



č. 3/2022

SEZEMICKÉ NOVINY

NEPRODEJNÉ / MK ČR E 11507/

Dvuměsíčník pro občany Sezemice, Dražkova, Kladiny, Koloděj, Lukovny, Počapel a Veské



Sezemice uctily památku plukovníka Alfréda Bartoše

POKOS - Sezemice

**Žáci z Pardubického kraje absolvovali
v rámci POKOS záchrannou misi**



Žáci poměřili své síly kromě venkovní únikové hry také v několika klasických disciplínách

Žáci druhého stupně základních škol Pardubického kraje se na chvíli proměnili ve skupinku osob, která byla vyslána na záchrannou misi zajatých českých zaměstnanců ambasády. Při této nelehké cestě po areálu sezemické Mlynářky museli společně splnit některé úkoly a šifry jako tým.

Branně – vědomostní soutěž POKOS byla organizována pod hlavičkou Krajského vojenského velitelství s hlavním mottem „Nebuď jen žákem, staň se občanem, aneb kde je vůle, tam je cesta“. Stěžejní disciplínou celé soutěže byla 4 km dlouhá venkovní úniková hra ve formě záchranné mise. Děti musely překonat také různé nástrahy, jako je například uhašení ohně, defekt na kole u auta nebo ošetření zraněného. Nechyběl hod granátem na cíl, člunkový běh, střelba ze vzduchovky a vědomostní test. Mezi doplňkové aktivity

patřila i možnost vyzkoušet si rozborku a sborku samopalu nebo si zopakovat první pomoc na resuscitační figuríně.

„Díky vznikající spolupráci mezi dobrovolnými hasiči Pardubického kraje a Krajským vojenským velitelstvím Pardubice mohla být tato soutěž okořeněna disciplínami, které mohou být důležité k osvojení chování při různých mimořádných událostech a při ohrožení v každodenních rizikových situacích,“ doplnil ředitel Krajského vojenského velitelství Pardubice plukovník Petr Holý.

„Jsem rád, že se obě okresní kola konala v našem sportovně-rekreačním areálu Mlynářka a 120 žáků se svými učiteli tak mohlo prožít prima den v Sezemicích“, zhodnotil průběh soutěže starosta města Martin Staněk.

*Tereza Kempická
Krajské vojenské velitelství Pardubice*



Starosta města Sezemice přišel pozdravit účastníky soutěže



*Společné foto
na konci soutěže*

Slovo starosty

Vážení spoluobčané, začal čas dovolených a prázdninových dnů. Někteří z Vás stráví svůj volný čas na zahraniční dovolené u moře nebo v exotických částech světa. Mnozí z nás zvolí dovolenou v naší krásné zemi se svými rodinami, dětmi nebo vnoučaty. Je u nás mnoho krásných míst, která určitě stojí za návštěvu.

V průběhu prázdnin můžete také využívat náš park Mlynářka, ať už při návštěvě některé z atrakcí – skateparku, workoutového hřiště, skluzavky, pyramidy, pingpongového stolu, nebo travnatých ploch, sloužících k různým hrám nebo jen k odpočinku na dece.

K dispozici je altán s ohništěm, který si můžete po dohodě se zástupci města pronajmout na vaše setkání s rodinou nebo s přáteli. Na topeništi si opečete špekáčky nebo využijete grilovací plochu. Pro občany trvale žijící v Sezemících je pronájem altánu zdarma. K dispozici je připadně dřevo na topení i elektrický proud.

Další novinkou je naučná stezka Silver A, která má připomenout významnou roli našeho rodáka Alfréda Bartoše při výsadku paraskupiny Silver A před osmdesáti lety. Jedná se o sedm zastavení, která jsou v parku rozmístěna a číselně označena. Na každém stanovišti se seznámíte s historií a činností této skupiny v době heydrichiády. Můžete tady se svými dětmi plnit různé úkoly a po jejich splnění si vyzvednou v naší knihovně malý dárek. Bližší informace najdete na stránkách www.sezemice.cz nebo v Městské knihovně.

Těšit se můžete na tradiční sezemickou pouť, sezemickou lávku a kulturní program, který na letní měsíce připravila kulturní komise města Sezemice.

Vážení spoluobčané, přeji Vám v nadcházejících měsících hodně klidu, pohody a odpočinku a Vašimi nejbližšími a šťastný návrat z Vašich dovolených.

Martin Staněk, starosta města

Investiční akce města Sezemice

REVITALIZACE A SNÍŽENÍ ENERGETICKÉ NÁROČNOSTI BYTOVÝCH DOMŮ Č. P. 721, 722 V SEZEMICÍCH (DPS).

V průběhu měsíce června 2022 byla zahájena stavební úprava budovy Domu s pečovatelskou službou v Sezemících. Rekonstrukce objektu se týká například výměny střešní krytiny, výměny oken, opravy balkónů a zateplení. Stavební práce probíhají za provozu mateřské školy i všech služeb v budově a budou dokončeny k datu 31. 03. 2023.

Po celou dobu bude pro veřejnost uzavřen vstup na staveniště s výjimkou obyvatel bytových domů, uživatelů služeb v objektu a rodičů s dětmi navštěvujícími mateřskou školu.

Staveniště i náhradní trasa pro pěší jsou u vstupu na stavbu označeny. Důrazně apelujeme na obyvatele Sezemice, aby respektovali zákazové značení. Díky rozsáhlým úpravám může být ohroženo jejich zdraví nebo život. Porušování zákazu se děje velmi často i ze strany nezletilých, tak očekáváme součinnost ze strany rodičů. Základní i mateřská škola byla městem Sezemice o probíhajících úpravách informována.



Všichni si přejeme brzké a bezproblémové dokončení stavebních úprav Domu s pečovatelskou službou, které umožní, mimo potřebných oprav, i ekonomický provoz objektu.

osmžp

UPOZORNĚNÍ!

Upozorňujeme občany na končící platnost bankovek k 30. červnu 2022. Toto se týká bankovek nominálních hodnot 100 Kč, 200 Kč, 500 Kč, 1000 Kč a 2000 Kč z let 1995 až 1999. Výjimkou jsou bankovky s nominálem 5000 Kč, které zůstanou v oběhu všechny i nadále. Stahované starší vzory bankovek jsou od těch, které zůstanou v oběhu, nejsnáze rozpoznatelné šířkou stříbrného proužku – ochranného prvku, který vertikálně protíná bankovku. Tento proužek je u stahovaných bankovek úzký a jeho barva se při naklopení nemění, zatímco nejnovější vzory bankovek mají proužek širší, jenž při naklopení mění barvu z hnědofialové na zelenou. Jednotlivé vzory od sebe dále odlišuje letopočet vyobrazený na lící straně bankovky a některé další ochranné prvky. Bankovky bude možné od 1. července 2022 do 30. června 2024 vyměnit na pokladnách všech úvěrových institucí provádějících pokladní operace a současně také na všech sedmi územních zastoupeních ČNB.

