným domácím jsme v 1. půli, kromě úvodu, předvedli hanebný výkon korunovaný penaltou! 2. poločas byl o něčem jiném. Dvěma slepenými góly jsme skóre otočili, zklidnili se a zápas dovedli k výhře. Chválím naše „mladé pušky“ - Křišťof (18) a Drašnar (15) - které daly 3 góly! Navíc si D. Drašnar připsal už 4. vítězný zářez! Výsledek pečtil fotbalovou parádou i la Messi náhradní brankář D. Hrudík! Pochvala týmu za 2. poločas! Věřím, že body potvrdíme proti Lípě a užijeme si rozlučku. Sestava: Kľofanda (brankář, kapitán), Malý, Sokol, Brandejs, Češka, Hamerský, Mráz, Kotýza (73. Muddruňka), Hájek, Králík (73. Cit), Svrbík, střídali: Flavio, Renato. Branka: Mráz (pokutový kop). Žluté karty: 6. Kotýza, 61. Svrbík, 70. Hamerský, 72. Králík.

Neděle 30. 10. 2022 14:30

AFK Hronov - TJ Baník Vamberk 4:1 (2:0).

Ansorek Miroslav - asistent trenéra (domáci): Dnes jsme neproměnili spoustu šancí a výsledek 2:0 trval až příliš dlouho. Byli jsme lepší a zaslouženě jsme získali důležité body. Za týden na Slavii nebudeme mít co ztratit a těšíme se na náročný zápas. Milan Bo-

řek - trenér (hosté): V posledním zápase podzimu opět jako v celé části doplácíme na naivní bránění a neproměňování šancí, které máme. Domáci byli efektivnější a zaslouženě vyhráli. My se musíme soustředit sami na sebe a v první části jít do každého zápasu jako by byl poslední. Jinak tu nemáme co dělat! Sestava: Kľofanda (brankář, kapitán), Sokol, Brandejs, Češka, Hamerský, Mráz, Kotýza, Hájek (46. Cit), Flavio, Šimeček, Šafařík. Branka: 84. Cit.

Komentář k podzimní části sezóny: Začátek sezóny se nám nepodařil, a po dvou porážkách nastalo mírné zlepšení, kdy jsme získali v 5 kolech 9 bodů, i když jsme ve třech zápasech dostali vyrovnávací branku vždy v nastavení a zbytečně přišli celkem o 4 body. V těchto zápasech jsme už byli posíleni třemi hráči, kteří nám v těchto kolech dodali klid ve hře. Bohužel, už do konce podzimu jsme vše prohráli naší naivní hrou v obranné činnosti. Bohužel taky vinou zranění několika hráčů ze základu, kteří mají svoji kvalitu, a jejich náhradníci ji zatím nemají. Vždyť 90% branek jsme dostali ze standardních situací. Takže máme na čem zapracovat v zimní přípravě. Bude to boj do konce sezony o udržení v této soutěži a každý náš zápas bude jako play-off. Věřím hráčům, že udělají vše v přípravě, abychom to zvládli. Byla by velká škoda přijít o tuto soutěž, hlavně s takovým zázemím, které fotbalový areál ve Vamberku má. Do týmu přišli před sezónou hráči z dorostu, kteří když řádně zvládnou přechod do dospělých, budou platnými hráči pro tým. V přípravě budou zkoušení i jiné odchovanci a nikde není psáno, že si místo v základní sestavě nezaslouží, ale vše je jen o přístupu a poctivosti

JAKO 1. B třída mužů - skupina B tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Prohry	VP	PP	Skóre	Body
1	FC Slavia Hradec Králové B	13	11	0	1	1	51:15	36
2	TJ Sokol Malšova Lhota	13	9	2	2	0	47:31	31
3	FC České Meziříčí	13	9	4	0	0	50:31	27
4	TJ Velichovky	13	8	5	0	0	40:24	24
5	TJ Spartak Opočno	13	7	4	1	1	32:21	24
6	TJ Sokol Javornice	13	7	4	0	2	32:31	23
7	FK Černilov	13	6	5	0	2	33:25	20
8	TJ Lokomotiva Meziměstí	13	5	6	2	0	29:36	19
9	FC ZDELOV 1963	13	6	6	0	1	30:38	19
10	AFK Hronov	13	5	8	0	0	32:42	15
11	TJ Sokol Lípa nad Orlicí	13	4	8	0	1	31:40	13
12	TJ Baník Vamberk	13	1	8	2	2	24:56	9
13	TJ Slavoj Předměstí n.L.	13	2	10	0	1	17:34	7
14	TJ Sokol Malšovice	13	0	10	3	0	16:40	6

INDIGO OP III. třídy tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Prohry	VP	PP	Skóre	Body
1	AFK Častolovice B	9	7	0	2	31:19	20	1
2	SK Petrovice n. O.	9	7	0	2	27:18	20	2
3	SK Dobré	9	5	0	4	30:21	17	0
4	TJ Sokol Křivice	9	6	0	3	19:17	17	1
5	SK Přepychy	9	4	0	5	28:26	14	0
6	TJ Baník Vamberk B	9	4	0	5	20:17	12	1
7	TJ SOKOL Vodňany	9	4	0	5	16:21	12	1
8	FO Křovice	9	4	0	5	7:16	9	3
9	TJ Sokol Žďár n. O.	9	2	0	7	13:18	7	0
10	TJ Veřejšov Doudleby n. O. B	9	2	0	7	18:36	7	0

k tréninku. Nyní mají hráči volno a začínáme s přípravou ve druhé polovině ledna.

Milan Bořek, trenér.

Muži B

INDIGO OP III. třídy

Komentář k podzimní části sezóny: Podzimní část se nesla v duchu „nahoru dolu“. Budto se nás sešlo dvacet, nebo jen jedenáct. Sestava, tak nebyla ustálená a hokejové střídání v naší soutěži tomu taky nepomohlo, faktem ale je, že aspoň si všichni zahráli. Tréninkovou morálku snad ani nebudu zmiňovat. Děkuji dorostencům, kteří nám pomohli, když to bylo potřeba.

Jiří Držmíšek, trenér.

Dorost

Klenot krajská soutěž staršího dorostu U 19

Sobota 22. 10. 2022 15:00

FK Černilov - TJ Baník Vamberk 7:0 (4:0).

Sestava: Horský (brankář), Kaute M., Štěpánek, Šebesta, Kaute J., Forche, Akak, Soběslav (kapitán), Olšovský, Jansa, Kodytek.

Sobota 29. 10. 2022 12:00

TJ Baník Vamberk - SK Červený Kostelec 1:2 (1:1).

Sestava: Koníček (brankář), Kaute M., Štěpánek, Kaute J., Forche, Akak, Soběslav M., Olšovský, Soběslav J. (kapitán), Jansa, Kodytek. Branka: 11. Štěpánek. Žluté karty: 87. Forche V., 89. Jansa.

Neděle 6. 11. 2022 14:00

TJ Lokomotiva Borohrádek - TJ Baník Vamberk 6:1 (2:1).

KLENOT KS staršího dorostu U 19 tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Prohry	VP	PP	Skóre	Body
1	SK Červený Kostelec	14	10	2	1	1	34:9	33
2	TJ Sokol Stěžery	14	8	2	2	2	30:17	30
3	MFK Nové Město nad Metují	14	6	3	2	3	29:23	25
4	FC České Meziříčí	14	6	5	2	1	30:24	23
5	FK Černilov	14	7	7	0	0	44:27	21
6	FC Nový Hradec Králové B	14	6	6	1	1	23:17	21
7	SK Lázně Bělohrad/SK Miletín	14	6	6	0	2	33:28	20
8	TJ Velké Poříčí	14	3	5	5	1	24:26	20
9	TJ Lokomotiva Borohrádek	14	4	9	0	1	21:44	13
10	TJ Baník Vamberk	14	1	12	0	1	15:68	4



do mého mateřského klubu. Přejí mnoho zdaru Vamberku na hřišti i mimo něj. Vamberk má perfektní areál a zázemí, kterému se to jinde nevyrovná. Děkuji vedení Baníku, že mě plně podporovali a zajistili mi skvělé podmínky pro trénování.

Miroslav Žezule, trenér.

Starší žáci

DAHASL Krajský přebor starších žáků U 15 - skupina B

Neděle 23. 10. 2022 12:30

SK Dobruška/TJ Spartak Opocno - TJ Baník Vamberk/Viking Rokytnice 4:0.

Sestava: Kaute R. (brankář), Koblása, Čapek D., Fišerová, Hamerský, Čapek S., Kušta, Horský, Klement, Kaute M. (kapitán), Kopsová, Hamerská, Franc, Chochola.

Sobota 29. 10. 2022 10:00

TJ Baník Vamberk/Viking Rokytnice - SK Červený Kostelec 2:4 (1:2).

Kaute R. (brankář), Čapek D., Kušta, Fišerová, Klement, Hamerský, Čapek S., Horský, Kopsová, Kaute M. (kapitán), Efenberk, Kaute T. Branky: 21. a 53. Čapek S.

Sobota 5. 11. 2022 13:00

MFK Nové Město nad Metují - TJ Baník Vamberk/Viking Rokytnice 3:0 (2:0).

Sestava: Khol (brankář), Kušta, Fišerová, Čapek D., Čapek S., Kaute M. (kapitán), Sedláček, Hamerský, Kaute R., Kopsová, Efenberk, Hamerská, Kaute T. Žlutá karta: 65. Efenberk.

Sobota 12. 11. 2022 10:00

TJ Baník Vamberk/Viking Rokytnice - SK Týniště nad Orlicí 2:4 (1:3).

Sestava: Kaute R. (brankář), Fišerová, Čapek D., Čapek S., Kaute M. (kapitán), Hamerský, Hamerská, Bartoš V., Bartoš M., Horský, Kušta, Khol, Kopsová, Klement, Efenberk, Stoklas. Branky: 35. Khol, 44. Efenberk. Komentář k podzimní části sezóny: Tým starších žáků v soukлубí Vamberk/Rokytnice startoval v soutěži krajského přeboru starších žáků, kterou hrál o víkend v Královéhradeckém kraji a v okresním přeboru Rychnova, kde se hraje v týdnu. Soupiska starších žáků čítá 19 kl-

DAHASL KP starších žáků U 15 - skupina B

tabulka po podzimní části sezóny v krajském přeboru:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Prohry	VP	PP	Skóre	Body
1	SK Dobruška/TJ Spartak Opocno	14	13	1	0	0	53:6	39
2	SK Solnice/TJ Sokol Černíkovice	14	10	3	0	1	58:25	31
3	TJ Slovan Broumov	14	8	4	2	0	56:21	28
4	MFK Nové Město nad Metují	14	8	4	0	2	49:27	26
5	FC Spartak Rychnov n. Kn.	14	6	6	2	0	38:38	22
6	Spartak Police nad Metují	14	5	7	0	2	29:44	17
7	SK Červený Kostelec	14	4	9	1	0	45:53	14
8	SK Třebechovice pod Orebem	14	3	8	1	2	22:52	13
9	TJ B. Vamberk/Viking Rokytnice	14	4	10	0	0	24:58	12
10	SK Týniště nad Orlicí	14	2	11	1	0	23:73	8

OP starších žáků tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Remízy	Prohry	Skóre	Body
1	Černíkovice/Solnice	5	5	0	0	43:8	15
2	Rokytnice/Vamberk	4	4	0	0	29:6	12
3	Kostelec/Častolovice	7	3	0	4	31:28	9
4	Doudleby/Rychnov	6	1	0	5	17:40	3
5	FC České Meziříčí	4	0	0	4	3:41	0

OP mladších žáků tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Remízy	Prohry	Skóre	Body
1	TJ Lokomotiva Borohrádek	14	11	2	2	55:23	34
2	Doudleby/Sopotnice	11	7	1	3	57:21	25
3	Rokytnice/Vamberk zelená	14	8	1	5	62:36	25
4	TJ Sokol Javornice	12	6	3	3	49:15	24
5	Vamberk/Rokytnice červená	14	6	2	6	47:38	23
6	FC České Meziříčí	13	1	2	11	23:71	6
7	SK Přepychy	12	1	1	10	15:104	4

ků a dívek (hrájí s námi tři šikovné fotbalistky). V okresním přeboru se nám celkem dařilo, ze 4 zápasů se nám podařilo získat plný počet bodů při skóre 29:6. V krajském přeboru už se nám zase tolik nedaří. Střetáváme se s týmy z celého kraje, zatím doplácíme na to, že máme mladší hráče než ostatní týmy. Příští sezónu to bude zase naopak, takže tento rok se zaměřuji na souhru týmu a budování party v týmu. V KP jsme ze 14 zápasů 10krát prohráli a 4krát vyhráli. Teď už máme po podzimní části sezóny a máme volno až do ledna příštího roku, poté se začneme připravovat na UMT na jarní část sezóny.

Marcel Olšovský, trenér.

Okresní přebor starších žáků

Středa 19. 10. 2022 16:30

Doudleby/Rychnov - Rokytnice/Vamberk 3:9 (1:4).

Sestava: Khol (brankář), Fišerová, Čapek D., Hamerská, Kušta, Forche V., Kaute M., Kaute R., Horský V., Horský T., Helásek (kapitán), Stoklas, Daniš, Kopsová, Veverka, Kuncová. Branky: 11., 52., 55., 58. a 65. Forche V., 17. Hamerská, 30. a 79. Kaute, 37. Čapek D.