Narozeniček

Listopad 2021: David Mynka

Březen 2022: Lukáš Pastora, Šimon Slavík

Duben 2022: Martina Mizerová, Samuel Knaute, Adam Blažek



Redakce přeje narozeným dětičkám hodně zdraví, lásky a štěstí. Rodiče poskytli písemný souhlas s uveřejněním osobních údajů svého dítěte na matrice Městského úřadu Sezemice.

Městská policie Sezemice

Vážení občané, v poslední době se čím dál častěji při své práci setkáváme s lidmi, které jejich finanční situace přivádí k zoufalým činům. Za normálních okolností by to určitě neudělali. Máme pro Vás dva příběhy, které jsme v poslední době měli možnost řešit, a snad se i zamyslet nad tím, co mohou někteří z nás zažít.

Nález dvou hřbitovních uren s ostatky

Dne 19. 04. 2022 v dopoledních hodinách přijala hlídka Městské policie Sezemice telefonické oznámení. Oznamovatel uvedl, že při procházce se psem našel u místního splavu za budovou strojovny dvě hřbitovní urny. Hlídka proto vyjela na místo, kde byly nalezeny urny s ostatky. Zde pořídila fotodokumentaci a následně převezla urny na služebnu městské policie. Poté byla telefonicky věc oznámena hlídce OO PČR Dubina. V součinnosti podle evidenčních čísel byly zjištěny údaje ostatků z evidence krematoria Pardubice. Po zjištění totožnosti kontaktovala městská policie odpovědnou osobu. Žena uvedla, že nemá finanční prostředky, aby své blízké důstojně umístila na místním hřbitově a rodina si nepřeje, aby byly urny doma. Možná ze zoufalství a zároveň v dobré víře chtěla popel z uren rozptýlit u Kolodějského splavu, ale nepodařilo se je otevřít. Se slzami v očích popisovala strážníkům, jak maminka s bratrem měli tohle místo moc rádi a určitě by si přáli zde v klidu odpočívat.

Co je babička schopná udělat pro svého vnuka

Dne 17. 05. 2022 v dopoledních hodinách přijala Městská policie Sezemice telefonické oznámení majitele jednoho místního obchodu s potravinami. Oznamovatel uvedl, že ve svém obchodě přistihl starší ženu při krádeži. Hlídka proto vyjela na místo události, kde ženu vyzvala, aby následovala strážníky na služebnu městské policie za účelem sepsání zápisu o podání vysvětlení pro podezření ze spáchání přestupku proti majetku, což učinila. Na služebně městské policie byla žena strážníkem poučena o možném odepření výpovědi, což odmítla a souhlasila s výpovědí. Žena si uvědomovala, že udělala chybu a litovala celého incidentu.



Otázky strážníka:

Co jste odcizila? („Sušenku a jablko“).

Proč jste odcizila zrovna tyto potraviny? („Protože nemám peníze“).

Odcizila jste sušenku a jablko pro sebe? („Ne pro svého vnuka, protože je nemocný“).

Další otázka nebyla třeba, výše uvedený přestupek strážník vyřešil napomenutím a babičce věnoval pár korun, aby mohla svému vnukovi koupit jablka a sušenky. Strážník svým přístupem ženu rozplakal. Pevně věříme, že tato zkušenost bude pro stařenku ponaučením pro příště. V některých situacích bychom měli být především lidmi a snažit se vžít do situace babičky, která byla schopná pro svého vnuka udělat cokoliv. Jsme tu pro Vás!

Ze kolektiv Městské policie Sezemice
vrch. stržm. Jaroslav Mohaupt

Město Sezemice Vás zve na pestré kulturní léto

Datum/čas	Program	Místo konání/pořadatel
5. července 17.00 h	Festivalový koncert duchovní hudby IFAS 2022 – koncert tří vysokoškolských sborů z ČR	IFAS ve spolupráci s městem kostel Nejsvětější Trojice
31. července 15.00 h	Rodinné zábavné odpoledne plné bublinek pro malé i velké	město Sezemice areál TJ Spartak Sezemice
5. srpna 19.00 h	Benefiční rocková veselice	Debra, F. Mezera a spol. areál TJ Spartak Sezemice
14. srpna 17.00 h	Pouťový koncert – Slávek Klecandr (Oboroh)	město Sezemice kostel Nejsvětější Trojice
20. srpna 14.00 h	Sezemická lávka – jubilejní 70. ročník	město Sezemice a TJ Spartak řeka Loučná
20. srpna 20.00 h	Pouťová zábava se skupinou STRESOR	město Sezemice areál TJ Spartak Sezemice
27. srpna 15.00 h	Odpolední posezení s dechovou hudbou Živaňanka	město Sezemice areál TJ Spartak Sezemice
3. září 14.00 h	Hurá do školy – zábavné odpoledne	město Sezemice areál TJ Spartak Sezemice
3. září 19.00 h	Country večer	město Sezemice areál TJ Spartak Sezemice

Bližší informace:

www.sezemice.cz, facebook – události, média,

Václav Trunc – 602 412 764,

Petra Procházková – 737 420 924, knihovna@sezemice.cz

Změna programu vyhrazena



Nejstarší POŘÁDANÁ AKCE V SEZEMICÍCH slaví kulatiny



Ano, „Sezemická lávka“ je letos už 70 let.

Akce, na kterou se těší stovky dětí i dospělých vždy třetí víkend v měsíci srpnu. Ta letošní, jubilejní, bude opět plná smíchu, úsměvů a koupání se v řece Loučné a také bohatší o několik překvapení.

Tak si nezapomeňte zapsat – **sobota 20. srpna od 14 hodin** – Sezemice opět

na kolách a na trakařích. Moc se na Vás těšíme.

Majka Schillerová, město Sezemice



Udalo se...

MÁJOVÝ KONCERT POTĚŠIL NEJEN MAMINKY



První květnovou neděli se v sále sezemické radnice konal Májový koncert. Po třech letech přestávky navázal na tradici koncertů ke Dni matek. Vystupujícími byly děti ze Sezemice a okolí, které předvedly pěvecká, recitační a hudební čísla. Zazněly milé básničky i veselé písně. Diváci si užili i tóny klavíru, violoncella, flétny, kytary, akordeonu a poprvé i bubnů. Vystoupil pěvecký sbor při ZŠ Sezemice Rolnička a jako host dospělý pěvecký sbor Hluboká Orba.

Program byl plný krásných čísel. Nezapomněli jsme ani na maminky a všechny ostatní ženy v publiku. Na závěr dostaly od účinkujících malý dárek – keramické srdíčko.



Byl to opravdu povedený koncert. Plný sál tleskal skvělým výkonům. Děkujeme všem, kteří se podíleli na přípravě a organizaci večera. Těšíme se příští rok na další skvělé zážitky.

Barbora Krejčíková za kulturní komisi města Sezemice



ZDENĚK TROŠKA V SEZEMICÍCH

Dvakrát odkládaná návštěva slavného režiséra Zdeňka Trošky, autora mnoha známých pohádek a filmů, se napotřetí uskutečnila 20. května 2022 v sále sezemické radnice. Jak je jeho zvykem, dokázal ho pan Troška naplnit smíchem a dobrou pohodou. S úsměvem si poradil s drobnými technickými problémy a v doprovodu písní Simony Klímové prodloužil účastníkům večera život smíchem.