Mladší žáci

Okresní přebor mladších žáků

Čtvrtek 27. 10. 2022 16:00

Vamberk/Rokytnice červená - Doudleby/Sopotnice 3:1 (0:0).

Sestava: Svoboda (brankář), Chochola, Klička, Franc, Veverka, Hanousek Š., Hamerský (kapitán), Ha-

nousek O., Kupka, Sedláček. Branky: 2x Hanousek Š., Hanousek O.

Neděle 30. 10. 2022 10:00

TJ Sokol Javornice - Vamberk/Rokytnice červená 1:1 (1:1).

Sestava: Svoboda (brankář), Sedláček, Franc, Veverka, Hanousek Š., Hamerský (kapitán), Hanousek O., Falta, Jedlinský, Kocián, Vyhnaněk. Branka: Falta.

Komentář k podzimní části sezóny: Sezóna mladších žáků začala s velkým mladým týmem, pouze tři kluci, co hráli za mladší žáky v minulé sezóně, nám zůstali, většina kluků z minulé sezóny odešla do starších žáků, přivítali jsme tak nové hráče, kteří postoupili ze starší přípravy. Tudiž spousty z nich měli problémy se seznámit s hrou na polovinu hřiště a první i s ofsajdy v pokutovém území. Také v poli přibýlí 2 hráči a už bylo znát, že souhra je jedním z důležitých věcí, která je potřeba pro získání dobrých výsledků. Podzimní část hodnotím jako trenér pozitivně. Přišli i úplně noví hráči a celkem nás je dost, abychom vytvořili dobrý tým a zároveň vypomohli Rokytnici, s níž máme soukлубí. Na závěr bych chtěl poděkovat rodičům, že děti podporují v tom, co chtějí dělat. Musíme spolu s hráči na sobě pracovat, abychom se zlepšovali a měli lepší pocit ze hry.

Karel Chochola, trenér.

Starší příprava

Okresní přebor starší přípravy

Neděle 23. 10. 2022 09:00

turnaj Černíkovice.

Sestava: Lenoci, Ondošová, Soběslav, Koukol, Nagy, Nguyen, Mi-

chaličková, Paštika, Tobiška, Pultar, Jiráťová, Mazúch, Čonka, Dolek.

9:00 FC České Meziříčí - Rokytnice/Vamberk 3:10 (2:4).

09:45 SK Albrechtice n. O. - Rokytnice/Vamberk 3:5 (1:3).

10:30 TJ Sokol Černíkovice - Rokytnice/Vamberk 5:6 (1:1).

Neděle 30. 10. 2022 09:00

Slatina nad Zdobnicí.

Sestava: Lenoci, Ondošová, Soběslav, Koukol, Nagy, Nguyen, Michaličková, Jiráťová, Čonka, Dolek, Mazúch.

09:00 Rokytnice/Vamberk - FC České Meziříčí 7:3 (4:1).

09:45 TJ Slatina n. Z. - Rokytnice/Vamberk 5:8 (4:5).

10:30 Kostelec/Častolovice - Rokytnice/Vamberk 4:8 (3:4).

Komentář k podzimní části sezóny: Před začátkem letošní sezóny jsme museli řešit problém s nedostatkem hráčů. A to proto, že v kategorii starší přípravy, čili ročník 2012 a 2013, jsme evidovali pouze 3 hráče. Proto jsme spojili své síly s týmem z Rokytnice. Ze začátku jsme zkoušeli trénovat společně, ale dojíždění nám, kvůli značné vzdálenosti mezi Vamberkem a Rokytnicí, přišlo nepraktické. Proto jsme raději začali trénovat dohromady s mladšími žáky. Co se týče turnajů, neměl jsem před sezónou vysoké očekávání. Všichni naši kluci totiž ještě na jaře hráli za mladší přípravky, takže si museli zvykat na novou rozměr hřiště i na to, že se bude hrát ve větším počtu hráčů. Každý z nich ale ukázal, že dovednostmi a bojovností se mohou rovnat i starším hráčům v týmech soupeřů. Díky tomu jsme skončili po podzimní části na krásném druhém místě. Jediný tým, který byl doposud nad naše síly, je Týniště nad Orlicí. Přes zimu však budeme dělat všechno pro to, abychom se jim vyrovnali a zkusili tak na jaře zabojovat o první místo.

Tomáš Hájek, trenér.

Mladší příprava

Okresní přebor mladší přípravy

Sobota 22. 10. 2022 09:00 turnaj Albrechtice.

Sestava: Kruml A., Žabka, Tobiška, Paštika, Jedlinský, Martinek, Čonka, Morávek, Mazúch, Hošák, Příbyl, Hartman, Kruml F., Jirout.

OP starší přípravy tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Remízy	Prohry	Skóre	Body
1	SK Týniště n. O.	27	27	0	0	253:57	81
2	Rokytnice/Vamberk	27	21	1	5	193:108	64
3	TJ Sokol Černíkovice	27	17	2	8	187:102	53
4	Kostelec/Častolovice	27	12	0	15	110:144	36
5	FC České Meziříčí	27	9	0	18	133:184	27
6	TJ Slatina n. Z.	27	9	0	18	74:183	27
7	SK Solnice	27	7	1	19	100:195	22
8	SK Albrechtice n. O.	27	4	0	23	69:146	12

**OP mladší přípravky tabulka po podzimní části sezóny:**

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Remízy	Prohry	Skóre	Body
1	Černíkovice	21	21	0	0	268:39	78
2	TJ Sokol Javornice	21	17	3	1	200:93	66
3	FK Kostelec n. O.	21	14	1	6	220:115	57
4	Doudleby/Sopotnice	21	16	0	5	163:78	57
5	SK Albrechtice n. O.	21	13	0	8	131:100	51
6	SK Solnice	21	11	1	9	169:122	47
7	Dobruška/Opočno	21	14	0	7	131:119	46
8	Vamberk/Rokytnice	21	9	0	12	117:132	37
9	Černíkovice červená	21	10	0	11	118:109	36
10	SK Solnice B	21	9	2	10	126:102	29
11	TJ Lokomotiva Borohrádek	21	7	1	13	95:106	29
12	Černíkovice bílá	21	5	3	13	103:148	27
13	FC České Meziříčí	21	6	1	14	122:228	19
14	Rokytnice/Vamberk	21	6	0	15	103:236	18
15	SK Týniště n. O.	21	4	0	17	75:209	15
16	SK Přepychy	21	0	0	21	64:263	0

09:00 Vamberk/Rokytnice - Dobruška/Opočno 3:2 (1:1).
09:45 SK Albrechtice n. O. - Vamberk/Rokytnice 5:3 (4:1).
10:30 Vamberk/Rokytnice - SK Přepychy 9:2 (5:0).

Komentář k podzimní části sezóny: Sezónu jsme rozehráli ve spojení s Rokytnicí, v domnění, že Rokytnice nebude mít dostatek hráčů. Zájem o fotbal se však v Rokytnici změnil hned s druhým kolem a nám nezbylo nic jiného, než požádat o zařazení druhého týmu do soutěže. V průběhu podzimní části jsme vypomáhali Rokytnici, hlavně když si naši hráči chtěli víc zahrát. Když se zaměřím na naši hru, tak musím říct, že zlepšení našich hráčů je zcela evidentní, kromě klasických tahounů týmu zde vidím velký potenciál v mladých hráčích, kteří k nám přišli z předpřípravky. Je vidět, že je s nimi velmi dobře pracováno a jejich příprava je dobrá. Nerad porovnávám děti v této kategorii, ale střed tabulky mi dělá radost. Těšíme se na zimní halovou ligu. Děkuji rodičům za skvělý přístup a vedení fotbalového oddílu za kvalitní podmínky.

Jaromír Halamka, trenér.

Předpřípravka

**Okresní přebor předpřípravek
 Středa 26. 10. 2022 16:30
 turnaj Vamberk.**

**Vamberk - Javornice 6:4 (0:0).
 Vamberk - Černíkovice Červená 13:3 (0:0).**

Komentář k podzimní části sezóny: Po řadě zápasů v podzimní části, jsme se umístili v tabulce na prvním místě. Odehráli jsme 12 zápasů z toho 10 výher, 2 remízy a žádná prohra. Podařilo se nám vsítit 96 gólů a pouhých 25 gólů jsme obdrželi. Na klucích je vidět velká chuť hrát a vyhrávat. Je radost vidět tak malé děti s takovým zapálením pro hru i trénování. Bohužel občas bojujeme s nedostatkem dětí. V dnešní době je potřeba, aby děti

sportovaly v kolektivu a budovalo se přátelství s vrstevníky. Pojďte se radovat ze svými dětmi z vítězství a rozvíjejte jejich fyzický fond.

David Martínek, trenér.

Souklubí s Rokytnicí, které jsme již v létě zavedli ve všech kategoriích, se ne úplně vydařilo. Vzhledem k tomu, že nám nevychází spoje na tréninky, tak účast Rokytnických hráčů byla nízká, naše jízdy do Rokytnice brzy skončily, pocho-pitelně o to nebyl ze strany rodičů zájem, zájem v Rokytnici je velmi špatný a bohužel nemají Rokytničtí velkou podporu z města. Hned na začátku soutěže jsme řešili problém, který jsme nečekali. V Rokytnici se významně zvedl zájem o fotbal a najednou jsme měli děti moc. Je to velmi dobře, ale snižuje to herní čas všem dětem. Proto, aby si všechny děti zahrály, jsme museli požádat okresní fotbalový svaz, abychom mohli dohlásit další týmy do soutěží. Spolupráce s Rokytnicí tak probíhala hlavně ve starší přípravce, kde ve Vamberku trpíme nedostatkem hráčů, ve starších žácích, kde už hrají velký fotbal a dvě soutěže najednou (kraj a okres) a v mladších žácích, ze kterých naši hráči jedli vypomáhat týmu z Rokytnice.

Velmi mě mrzí, že výsledky našeho dorostu jsou nevalné. Současný hendikep našeho týmu je jeho mládí, většina kluků v týmu má ještě daleko do vrcholového ročníku devatenácti let. Aby mohli naši kluci stačit na ostatní krajské týmy, museli by aktivně trénovat a individuálně na sobě makat. Bohužel se tomu tak neděje, byť jsme zkusili vše, co šlo, jen abychom zvedli tréninkovou morálku. Nezbyvá než věřit, že s příchodem nového trenéra se v klucích zažehne zápal pro fotbal, přece každý chce vyhrávat a nedostávat všude „bůra“. Starší kluci, a hlavně ti co na jaře končí, to silně prožívají a chápou jejich frustraci, že nehrajeme to, co

OP předpřípravek tabulka po podzimní části sezóny:

Pořadí	Tým	Zápasy	Výhry	Remízy	Prohry	Skóre	Body
1	Vamberk	12	10	2	0	96:25	32
2	Černíkovice Červená	11	7	2	2	81:51	23
3	Týniště	12	6	1	5	45:52	19
4	Albrechtice	11	5	3	3	63:55	18
5	Javornice	10	5	2	3	43:41	17
6	Přepychy	9	5	0	4	44:37	15
7	Černíkovice Bílá	7	3	1	3	58:38	10
8	České Meziříčí	11	3	0	8	41:62	9
9	Kostelec	13	1	2	10	34:97	5
10	Dobruška	10	1	1	8	25:72	4

by si tito vrcholoví hráči zasloužili.

Starší žáci se v kraji trápí ze stejného důvodu, prostě máme mladý tým. Tam naopak vidím silnou tré-

ninkovou morálku a rozvoj týmu.

Je vidět, že kluci a holky se velmi zlepšují. Zákonitě se to musí projevovat na hřišti. Na okrese dominu-

**Někdo nám chybí!**

pro náš výrobní závod ve Vamberku hledáme

**VÝROBNÍ FINANČNÍ
 KONTROLER/KA
 IWE – MEZINÁRODNÍ
 SVAŘOVACÍ INŽENÝR
 TECHNIK KONTROLY KVALITY
 NÁKUPČÍ
 ELEKTROMECHANIK
 MISTR VE VÝROBĚ
 SEŘIZOVAČ VÝROBNÍ LINKY
 SEŘIZOVAČ MECHANICKÝCH
 OHÝBAČEK
 OBSLUHA VÝROBNÍ LINKY
 SERVISNÍ TECHNIK
 MANIPULANT/SKLADNÍK
 PROVOZNÍ ÚDRŽBAŘ/MECHANIK
 SVAŘEČ**

Nabízíme:

- zajímavou práci ve stabilní společnosti
- nadstandardní ohodnocení (bonusy, výročí, odměny ze zisku společnosti)
- 5 týdnů dovolené ■ 3 dny sick days
- příspěvek penzijního připojištění od 760 Kč/měsíčně
- pojištění odpovědnosti ■ stravenky 150 Kč/den
- flexipasy ■ firemní telefonní tarify
- odměnu 2500 Kč za 100% přítomnost na pracovišti
- vzdělávací kurzy ■ školení

Své žádosti spolu s životopisem zašlete na personální oddělení společnosti:

**job@pewag.cz, pewag s.r.o.,
 Smetanovo nábřeží 934, Vamberk**

pewag



Staň se naším článkem!

jeme, ale ještě jsme nehráli s Černíkovci. Tento tým má skvělý potenciál do budoucna, a když u toho kluci a holky vydrží, tak věřím, že budeme mít velmi kvalitní dorost. Dva týmy mladších žáků hrály pěkný fotbal po celý podzim, byť to bylo nahoru dolů a výhry střídaly prohry. Zvyknout si na větší hřiště dává zabrat a pravdou je, že tým byl silně omlazen, což mu však dává skvělou příležitost do příští sezóny. U přípravek nebudu hodnotit výsledky, byť jsou velmi dobré. Děti v přípravkách se mají hlavně bavit hrou, mít co nejvíce herního času a hrát pro radost. Rozhodně ne na výsledky, i když to rodiče chtějí. Jsem trochu smutný z toho, že nám nepomohl zájmový nábor v kategorii starší přípravky, věřil jsem, že oslovíme ještě děti do této kategorie, kde máme velkou díru, která nás bude pronásledovat i v příštích letech do starších kategorií a budeme se muset spoujet s dalšími týmy.

Již jsme se přesunuli na hřiště s umělým povrchem a do sportovní haly. 4. 12. otevíráme zimní halovou ligu domácím turnajem starších přípravek, ta má za sebou už jeden turnaj v Letohradské zimní halové lize, kde remízovali s Českou Třebovou 2:2, s Králíky 4:4 s Opatovem 4:4 a prohráli s Žamberkem 10:1. Další turnaj sehraji naši v Letohradě 26.11. Mladší přípravky mají úvodní turnaj zimní halové ligy 17.12., a mladší žáci o den později. Předpřípravka si zahraje turnaj v hale na Hradecké Slávii 11.12., a 14.1. má turnaj zimní halové ligy. Vzhledem k tomu, že se jedná o poslední číslo před Vánoci, mi dovoluť popřát všem hezké svátky a našim týům hodně štěstí a zdraví v roce 2023.

Ondřej Frejvald,
koordinátor fotbalové mládeže

Stolní tenis Baník Vamberk

22. 10. se na další zápas jelo k soupeřům – dopoledne do Náchoda a odpoledne do Nového Města n. Metují.

Oba zápasy byly jako den a noc – to, co dopoledne nevycházelo, odpoledne šlo. Dopoledne se prohrály obě čtyřhry, odpoledne se obě vyhrály a podle toho se celý zápas vždy odvíjel. Výsledkem je prohra

TJ Náchod A – TJ B. Vamberk A 10:5
Body: Jakubec 2, Kotyza 2, Ducháč 1
TJ Nové Město n. Metují A – TJ
Baník Vamberk A 3:10

Body: Jakubec 3, Ducháč 2, Valášek 2, Kotyza 1, čtyřhra Jakubec-Ducháč 1 a Kotyza-Valášek 1

TJ Lázně Bělohrad A – TJ Baník Vamberk A 10:8

Body: Jakubec 4, Ducháč 2, Macháček 1. čtyřhra Jakubec-Ducháč 1

TJ Sokol Chlumec n. Cidlinou A –
TJ Baník Vamberk A 8:10

Body: Jakubec 3, Ducháč 3, Valášek 2, Macháček 1, čtyřhra Jakubec-Ducháč 1

v Náchodě a výhra v Novém Městě. Za 14 dnů nás čekal další soupeř – Lázně Bělohrad a Chlumec n. Cidlinou. Začátek dopoledního zápasu vypadal nadějně – 1:1 po čtyřhrách, vedli jsme 5:2, pak ještě 6:5. Od té doby se ale přestalo dařit. Soupeř převzal obtěže utkání, vyhrál několik těsných končáků zápasů a nakonec vyhrál. Odpoled-

ne v Chlumci to vypadalo podobně – 1:1 po čtyřhrách, vedli jsme 5:3, soupeř srovnal na 5:5, pak jsme se přetahovali o každý bod až do stavu 8:8. Rozhodly poslední dva zápasy – naprosto infarktový závěr, ve kterém se bojovalo o každý míček. Oba zápasy se ale podařilo vyhrát a mohlo se slavit toto vydržené vítězství.

Krajský přebor 1. třídy – tabulka po 7. kole

	PU	V	R	P	Skóre	Body
1. TJ Sokol České Meziříčí A	7	6	0	1	65:32	19
2. TJ Sokol Stěžery B	7	5	1	1	63:40	18
3. TJ Sokol Chlumeck nad Cidlinou A	7	5	0	2	62:43	17
4. TJ Tatran Hostinné C	7	5	0	2	60:43	17
5. TJ Náchod A	7	5	0	2	58:45	17
6. TJ Lázně Bělohrad A	7	3	1	3	53:58	14
7. TJ Baník Vamberk A	7	3	1	3	58:55	14
8. TJ Dvůr Králové nad Labem B	7	3	0	4	50:61	13
9. TTC Salamandr Hradec Králové A	7	2	1	4	54:57	12
10. DTJ Hradec Králové C	7	2	0	5	41:64	11
11. TTC Nové Město nad Metují A	7	1	0	6	34:66	9
12. TJ Sparta Úpice A	7	0	0	7	36:70	7

M. Vrkoslav

Poděkování pro vedení města

Bliží se konec roku a začíná se pomalu bilancovat. A to se týká i sportovní činnosti v naší TJ Baník Vamberk a i v našem oddílu stolního tenisu. Proto touto cestou děkují vedení města za podporu sportu ve městě, zejména formou dotací na činnost, ale i jinak. I v našem oddílu se přidělená dotace výrazně podílí na jeho vyrovnaném hospodaření a bezproblémovém fungování.

A při této příležitosti chci ještě vzdíchnout přístup vedení města a vyslovit velké poděkování, že se v letošním roce podařilo úspěšně vyřešit záležitost, o kterou jsme usilovali téměř 30 let. Týká se nové herny stolního tenisu. Prostory herny byly vybudovány, již jsou zkolaudovány. Nyní je na našem oddílu, abychom zajistili potřebné vybavení. A to nejen věcně,

ale i esteticky. Což se v současné době děje. Jsem přesvědčen, že se nám to podaří a domnívám se, že to bude jedna z nejhezčích heren v našem kraji.

A jelikož se blíží vánoční svátky,
přeji všem jejich hezké prožití.

Jan Podolka – předseda oddílu stolního tenisu.

Galavečer bojových sportů ve Vamberku

Dne 1. 10. 2022 se v Městském klubu Sokolovna odehrál druhý galavečer bojových sportů Vamberk Fight Night 2. V hledišti, které bylo vyprodané, byla nezapomenutelná atmosféra, kterou vytvořili zápasníci svými výkony.