Petra Procházková



MEZINÁRODNÍ DEN DĚTÍ

Tento den je oslavou toho nejdražšího, co každý rodič má – našich dětí. Město Sezemice připravilo jeho oslavu přímo na 1. června 2022 a umístilo ji do parku Mlynářka. Připraveno bylo patnáct stanovišť, které si děti a jejich rodiče mohli v libovolném pořadí projít a vyzkoušet si tak znalosti i sportovní dovednosti. Odměny pro téměř 170 dětí, které za námi do parku přišly, věnovalo nakladatelství Albi, město Sezemice a společnost CANDY s.r.o., kterým patří náš velký dík. V tento den jsme také zahájili

zkušební provoz Sezemické naučné stezky věnované Silver A, kterou město připravilo ku příležitosti 80. výročí Heydrichiády. Budeme rádi za Vaše názory, podněty i připomínky.

Petra Procházková



Mateřská škola Pohádka

Začátek letních prázdnin se nám nezadržitelně blíží a s ním i konec školního roku. Po dvou letech, kdy jsme byli svázáni nejrůznějším stále se měnícím opatřením a nařízením, jsme mohli pro naše děti opět nachystat řadu dříve tradičních akcí.

Před Velikonocemi jsme na jednotlivých třídách připravili pro rodiče a jejich děti velikonoční dílničky, kde si mohli všichni společně vyrobit drobné dekorace na domácí výzdobu. Účast byla velká a děti si společně s rodiči odnášely krásné ručně vyrobené věci.

V předposledním týdnu měsíce dubna jsme byli s dětmi na Pobytu v přírodě v nově zrekonstruovaném areálu Kempy na Seči. Děti si užily spoustu zábavy s animátory. Počínaje ranními rozcvičkami, dopoledními a odpoledními pobytů v přírodě a konče večerními aktivitami v herně. Konec dubna byl ve znamení čarodějnic. Děti chodily celý týden v nejrůznějších čarodějnických kostýmech, vyráběly vše, co k čarodějnicím patří. Některé třídy jako společnou práci velkou perníkovou chaloupku, jinde se vařil lektvar. Opékali jsme špekáčky v novém altánku Na Mlynářce, na kterém se osobně podíleli i pan starosta a místostarosta. Pro děti v posledním ročníku předškolního vzdělávání jsme ve školce připravili „Zápis na nečisto“, kde si všichni vyzkoušeli praktické dovednosti, které by mělo zvládnout dítě nastupující do první třídy základní školy.

V květnu jsme ještě nabídli aktivitu v podobě In – line bruslení s agenturou Ski Fanatik, kde si přihlášené děti osvojily techniku jízdy na kolečkových bruslích.



Na začátku května proběhl Zápis do mateřské školy pro školní rok 2022/2023. Bohužel, žádostí o přijetí bylo více než možných volných míst v naší mateřské škole. Další „Zápis“, tentokrát pro děti z Ukrajiny, bude probíhat 16. 6. 2022.

Největší akcí měsíce května bylo tradiční Rozloučení předškoláků, které se konalo 31. května od 15,30 hodin v sále městské radnice Sezemice. S mateřskou školou se loučily děti ze třídy Sluníček, Motýlků, Berušek a Žabiček. Vystoupení neslo název „Tak jde čas“ a mělo velký úspěch. Užily si ho nejen děti, ale i paní učitelky. Na závěr dostaly děti dárky od mateřské školy a od zástupců města Sezemice.

Červen jsme zahájili projektem Bezpečnost. První akcí byl společný dětský den na školních zahradách Jiráskova 596, kde byla připravena stanoviště se soutěžemi, které si děti průběžně plnily. Jednou ze soutěží bylo stříkání z hasičské hadice na cíl ve spolupráci s dobrovolnými hasiči Sezemice.

Navštívil nás i p. Šturma (Dopravní policie Pardubice) s bezpečnostním programem pro děti. Poznávání značek, prověření znalostí z oblasti dopravy a bezpečného pohybu v silničním provozu. Následně si děti i paní učitelky měly možnost sednout na policejní motocykl.

Do konce měsíce června nás ještě čeká mobilní dopravní hřiště, které nám přivezou a nainstalují zaměstnanci SŠA Holice. Děti si projdou praktickými situacemi v silničním provozu, procvičí si chůzi po chodníku, přecházení po přechodu a další bezpečnostní prvky.

Ještě se těšíme na celodenní výlet do Fajn Parku Chlumeck nad Cidlinou, Agility Sezemice nebo rozloučení se školním rokem v podobě výletu na zmrzlinu.

V době letních prázdnin bude mateřská škola uzavřena v období 11. 7.–14. 8. 2022.

Přejeme Všem příjemně prožité letní prázdniny.

*Za Mateřskou školu Pohádka, Sezemice
Bc. Prausová Iveta*

Základní škola

Blíží se konec školního roku a s ním je tady doba školních výletů a exkurzí. Na tyto akce se všichni žáci vždy velmi těší. Jednotlivé třídy navštívily mnoho zajímavých míst. Například Moravský kras, archeopark Všestary, hospital Kuks, iQLANDII v Liberci a mnohá další. Pátáci si závěr 1. stupně zpestřili pobytem na EVVO kurzu na Seči, nechyběla turistika, sportovní hry ani oblíbená diskotéka. Proběhl pohádkový zápis do první třídy, kterým provedli budoucí školáci žáci pátého ročníku. 8. ročník prošel projektovým dnem Jak přežít ve světě financí. Celá škola se zapojila do projektu ke Dni Země. 1. A a 2. A uspěly i v soutěžích vyhlášených k Mezinárodnímu dni ptáčího zpěvu. Další projektový den nesl název Zdravé tělo = zdravý duch. Žáci všech ročníků se se svými třídními učiteli postupně věnovali tématům zdravé stravy, přiměřeného pohybu, dostatečného spánku, relaxace a práce s emocemi. Ve škole byl uspořádán i sportovní den pro 1. i 2. stupeň s tradičními i netradičními disciplínami, nechyběl ani štafetový maratonský běh. 1. června uspořádali žáci 9. ročníku pro své mladší spolužáky Dětský den na školním hřišti, celé dopoledne provázelo i hezké počasí. Osmáci se naučili základy společenských tanců i etikety v kurzu Minitanečních. Do družiny přišel se svým představením kouzelník. Všichni žáci navštívili sezemickou městskou knihovnu, kde se seznámili s novými knihami, společenskými hrami i akcemi, které knihovna pořádá. Pěvecký sbor Rolnička potěšil svým vystoupením návštěvníky Májového koncertu v sezemické radnici a nechyběl ani na školní akademii.



V areálu naší školy proběhlo okrskové kolo McDonald's Cupu, což je fotbalové klání pro žáky 1. stupně. V kategorii 1.–3. tříd náš tým obsadil stříbrnou příčku. Soutěže v anglickém jazyce AGYSLINGUA 2022 v Pardubicích se zúčastnily žákyně 9. A Ella Krejčíková a Lucie Janíková, které vyhrály školní kolo. Ella v kategorii B1+ (středně pokročilý) obsadila 4. místo. V okresním kole 56. ročníku Biologické olympiády reprezentovala naši školu Olga Keřková z 8. B. Ema Mojižisková, 9. A a Eliška Trulayová, 9. B se vydaly do okresního kola Olympiády v českém jazyce. Ema Mojižisková se stala i úspěšnou řešitelkou fyzikální olympiády, kde přes školní a okresní kolo postoupila až do kola krajského. Josef Pazdera z 5. B se probíjoval do celostátního kola



Logické olympiády, kde ve své kategorii obsadil 16. místo. Okresní kolo branně vědomostní soutěže POKOS se letos konalo v parku Mlynářka v Sezemících. Nechybělo ani naše šestičlenné družstvo, které soutěžilo např. ve střelbě ze vzduchovky, hodu granátem nebo netradičním běhu na 4 kilometry ve stylu únikové hry. Všem žákům, kteří se účastnili těchto vědomostních i sportovních soutěží, děkujeme za vzornou reprezentaci školy a přejeme jim mnoho dalších úspěchů.

Velkou událostí byla školní akademie, která se konala ve čtvrtek 26. 5. v sále sezemické radnice. Pečlivá příprava se vyplatila a akademie na téma SEN se opravdu vydařila. Na pódiu se vystřídalo 300 dětí v 17 vystoupeních. V pátek se všechny děti, které vystupovaly na školní akademii, vydaly do Počapel ke Zmrzlině U Kamene, kde na ně čekala sladká odměna v podobě zmrzliny nebo ledové tříště, kterou jim věnovalo SRPŠ při ZŠ Sezemice.

Aktuální informace a fotografie ze školy najdete na www.zssezemice.cz. Všem čtenářům přejeme slunečné a příjemné letní měsíce.

Mgr. Olga Doskočilová

PĚT OTÁZEK PRO...

Irena Lněničková



Když se řekne osobnost, většina lidí si představí známou tvář z politiky nebo kultury. Často jsou však mezi námi lidé, kterým toto označení také právem náleží, ať už pro jejich životní styl, charakter nebo práci pro druhé. Jedna taková žena mi nedávno přišla do života a já bych Vám ji ráda představila.

Je to cvičitelka, která přinesla do Sezemice zdravotní cvičení s názvem „Kraniosakrální jóga“, paní Irena Lněničková. Dlouhá léta se zajímá o přírodní způsob

života a k tomu patří i cvičení tajči, či-kungu a jógy. V Sezemících začala praktikovat cvičení asi před dvěma lety, kdy ukončila pracovní proces a mohla se začít plně věnovat svým zálibám. A já se jí ptám:

» Co to vlastně Kraniosakrální jóga je?

Jedná se o poklidné zdravotní cvičení, které má svoji hloubku v tom, že se pracuje s pohybem tekutin v těle, jako je např. krev, lymfa nebo mozkomíšní mok. Velký důraz je kladen na dech, protahování a hlavně uvolňování napětí. Tím vytváříme potřebný prostor pro cirkulaci těchto tekutin v těle. Z jógy si půjčujeme jen některé pozice. Hned na začátku cvičení používáme tzv. „klidový baod“, kterým si podložíme hlavu, chvíli vědomě uvolňujeme tělo a zároveň pozastavíme cirkulaci mozkomíšního moku, který se tvoří v hlavě.

» „Klidový bod“?

Půl kila malých bílých fazolí „uvězněných“ v ponožce.

» Co to s člověkem dělá?

Klidovým bodem si vytvoříme hráz, která zadrží pohyb mozkomíšního moku. Jeho uvolněním „spustíme stavidla“ a mok z hlavy proudí do páteře. My začneme cvičit, uvolňovat, dýchat a protahovat se. A to je celý zázrak. Když pročistíme cesty, kudy se pohybují vnitřní tekutiny, zajistíme nejen odvod odpadu, ale i přísun nové energie a živin do těla.

» Pro koho je toto cvičení vhodné?

Toto cvičení může cvičit každý, protože je velice jednoduché (většinu hodiny se povalujeme na zemi ☺). Jediné omezení je pro lidi s čerstvým poraněním hlavy a diagnostikované onkologické pacienty.

Moje vize je věnovat toto cvičení především seniorům, protože tím získáváme šanci prožít podzim našich dnů na Zemi v relativním zdraví a hlavně bez závislosti na pomoci druhých.

Pravidelným cvičením této jógy posilujeme imunitu, udržujeme v činnosti hormonální a lymfatický systém v těle a zlepšujeme si náladu. Ačkoliv je to cvičení velmi pomalé, posilujeme i svaly.

» Myslíte, že jen cvičení zajistí, že člověk prožije podzim svého života ve zdraví?

Je to pouze jedena z mnoha činností, kterou pro sebe člověk může udělat. Je potřeba procvičovat mozek, například tím, že se budete učit nové věci třeba v „univerzitách třetího věku“, číst, účastnit se kulturních akcí, učit se nový jazyk, starat se o slepičky a zahrádku, chodit ke kámošce na kafe nebo se procházet kolem Labe, potkávat se s rodinou a dávat si dobrý oběd. Je to jedno. Jen nepodlehnout kouzlu televize a lenivému nicnedělání.

» Je podle Vás v Sezemících seniorům nabízen dostatek aktivit, které jste vyjmenovala?

Já mimo toho „mého cvičení“ také občas zajdu na kulturní akci v Sezemících. Věnuji část svého volného času rodině, mému pejskovi, zahrádce a dalším zálibám. Jistě vím, že knihu si může kdokoli půjčit v „knižních domečkách“ cestou z obchodu, když si jde ráno koupit čerstvou housku. To nestojí žádný čas ani peníze navíc. Knihovna pořádá přednášky v rámci „univerzity třetího věku“ také zdarma. Kulturních i sportovních akcí je v Sezemících dost a je tu i hřiště pro seniory, k tomu mnoho míst na krásné procházky. Já osobně bych uvítala v Sezemících třeba ještě letní kino, ale obecně jsem přesvědčená o tom, že pokud člověk nechce sedět doma s rukama v klíně, najde v Sezemících dost nabídek k tomu, jak si udržet hlavu i tělo v činnosti a v relativním zdraví.

Myslím, že tato myšlenka obecně platí pro všechny věkové kategorie nejen v Sezemících. Pokud se sebou člověk chce něco dělat, zdokonalovat se, nebo sportovat, vždycky se najde způsob, jak toho dosáhnout. Vždyť nadarmo se neříká: „Slunce, voda, pohyb, vzduch – ve zdravém těle, zdravý duch!“ Děkuji paní Ivě za rozhovor a nám všem přeji tolik energie a zdravého pohledu na svět, jako má ona.