Důležitým prvkem byli také diváci, kteří napjatě sledovali vše, co se v oktagonu odehrávalo. Na programu bylo celkem 18 duelů podle pravidel MMA a MMA STRIKING.

Výsledky:

Linhart vs. Hadáš, vítěz Linhart
Lengál vs. Filip, remíza
Pulpit vs. Musílková, vítěz Pulpit
Koky vs. Hlaváček II, vítěz Hlaváček II
Hlaváček vs. Katrynets, vítěz Hlaváček
Bezděka vs. Kačurik, vítěz Kačurik
Kondratěnko vs. Baruchke, vítěz Kondratěnko
Volkman vs. Pinkas, vítěz Pinka
Opolský vs. Habrman, vítěz Habrman
Hollý vs. Španěl, vítěz Španěl
Janků vs. Papay, vítěz Papay
Valach vs. Rychlý, vítěz Rychlý
Maistrovych vs. Staporek, vítěz Maistrovych
Ludvík vs. Dušil, vítěz Dušil
Michalec vs. Dvořáček
Lukáč vs. Borovský, vítěz Borovský

18. 2. 2023 se ve Vamberku uskuteční naprostý unikát, který v Evropě ještě nikdo neuskutečnil. Galavečer Vamberk Fight Night 3 se odehraje před tisícovkou diváků v cirkusovém stanu. Vstupenky můžete koupit už teď v síti Goout.net **promotér Jaroslav Hudousek**

➔ **AUTODOPRAVA** nejen kontejnerová

➔ **Práce s hydraulickou rukou**

➔ **Zemní práce**

TD služby

tel. **722 502 398**
info@tdsluzby.cz
www.tdsluzby.cz



Provozovna:
Mánesova (u nádraží)
Kostelec nad Orlicí



ORIENTAČNÍ BĚH

22. 10. 2022 – Holovousy

Východočeský pohár pokračoval již 15. kolem, které uspořádala TJ Jiskra Hořice. Přes osm stovek závodníků našlo pěkné centrum ve sportovišti v obci Holovousy. Za deštivého počasí se běžela krátká trať na mapě Sluneční lázně 2 v podhorském kopcovitém terénu. Naším závodníkům se dařilo výborně:

D35C 10. místo Sršňová Kateřina
D35D 3. místo Kodytková Iva
D45D 1. místo Mudruňková Romana
D45D 2. místo Rykalová Jitka
H35C 3. místo Veverka Tomáš
H35C 4. místo Hladký Viktor
H35C 9. místo Drhlík Petr
H45C 2. místo Vandas Luděk
H55C 10. místo Tupec Jiří
H55D 6. místo Rykala Karel
HDR 7. místo Martincová Daniela Sofie
P 2. místo Mudruňková Barbora

P 9. místo Mikysková Adéla
P 20. místo Sršňová Natálie

30. 10. 2022 – Hradec Králové

Poslední neděli v říjnu pokračovaly soutěže Východočeské oblasti předposledním závodem. Centrum bylo na pláži rybníka Biříčka v Novém Hradci Králové. Krátkou trať uspořádal za nádherného slunečného a teplého počasí OK Slavia Hradec Králové. Mezi téměř 800 závodníky si naši běžci vedli následovně:

D10C 25. místo Jedlinská Kateřina
D14C 29. místo Netopilová Simona
D18C 7. místo Mikysková Adéla
D18C 8. místo Mudruňková Barbora Nikol
D35D 5. místo Kodytková Iva
D35D 7. místo Drhlíková Markéta
D45D 1. místo Mudruňková Romana

D45D 2. místo Rykalová Jitka
D45D 6. místo Mikysková Ilona
H14C 21. místo Jedlinský Martin
H35C 6. místo Hladký Viktor
H35C 9. místo Drhlík Petr
H45C 1. místo Netopil Libor
H45D 5. místo Mikyska Alan
H55D 8. místo Rykala Karel
HDR 21. místo Martincová Daniela Sofie

5. 11. 2022 – Choceň

Závěrečný závod letošního Východočeského poháru uspořádal oddíl K.O.B. Choceň. Centrem závodu byla louka v Chocni – Podhradí. Krátká trať se běžela na mapě Velká Veranda v kopcovitém terénu plném větších i menších údolí a rýh. Po nočních deštích bylo v lese dost mokro, cesty byly bahnité, v průběhu závodu mrholilo, bylo zamračeno a chladno. Výsledky vambereckých závodníků:

D10C 22. místo Jedlinská Kateřina
D14C 23. místo Netopilová Simona
D16C 18. místo Sršňová Natálie
D18C 4. místo Mikysková Adéla
D18C 8. místo Mudruňková Barbora Nikol
D35D 3. místo Kodytková Iva
D45D 3. místo Mikysková Ilona
D45D 4. místo Rykalová Jitka
D45D 9. místo Mudruňková Romana
D55C 2. místo Klapalová Jana
H14C 24. místo Jedlinský Martin
H35C 2. místo Veverka Tomáš
H35D 10. místo Sršeň Tomáš
H45C 2. místo Netopil Libor
H45D 4. místo Mikyska Alan
H55C 10. místo Tupec Jiří
HDR 10. místo Martincová Daniela Sofie

Děkujeme Městu Vamberk za finanční podporu našeho oddílu.

Za OB Vamberk Jitka Rykalová

Adéla Vandasová – „Jsem zpátky“

Rok 2022 bych jedním dechem označila jako „jsem zpátky“. Začátkem tohoto roku jsem vynaložila více úsilí do přijímaček na vysokou školu než do orientačního běhu. Dle mých přání mi vysněná škola tělesná výchova se zaměřením na společenské vědy dopadla a já jsem mohla svoji pozornost v poklidu přesunout na orientační běh. Díky tomu, že jsem se stále fyzicky připravovala, má kondice se postupně zlepšovala. Vše se ukázalo v podzimní sezóně, která byla pro mě velice úspěšná. Letošní rok byl pro mne pestrý i z hlediska cestování. Společně s reprezentačním týmem jsme

navštívili a proběhali Portugalsko, Švédsko i Německo, kde se pořádalo Mistrovství Evropy juniorů. K plné spokojenosti s výsledky mi v tomto roce chyběl vždy malý krůček. V celoročním žebříčku České republiky jsem se na všech závodech umístila do pátého místa, někdy se mi podařilo vystoupit i na stupně vítězů. Mé výsledky v hlavních závodech v průběhu celé sezóny, kterými jsou Mistrovství České republiky, dopadly nad očekávání.

Mistrovství ČR ve sprintu, Praha, 2. místo
Mistrovství ČR na krátké trati, Jablonec nad Nisou, 4. místo

Mistrovství ČR na klasické trati, Nový Bor, 2. místo
Mistrovství ČR štafety, Hajnice, 1. místo
V celoroční soutěži, která se skládá z deseti vybraných závodů, mi utekla bronzová medaile o kousíček, přesně o 30 setin bodu, což je velmi malý rozdíl. Konkrétně má kolegyně na třetím místě měla 592,88 bodů a já jsem měla 592,58 bodů. ☑ Chuť jsem si spravila posledními prestižními závody v sezóně, což jsou štafety a družstva, kde se mi podařilo zaběhnout bezchybné výkony, takže jsem svůj oddíl OK99 Hradec Králové hrdě reprezentovala.



Třešničkou na dortu a závěrem celé sezóny bylo mé zařazení do dospělého reprezentačního družstva žen pro rok 2023, v pozici sledování, což bude pro mne velká motivace na příští rok.

Velké díky patří těm, kteří mi důvěřují a podporují. Chtěla bych proto poděkovat Městu Vamberk a také mému klubu OK99 Hradec Králové. Velmi si toho vážím a podpora mi na mé cestě velmi pomáhá. Děkuji!

Adéla Vandasová



Daniel Vandas – Sezóna 2022 ve dvou disciplínách, škola a orientační běh

Tento rok byl pro mě velmi významný hlavně ze strany studia, jelikož jsem dokončoval bakalářské studium. Škola byla na prvním místě, tudíž šlo běhání na koleji druhou. Jarní sezóna tedy nebyla dle představ a cíl na sezónu byl po úspěšném dokončení studia jasný. Akademické mistrovství světa ve Švýcarském Bielu, které se konalo v půlce srpna. Samozřejmě

ve švédské Uppsale. Tento orientační svátek se konal po dvouleté pauze a já se poprvé v životě vešel i do pánské elity. Byla to úžasná zkušenost, startovat tyto 5ti denní závody pokaždé s novým rozhodlím, podat co nejlepší výsledek a řádně si zazávodit. Celý týden proběhl na výbornou a zbývalo posledních 10 dní do mistrovství světa.



mě jsem nebyl v jarní části sezóny úplně bez závodu. „Na skok“ jsem si odskočil do Skandinávie, kde jsem se svým finským týmem KooeeTampere běžel závod 10MILA ve Švédsku a Jukola ve Finsku. Oba tyto štafetové závody se běží přes noc. Rozdíl mezi nimi je jenom v počtu lidí ve štafeti. Švédská Tiomila čítá deseti člennou štafetu, oproti Jukole, kde tým je v sedmi lidech. Tyto závody jsou největšími štafetovými závody v orientačním běhu na světě, kde startuje přibližně 15 000 závodníků. Na 10Mile se mě i mému týmu velmi zadařilo a ve světové konkurenci jsme skončili, i po menších problémech s našimi novými světly, na krásném šestém místě. Finská Jukola byla už trochu horší. Únava po státnicích byla znatelná, tak jsem se nechal dobrovolně vymínovat z týmu „A“, protože jsem si dostatečně nevěřil. Závod se mi ale opět podařil, což byla super motivace do začínající sezóny. Akademické mistrovství se neúprosně blížilo, a tak jsem si z pohledu osahání konkurence a z pohledu „tréninku“ dal vůbec nejslavnější závod v našem sportu, O-Ringen. Ten se letos běžel

Připravený jsem dle představ nebyl, ale o to více jsem asi na sebe nekladal žádná očekávání. Závod na AMS ve sprintu se mi povedl velmi dobře, až na pár horších voleb. Chyběla mi ale rychlost, kterou jsem za krátké tréninkové období nestihl vybudovat. Následovala klasická trať, asi i moje oblíbená disciplína. Běželo se mi kupodivu

dobře a s pár menšími zaváháními jsem nakonec bral brambory. Tedy 4. místo na klasické trati jsem ve světové konkurenci opravdu nic nečekal a velmi mile mě to potěšilo! Dva dny poté následovala krátká trať, kde jsem bohužel chyboval o něco více. Ve velmi vyrovnaném a náročném závodu mi nakonec patřila 9. příčka, což byla bomba. Závěrečný závod štafet nám tak s kolegy dal na nečekané 4. místo. Celkové šampionát hodnotím více než pozitivně a vyhlížel jsem tak podzimní část sezóny.

Začátkem října se ve Švýcarsku konalo poslední kolo světového poháru. Nakonec se mi podařilo nominovat, a tak jsem mohl spolu s českým týmem odjet do Davosu. Alpské velmi náročné a specifické terény pro nás nebyly nic jednoduchého. Závody se konaly v nadmořské výšce okolo 1700 až 2000 m. n. m., což pro nás není běžné prostředí. Na scéně tu byla snad největší světová konkurence, která kdy kde byla. Generalizace terénu byla občas velmi velká, a tak jsem s mapou v některých částech trati bojoval. Výsledkově jsem se pohyboval okolo první třetiny závodníků. Tento světový pohár byl tzv. „posledním velkým závodem“ před nadcházejícím Mistrovstvím Světa 2023. To se bude konat v obdobných terénech v prostředí známých skiresortů Flims-Laa. O motivaci je tedy více než postaráno.

Posledním závodem byl mistrovský víkend v Česku. Vrcholem klubové sezóny domácí scény bylo Mistrovství ČR štafet a družstev. Naše-



mu klubu OK99 Hradec Králové se zadařilo na výbornou. Z tohoto víkendu se nám podařilo posbírat všechny zlaté medaile v hlavních kategoriích, což byla paráda. Završení letošní kratší sezóny se tak podařilo nad očekávání. Pozici v České reprezentaci jsem na rok 2023 úspěšně obhájil, a tak jsem na narozeniny svého tatky 11.11. započal novou tréninkovou sezónu.

Velké díky patří těm, kteří mi důvěřují a podporují. Zaprvé bych chtěl poděkovat Městu Vamberk, že mě stále podporuje v tom, co mě naplňuje. Dále panu Hlaváčkovi z TTV Group a také mému klubu OK99 Hradec Králové. Velmi si toho vážím a podpora mi na mé cestě velmi pomáhá. Moc Vám děkuji!

Daniel Vandas





Anketa Nejúspěšnější sportovec roku 2022

Okresní sdružení ČUS Rychnov nad Kněžnou, z.s. ve spolupráci s agenturou SPORT AKTION s.r.o. Chomutov, MÚ Rychnov nad Kněžnou a pod záštitou předsedy ČUS Praha a starosty města Rychnova nad Kněžnou, připravuje slavnostní vyhlášení ankety Nejúspěšnější sportovec roku 2022. Galavečer proběhne v pátek 3. února 2023 od 18 hodin v Pelcově divadle v Rychnově nad Kněžnou.