Petra Procházková

Sezemice uctily památku plukovníka in memoriam Alfréda Bartoše



Za účasti významných hostů si Sezemičtí připomněli v sobotu 25. června 80. výročí úmrtí Alfréda Bartoše. Ten se narodil 23. září 1916 ve Vídni. V Sezemicích prožil dětství a navštěvoval měšťanskou školu. Za II. světové války se účastnil protinacistického odboje.

Odešel přes Francii do Velké Británie a po speciálním výcviku byl vysazen do okupované vlasti. Byl velitelem paradesantní skupiny Silver A, která navázala rádiové spojení s Londýnem. Alfréd Bartoš zemřel hrdinou smrtí 22. června 1942 v Pardubicích. Pietní akt se všemi vojenskými poctami zajišťovali příslušníci Čestné stráže Armády ČR Praha. Přítomni byli také příslušníci 14. pluku logistické podpory Pardubice. Představili část své techniky – dva vozy značky Toyota Hilux a dvě Tatry 815. Tuto vozovou prezentaci doplnil americký vůz DODGE z roku 1942. Auto bylo vyrobeno v Kanadě pro britskou armádu a vlastní ho Československá obec legionářská Pardubice. Letecké obrazy přivezli z Jindřichova Hradce členové Aviationart Galery. Celou atmosféru u busty Alfréda Bartoše doladila i účast členů Klubů vojenské historie. Ti přijeli do Sezemice na historických kolech. Otevřena byla také oficiálně stezka Silver A. Tu najdete v našem parku Mlynářka. Město převzalo od vedení 14. pluku logistické podpory dva velké obrazy A. Bartoše o jeho životě a činnosti ve skupině Silver A. Po skončení pietního aktu se další část programu konala v sále sezemické radnice. Přítomní se tak přenesli do doby 30.–40. let minulého století. Swingové písně hrála pražská kapela Swing melody, tančili členové studia Zig Zag Praha. Nechyběla ani dobová módní přehlídka Studia Pin Up & Vintage Studio. K tomuto skvělému programu se podávala káva a jablečný závin. Součástí programu byl také křest nové knihy pana Miroslava Balcara. Ta vyšla u příležitosti půlkulatého výročí 795 let od první zmínky o Sezemicích, stejně tak jako výstava, opět v režii pana Balcara. Prohlédnout si ji můžete ještě několik měsíců v přízemí sezemické radnice.

Závěrem bychom chtěli poděkovat Pardubickému kraji za finanční podporu, dále pak Krajskému vojenskému velitelství Pardubice, jmenovitě řediteli, plk. Petrovi Holému a kpt. Tereze Kempické. Velké poděkování patří také 14. pluku logistické podpory in memoriam A. Bartoše



za věnování obrazů a představení vozidel, jmenovitě veliteli plk. gšt. Miroslavu Horáčkovi a kpt. Heleně Hřebíčkové, dále pak statutárnímu městu Pardubice, Turistickému informačnímu centru Pardubic, Klubům vojenské historie, restauraci Sezemický dům a všem, kteří se na této akci jakoukoliv formou podíleli.

Jsou hrdinové, na které se nezapomíná. Čest jejich památce.

Majka Schillerová, radní města Sezemice





SEZEMIČTÍ HASIČI OSLAVILI VÝZNAMNÉ JUBILEUM

V loňském roce uběhlo už 140 let od samotného vzniku dobrovolných hasičů v Sezemících. Bohužel, vzhledem k době covidové si hasiči nemohli toto výročí oslavit a pozvat Vás i své kolegy na přátelské setkání. Rozhodli se tak toto jubileum oslavit v sobotu 25. června. Dveře místní hasičské zbrojnice se pro veřejnost otevřely v 11 hodin. Vozový park, ale i veškerou potřebnou techniku obdivovali po celý den malí i velcí. Ve 13 hodin proběhl za přítomnosti hostů slavnostní nástup. Starosta sezemických hasičů Jiří Kolář předal hostům, za-

sloužilým členům a také členům in memoriam ocenění a pamětní listy. Hejtmán Pardubického kraje Martin Netolický naopak oficiálně předal do užívání nový hasičský vůz Ford tranzit. Po pietním aktu u busty A. Bartoše se v prostorách před TJ Spartak Sezemice představili malí hasiči. Příchozí si také mohli vyzkoušet útoky, běh v maskách a v zá-sahovém oblečení, zkoušku dovednosti z oblasti hasičského sportu a překážkový běh. Sezemičtí hasiči tímto děkují hasičským sborům za účast a také městu Sezemice za finanční podporu.



SEZEMICÍM je už 795 let

3. část



K charakteristickým dominantám Sezemice patří pseudogotická hřbitovní kaple Nanebevzetí Panny Marie, ke které se konaly pověstné sezemické „kapličkové“ poutě. Kaple byla vystavěna na místě staršího původního kapličky v roce 1902 na nejvyšším místě Sezemice, kdysi zvaném „Kozí vrcha“.

Na svahu pod kaplí Nanebevzetí Panny Marie u hřbitova je památník s reliéfem génia Smrti věnovaný 115 sezemickým obětem světových válek.

Své samostatné pomníky mají v Sezemících i hrdinové I. a II. světové války legionář a praporečník roty Nazdar Karel Bezdíček a velitel paraskupiny Silver A Alfréd Bartoš.

Mezi technické historické památky z nejbližšího okolí Sezemice patří 13,2 m dlouhý akvadukt, který je křižovatkou mlýnské náhonu, odbočujícího z řeky Loučné, se Zadní Lodrantkou, zbudovaný v roce 1892. O šest let později bylo rozhodnuto svést odpad zvaný Barevna do vyprojektovaného Malokolodějského odpadu. Jeho voda byla podvedena pod Zminkou zděnou shybkou a tak v roce 1898 vznikl s přičiněním Vodního družstva pro úpravy řeky Loučné a potoka Lodrantky již druhý, menší, akvadukt v sezemickém okolí.

V Sezemících žila řada osobností, jejichž činnost a dílo překročily rámec regionu i státu. Mezi nejvýznamnější patří legendární postava 1. odboje, legionář a praporečník roty Nazdar ve Francii Karel Bezdíček, hrdinové 2. odboje kapitán Alfréd Bartoš, velitel paraskupiny Silver A, a výrazná postava Obrany národa brigádní generál František Horáček. Nejznámější osobností novodobé sportovní historie je čestný občan Sezemice, kanoista Martin Doktor, dvojnásobný olympijský vítěz z Atlanty.

Dnešní Sezemice jsou rozvíjejícím se moderním městem s možnostmi bytové výstavby, s bohatým kulturním a sportovním zázemím. Pro využití volného času je zde bohatá nabídka činností pro střednictvím oddílů a klubů působících v řadě sportovních a kulturních odvětví. Na tradici Sokola navázaly sportovní spolky a oddíly (TJ Spartak, Prosport, kynologové a agility, střelci). Jedním z nejaktivnějších spolků je sbor dobrovolných hasičů, jeho členové jsou aktivní i ve věcech potřebných pro město a účastníci se všech akcí města i výchovy dorostu. Stále funguje i spolek myslivců, stará se o zvěř a pořádá hony. Aktivní je spolek zahrádkářů, jeho členové prezentují své výpěstky na pravidelných výstavkách. Čtenářský spolek dnes supluje aktivněji než kdykoliv dříve městská knihovna. Ochotnický spolek oživil svoji tradici a je aktivní i v dnešní době. Studentská matice a podobné spolky jsou dnes zastoupeny zájmovými spolky typu Rolnička při ZŠ, ale i skautskými oddíly. Kdysi byl v Sezemících pěvecký spolek, na něj v dnešní době navázal smíšený pěvecký sbor Hluboká orba.

Nezapomíná se ani na seniory, pro které jsou k dispozici dva plně obsazené domy s pečovatelskou službou předané do provozu v letech 1994 a 2004. V roce 2004 při příležitosti oslav 170. výročí povýšení Sezemice na město proběhlo slavnostní otevření nové budovy radnice s víceúčelovým sálem pro společenské a kulturní akce. Svým rozsahem náležela výstavba nové radnice s víceúčelovým sálem, spolu s plynifikací Sezemice a připojených obcí (1990–1994), s výstavbou domů s pečovatelskou službou a výstavbou 140 bytových jednotek na sídlišti Dukla (1998), mezi největší projekty, které se podařilo v Sezemících v daném období úspěšně zrealizovat.

Ve městě funguje mateřská a základní škola, tělocvična, řada sportovišť a dětských hřišť, městská knihovna, pošta, ordinace lékařů, lékárna, rehabilitační zařízení, Policie ČR, městská policie, řada prodejen, restauračních zařízení a služeb, včetně autobusového spojení s městem Holice a krajským městem Pardubice. V centru Sezemice se nachází soukromé Muzeum motocyklů.

O dění v Sezemících pravidelně informuje dvouměsíčník Sezemické noviny. Vydavatelem je město Sezemice s tříčlennou redakční radou.

Ve městě funguje Občanské sdružení československých dobrovolníků ve Francii (OSČDF) 1914–1918 a 1939–1945, jehož členové se spolu se zastupiteli města účastní řady vojenských a pietních akcí pořádaných na území ČR a Francie.

V budově Městského úřadu v Sezemících má sídlo sdružení s názvem Svazek obcí Loučná, které vzniklo v roce 1999 a v současné době slučuje 13 obcí nacházejících se východně od krajského města Pardubice. Je zde také sídlo Místní akční skupiny Region Kunětické hory působící v Pardubickém kraji na území okresu Pardubice. Zahrnuje území dvou svazků obcí (Svazek obcí pod Kunětickou horou, Svazek obcí Loučná) a je venkovskou oblastí v dosahu krajského města Pardubice.

Ze Sezemice je možno podnikat nenáročné pěší túry nebo cyklistické výlety po nově vybudovaných stezkách a cyklostezkách na Kunětickou horu, dominantu zdejšího kraje, k soutokům místních řek a říček, k akvaduktům, anebo vyrazit na výlet do nedalekých Pardubic a Holic. V roce 2014 byly v okolí akvaduktu, u soutoku Zadní Lodrantky s Loučnou, u cyklostezky podél Loučné a na březích Loučné umístěny turistické poutače, seznamující návštěvníky s řadou zajímavostí nejen ze života přírody v dané lokalitě, ale i s informacemi z historie akvaduktu a pamětihodností města. Na území města Sezemice v sousedství vesnice Veská se nachází i přírodní památka Vesecský kopec (238 m n. m.), který je největší písečný dunou v České republice s řadou chráněných druhů brouků. Na severovýchodním okraji Sezemice je rybník Labská o ploše 25,5 ha. První písemná zmínka o něm pochází z pardubického urbáře z roku 1560. V minulosti byl rybník zmiňován jako velmi zajímavá lokalita z hlediska ornitologického. Od roku 1994 je v majetku Rybníčního hospodářství, s. r. o., Lázně Bohdaneč a je využíván pro hospodářské účely.

U bývalého mlýna v Sezemících se nacházela Mlýnářova louka, vymezená ze dvou stran vodními toky Loučné a náhonu. V této lokalitě, uprostřed města Sezemice, byl v posledních několika



Sezemický akvadukt z roku 1892



Sezemická radnice



Nové sídliště v Sezemících



Základní škola v Sezemících



Domy s pečovatelskou službou



Relaxační park Mlýnářka



Dražkov



Kladina



Lukovna



Počaply



Velké Koloděje



Veská

letech vybudován sportovně relaxační park Mlynářka – krásné místo pro odpočinek i pro sportovní využití dětí i jejich rodičů. V lokalitě parku město odstranilo náletové dřeviny, zpevnilo cesty, instalovalo řadu laviček a košů na odpadky a v části parku nainstalovalo veřejné osvětlení. V zimě je v části parku v blízkosti náhonu přírodní kluziště, které je, pokud mrzne, napuštěno a využíváno bruslaři všech věkových kategorií. Pro sjezdové lyžování těch nejmenších dobře poslouží val vybudovaný na okraji parku. S ohledem na finanční možnosti města je v rámci projektu Park Mlynářka areál parku postupně doplňován řadou sportovních a relaxačních zařízení.

V roce 2019 byl v parku Mlynářka otevřen fitness park, nový workoutový a parkourový areál s tartanovým povrchem s rozlohou přes 300 metrů čtverečních. Ten umožňuje sportovcům využívat nejmodernější cvičební prvky pro venkovní cvičení. Skládá se z parkourové sestavy (trénink účinných pohybů při překonávání překážek) a je doplněn o workoutové prvky (silové cvičení s váhou vlastního těla). Na hřišti tak mohou společně cvičit vyznavači streetworkoutu a parkouru. Počtem prvků, jako jsou hrazdy, bradla, žebříky, lavice, horizontální žebříky či prolézačky, se řadí k nejkomplexnějším hřištím v Pardubickém kraji.

Pro menší sportovce byla v sezemickém parku Mlynářka v blízkosti workoutového a parkourového hřiště postavena lanová pyramida. V roce 2020 byl v parku slavnostně otevřen skatepark o ploše 901 metrů čtverečních. Jezdit na této ploše je možné na skateboardu, koloběžce, in-line bruslích a BMX kolech. Vedle skateparku se nezapomnělo ani na vybudování nové parkovací plochy.

V centru parku byl v červnu 2021 dostavěn altánek s venkovním grilem, který je nejen místem pasivního odpočinku, ale bude sloužit i jako doplňující prvek při konání nejrůznějších oslav. Pro malé děti je v parku instalována lanovka. Jen několik desítek metrů od parku Mlynářka je vybudováno dětské hřiště s houpačkami, prolézačkami a skákadly pro pobavení těch nejmenších.

Dnes žije v Sezemicích s připojeními obcemi na 4000 obyvatel. K Sezemicím jsou připojeny dříve samostatné obce Počaply, Dražkov, Lukovna, Kladina, Velké Koloděje a Veská.

Dražkov leží na levém břehu Labe při silnici Sezemice–Dřítč. Historické prameny uvádějí první zmínky o vsi Dražkov ve druhé polovině 14. století. Původně patřil Dražkov ke klášteru opatovického, v dobách pozdějších se uvádí v panství pardubickém. Dnes je Dražkov částí Sezemic a žije zde sto obyvatel.