Ocenění budou jednotlivci v kategoriích žactva, dorostu-junioru a dospělých, kolektivy mládeže a kolektivy dospělých, veteráni, trenéři, cvičitelé, funkcionáři TJ/SK, pořadatelé významné sportovní akce,

sportovní osobnost okresu, starosta maximálně podporující sport v obci. Podmínkou pro zařazení navržených do nominací na nejúspěšnější sportovce/kolektivy za rok 2022 jsou:

- výrazné úspěchy jednotlivců/kolektivů minimálně na úrovni krajských soutěží
- dále úspěchy na MČR, případně ME, MS, atd.

V případě trenérů, cvičitelů, funkcionářů TJ/SK jsou:

- dlouhodobá, úspěšná trenérská činnost s mládeží i dospělými
- pozice osobního trenéra, trenéra kolektivů, který splnil kritéria

pro ocenění jednotlivce nebo sportovního kolektivu

- dlouhodobá organizační funkcionářská práce na úrovni TJ/SK

Oceněn bude pořadatel významné sportovní akce určené pro registrované sportovce i nejširší veřejnost a starosta obce s největší podporou sportu.

Nejlepší sportovce, kolektivy a trenéry může navrhnout jakákoliv právnická či fyzická osoba sídlící na území okresu Rychnov nad Kněžnou, obce a města, TJ/SK, svazy/komise a další sportovní subjekty nesdružené v Okresním sdružení ČUS Rychnov nad Kněžnou, z.s. (Sokol, Auto klub ČR, atd.) s přihléd-

nutím k těmto zásadám a to ve skupinách výše uvedených.

Návrhy podávané na adresu: Okresní sdružení ČUS Rychnov nad Kněžnou, z.s., U Stadionu 1498, 516 01 Rychnov n.Kn. nebo e-mailem: cstvrychnov@seznam.cz musí obsahovat: jméno a příjmení sportovce, data narození, adresu bydliště, členství v TJ/SK na území okresu Rychnov nad Kněžnou, oddíl, ve kterém sportu je, sportovní úspěchy dosažené v roce 2022, jméno navrhovatele.

Uzávěrka podání návrhů na OS ČUS Rychnov nad Kněžnou, z.s. je v pátek 6. ledna 2023.

Sting cvičí jógu

28. října 2022 jsem byla na koncertě Stinga v O2 aréně v Praze. Nedalo se přehlédnout, v jak skvělé kondici je Sting ve svých 71 letech. Svižná chůze, dokonalá figura a hlas jako zvon. Patnáct tisíc diváků si podmanil svým hudebním výkonem a profesionalitou.

Po koncertě jsem se pídila po informacích o jeho způsobu života a dozvěděla jsem se velmi inspirující poznatky, o které bych se s vámi ráda podělila.

Následující výtažky jsou z článku "Ganga White interviews Sting on Yoga, Nutrition and Ageing", v překladu „Ganga White zpovídá Stinga o józe, výživě a stárnutí“

Sting říká o józe:

„K józe jsem se dostal až ve svých 38 letech. Vlastně lituji, že jsem nezačal dříve. Ale asi jsem k tomu nebyl zralý.“

Zkoušel jsem různé sporty, abych se udržoval v kondici. Běhal jsem denně 8 km, cvičil aerobik. Pak jsem začal cvičit jógu a myslím, že u ní zůstanu po zbytek svého života. Je to jako s hudbou. Nemá to konec.

Ve své vrcholné formě uběhnete 8 km za určitý čas a ten se bude s věkem jen zhoršovat. To je frustrující. Jedna z nejvíce inspirujících věcí na józe je, že je to jako cesta proti času. Stále se zlepšujete, i když stárnete. Dnes udělám

se svým tělem věci, které bych ve svých dvaceti nedokázal.

Když cvičím jógu ráno, mám více energie během dne. Moje mysl je klidnější a víc toho zvládnu. Jóga má také mentální a duchovní rovinu. Čím jsem starší, tím více mě zajímají dechové techniky úzce spojené s meditací. Je to jako skládání hudby. To je také druh meditace.

Měl bych ještě zdůraznit, že členové mé kapely praktikují jógu také. Před každým koncertem ji cvičíme nejméně hodinu a půl. Myslím, že to zvyšuje naši soudržnost a udržuje nás to v kondici. Není jednoduché být pořád na cestách.“

Stingův přístup k výživě.

V roce 1991 se Sting přestěhoval se svou ženou Trudie Styler na farmu u jezera, kde začal pěstovat bio ovoce, zeleninu a byliny bohaté na vitamíny, bez chemických pesticidů.

Sting jí převážně makrobiotickou stravu, která obsahuje hodně obilovin a zeleniny. Vyhýbá se průmyslově zpracovaným potravinám, které obsahují konzervanty.

Sting říká: „Jsme téměř soběstační v jídle. Jsme spokojeni tehdy, když víme, co si pokládáme na talíř. Způsob, jakým se chováme ke svému tělu, je v prodloužení způsob, jakým se chováme ke zvířatům a k celé planetě. Vše je propojeno.“

Sting o stárnutí:



„Nebojím se stárnutí. Chtěl bych stárnout elegantně. Chci být zdravý a chci být příkladem pro své děti.“ / Má jich 6. /

Závěr: Sting je důkazem síly zdravé důslednosti, protože i na svých cestách dodržuje přísný stravovací a cvičební režim.

Je také příkladem pracovitosti a houževnatosti. Sting cvičí na kytaru každý den, prstovou techniku si udržuje hrou klasické hudby, zejména Bacha.

Sám říká: „Mohl bych ležet na gauči. Ale každé dopoledne jdu

do studia a pracuji. Improvizuji a zkouším nové rytmy a harmonie. Přitom může vzniknout nová píseň. Ve svých písních chci lidi překvapovat.“

A to se mu jistě daří. Přejme Stingovi, aby napsal ještě hodně hitů a aby s nimi zase brzy zavítal do České republiky, kde se na něj těší bezpočet fanoušků a obdivovatelů.)

**Hanka Kosková
lektorka jógy**

DASHA & PAJKY PAJK QUINTET
14. 12. 2022 v 19:00
MK SOKOLOVNA VAMBERK





Přejeme Vám klidné prožití
vánočních svátků a hodně

Zdraví, **P**ohody a **Š**těstí

do nového roku!

www.zpskoda.cz



zaměstnanecká
pojišťovna
škoda

30
LET
PRO VÁS

**Kadeřnictví
Kateřina Sedláčková**

**Nově otevřené kadeřnictví
dámské, pánské, dětské**

**Peklo nad Zdobnicí 29
Tel.č.: 731904548**

tlapnet

**RAKETOVÝ
INTERNET!**



**až 1 Gbps
od 250 Kč**

www.tlapnet.cz