Kladina leží mezi Sezemicemi a Velkými Koloději na říčce Zadní Lodrantka. V nedávné době byl v Kladině objeven unikátní zchovalý archeologický nálezy – tři tisíce let stará zdobená bronzová nádoba. V době před husitskými válkami patřila Kladina k panství sezemického kláštera. Po zrušení kláštera byla připojena k panství kunětickohorskému a roku 1491 byla Vilémem z Pernštejna přikoupena k pardubickému panství. Dnes je Kladina částí Sezemic a žije zde sto devadesát obyvatel.

Lukovna leží na levém břehu Labe v místě, kde řeka mění svůj tok ze směru jižního na západní. Patří k nejstarším obcím na Pardubicku. Na území dnešní Lukovny byla nalezena rozsáhlá pohanská sídliště a pohřebiště pocházející z doby lidu popelnicových polí. V době před husitskými válkami patřila Lukovna k panství sezemického kláštera. Pozoruhodností Lukovny byly studny s minerálními prameny obsahující značné množství hořčíku a jódu objevené v 19. století. Antonín Holub, majitel usedlosti, na jehož dvoře byly prameny objeveny, zde založil v polovině 19. století lázně. Po jeho smrti byly z kabin lázní upraveny stáje a pramen byl zasypán. Dnes je Lukovna částí Sezemic a žije zde necelých sedm desítek obyvatel.

Počaply, dříve též Počápky, Podčápky, či lidově Počáple, leží v bezprostřední blízkosti soutoku Labe s Loučnou. Jejich část Počapelské Chalupy leží při silnici ze Sezemic do Pardubic. V době před husitskými válkami patřily dvory v Počaplích k panství sezemického kláštera cisterciáků. V minulosti tu stávala tvrz a jeden z jejích majitelů zeman Bohuněk z Počápel podepsal v roce 1415 pověstný protest proti upálení mistra Jana Husa. Ve starých dobách sestávaly Počaply ze dvorů, odtud i název na starých mapách Počápky-Dvory. Asi v letech 1780–1800 byl dvůr v Počaplích rozdělen, čímž vznikla na jeho popluzí osada Chalupy, dnes Počapelské Chalupy. V současné době jsou Počaply částí Sezemic a žije zde dvě stě osmdesát obyvatel.

Velké Koloděje leží na březích řeky Loučné. Jméno obce pochází ze staročeského slova koloděj, tj. kolář. První písemná zmínka o Velkých Kolodějích je datována rokem 1167. Patřily k premonstrátskému klášteru v Litomyšli, který je dostal od Gertrudy Babenberské, první manželky českého krále Vladislava I. Část Velkých Koloděj na levém břehu Loučné, Malé Koloděje, povstaly podle pověsti z polí patřících sezemickému klášteru, které po jeho zrušení zakoupili tři rolníci a vystavěli zde svá obydlí. Ke konci 14. století byly Koloděje sídlem pánů z Koloděj. Zemané Mikuláš a Jan z Koloděj podepsali v roce 1415 protest proti upálení mistra Jana Husa. Dnes jsou Velké Koloděje částí Sezemic a mají sto devadesát obyvatel.

Veská, dříve též Věska, Veska nebo Nová Veska, je nejmladší z obcí připojených k Sezemicím. Leží za pásem lesa jižně od Sezemic. Byla založena kladskými emigranty za císaře Josefa II. v letech 1780–1781 na vysušených rybnících Střejček a Staročernský. Veská jako jediná z připojených vesnic měla svoji školu, ve které se až do konce 19. století vyučovalo v německém jazyce. V dnešní Veské je známé Dětské centrum, v němž nalézají pomoc a podporu děti a jejich rodiny v nepříznivých životních situacích. Na katastru Veské vpravo od silnice na Sezemice se nachází pozoruhodná přírodní zajímavost – největší písečná duna v České republice, zvaná Vesecký kopec. Své okolí duna převyšuje o téměř dvacet metrů. Těžbou písku je však značně porušena. Dnes je Veská částí Sezemic a žije zde tři sta čtyřicet obyvatel.



BYLINKY A ZDRAVÍ

Pampeliška lékařská

Pampeliška lékařská je odolná vytrvalá rostlina, která se nejvíce vyskytuje v mírném pásu Evropy a Asie. Nejčastěji ji najdeme na travnatých místech, jako jsou louky, meze nebo zahrady. Mnozí z vás ji znají jako všudypřítomný plevel na zahrádce, jehož kořen se při pokusu o vytažení většinou přetrhne a rostlina brzy vyroste znovu.

Použití a sběr smetánky lékařské

Sbíráme kořen, někdy list a nat'. **Kořen** sbíráme především na přelomu března a dubna (před rozkvětem), anebo až na podzim po odkvětu rostliny. Je velice důležité jej správně osušit, nejvhodněji ihned po sběru pod umělým teplem (maximálně do 50 °C). Je-li nutné kořeny rozříznout, pouze podélně! Listy se doporučují sbírat před květem, stvolů a úborů po dobu květenství.

Obsahově významnými látkami jsou například: hořčina taraxin (obsah stoupá v červenci a srpnu), steroly, aminokyseliny, cholin, třísloviny, inulin (nejvíce na podzim), vitamíny A, B, C, D, soli manganu, draslíku, sodíku, síry, fosforu a kyseliny křemičité.

Pampeliška má blahodárný účinek při léčbě chorob **trávicího traktu** (špatné vyprazdňování žaludku a žlučníku), pomáhá také při zánechtech močového měchýře a ledvinových kamenech. Doporučuje se užívat **při cukrovce** (posiluje slinivku břišní) a při poruchách látkové výměny. Dále podle všeho užívání pampelišky zahání únavu, také podporuje činnost životně důležitých žláz, jater (např. při žloutence), žlučníku, ledvin a střev, čímž posiluje organismus. Má **čistící účinky** pro krev a napomáhá tvorbě červených krvinek, zlepšuje tak činnost srdce. Měli bychom jí věnovat pozornost také **při redukci váhy**, jelikož je močopudná a odlehčuje organismus (jinak pozor, povzbuzuje chuť k jídlu!). Žvýkání jejích listů (a následné vyplivnutí) je vhodné pro revmatiky pro ustoupení bolesti. Odstraňuje také svědění kůže a různé vyrážky (př. akné).

Pozor: jestliže trpíte akutní neprůchodností střev nebo žlučových cest, bylinku raději neužívejte. Pampelišku by neměly užívat těhotné a kojící ženy a malé děti. Možnost zkržené alergie s jinými rostlinami Asteraceae. Nejběžnějším příznakem tohoto stavu je zánět kůže po přímém kontaktu s bylinkou.



Domácí recepty

Pampeliškový med na nachlazení

Suroviny: 2 litry pampeliškových květů (velká miska nebo košík), 1,5 litru vody, 1,5 kg cukru, 3 citrony nebo limetky (nebo 2 balíčky kyseliny citronové)

Postup: Natrhané květy propláchneme studenou vodou. Přidáme na kolečka nakrájené citrony či limetky a zalijeme vroucí vodou. Necháme stát do druhého dne. Poté přecedíme přes cedník nebo čisté plátno do hrnce, přidáme cukr a vaříme minimálně 20 minut (maximálně však 1 hodinu), podle toho, jak chceme mít med hustý. Plníme do čistých vymytých skleniček, na 5 minut otočíme dnem vzhůru, poté obrátíme zpět, necháme vychladnout a popíšeme.

Čaj z pampelišky na překyselený žaludek

3 lžičky nadrobno nasekaného sušeného kořene pampelišky vsypeme do čtvrtlitru vody. Necháme přejít varem, 15 minut vylouhovat, poté přecedíme. Pijeme dva šálky vlažného čaje denně.

Děkujeme, blahopřejeme...

* Paní **Milada Dvořáková** děkuje touto cestou členkám komise pro občanské záležitosti za přání a dar k jejím 85. narozeninám.

* Srdečně děkuji Městskému úřadu V Sezemcích za blahopřání a dárek k mým 85. narozeninám. **Miroslav Mareš.**

* Touto cestou bych chtěla poděkovat všem za projevy soustrasti nad skolem mého manžela Františka Čiháka. **Ludmila Čiháková s rodinou**



*Chtěli bychom tímto upřímně poděkovat všem,
kteří se zúčastnili posledního rozloučení
s panem*



Pavlem Kopeckým



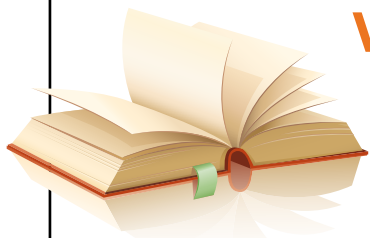
který nás navždy opustil 22. 5. 2022

ve věku nedožitých 79 let. Děkujeme všem za vyjádřené projevy soustrasti.

Pavel Kopecký jako bavič, konferenciér, komik a imitátor Vlasty Buriana celý život svým humorem bavil všechny kolem sebe a byl šťastný, když se lidé smáli.

Vzpomínejme na něj proto s úsměvem na tváři.

Rodina Kopeckých



V KNIHOVNĚ *nejen o knihách*

Půjčovací doba knihovny:
pondělí, středa, čtvrtek
9.00–12.00, 13.00–17.00

Knihovna teď prožívá velice akční dny. Akce střídá akce a přípravy na pasování všech tří tříd prvňáčků za čtenáře knihovny jsou v plném proudu. Každý den se v knihovně vystřídá alespoň jedna třída základní školy a bude tomu tak až do konce školního roku. Dětem ukazujeme, jak se vyznat v knihovně, vysvětlujeme si pojmy jako je e-kniha a audio-kniha a také společně testujeme různé deskové hry. Těší nás, když děti odcházejí s knihou nebo s přihláškou do knihovny, a moc se přimlouváme, aby je rodiče v jejich nadšení podpořili. Snad i pro ně může být přínosem náš opravdu rozmanitý fond, který stále doplňujeme a aktualizujeme. Zároveň bychom rádi upozornili všechny čtenáře na změnu otvírací doby, která se od 1. července ve čtvrtek zkrátí o hodinu!!! To nám umožní využít čas na nákupy, starání se o knihobudky a také knihy z pozůstalostí, kterých stále přibývá. Děkujeme touto cestou všem, kteří svými dary hraček, kostýmů i knih zpestřují naše akce a zkrášlují naši knihovnu. Poděkování také patří těm, kteří svými náměty umožňují konání akcí, jako byla beseda O spánku dětí s Mgr. et Bc. Lenkou Medvecovou – zakladatelkou projektu ProsímSpinkej. Vaše náměty velice rádi realizujeme. Na závěr Vás a Vaše dítky pozveme na akci Odměňování za vysvědčení, která se tradičně uskuteční 30. června 2022 a celý první týden v červenci. Přeji Vám za všechny pracovníky knihovny klidné a odpočinkové léto plné zážitků a zaslouženého relaxu.

Petra Procházková



CTS SENIOR CUP SEZEMICE

Dne 29. 5. 2022 se v Sezemicích v sále Sezemického domu uskutečnil první roční taneční soutěže CTS Senior Cup 2022 ve standardních a latinskoamerických tancích. Soutěž pod hlavičkou Českého svazu tanečního sportu pořádal taneční klub CTS Perfect Pardubice ve spolupráci s městem Sezemice. Více než 60 seniorských tanečních párů přijelo ze všech koutů republiky. Svým rozsahelem se tak soutěž zařadila mezi ty největší v ČR.

Město Sezemice reprezentovali Ivona a Václav Truncovi, kteří si na domácí půdě vytančili jednu bronzovou, jednu stříbrnou a dvě zlaté medaile.

Velké poděkování patří tanečnímu klubu CTS Perfect za skvělou organizaci soutěží a městu Sezemice za skvěle připravený parket. Po skončení soutěží se pořadatelé i porota dočkali poděkování i od samotných tanečníků.

Všichni se těšíme na další ročník soutěže a věříme, že se taneční soutěž stane tradiční akcí.

I. Pacholová, TK Přeslap



Prázdniny, prázdniny přicházejí...

Počasi zase atakuje tropické teploty, jahody dozrávají a děti se moc těší! Na co, ptáte se? Stačí se jich zeptat. Většina se zasněnými očima jmenuje koupání, více času s kamarády, legraci v přírodě... A „naše“ skautské děti to rovnou shrnou slovem – tábor. Ten se blíží milovými kroky a všichni se těšíme!

Ale abychom nepředbíhali, od minulého článku se toho tolik událo! Naše mladší děti se zúčastnily okresního kola Závodu včítat s a světlušek, moc si to užily a jedna hlídka světlušek dokonce získala první místo a spolu s ním i postup do dalšího kola.

Odehrálo se několik víkendových výprav – včata a skauti vyrazili na víkend objevovat dobrodružné Toulavcovy maštale a skautky spolu se světluškami prozkoumaly kouzelné končiny Jizerských hor.

A co nás ještě čeká do konce června? V plánu jsou přespávačky, literární dýchánek, jednodenní výpravy i společný střediskový oheň k zakončení úspěšného školního roku. A pak už se budeme pár týdnů jen těšit na to, na co se těšíme po celý rok nejvíce – na tábor!

Krásné prázdniny všem přejí sezemičtí skauti.



ŘÍMSKOKATOLICKÁ FARNOST SEZEMICE

SVATÝ JAN KŘTITEL

24. června si připomínáme narození svatého Jana Křtitele. Narození Jana provází zjevný Boží zásah, jeho rodiče - Zachariáš a Alžběta - jsou totiž již pokročilého věku a narození vytouženého dítěte je pro ně velkým darem. Z Lukášova evangelia můžeme vyrozumět, že Jan byl už před svým narozením naplněn posvěcující Boží milostí, a to od chvíle, kdy přišla Panna Maria k Alžbětě. Jan byl povolán, aby svým kázáním o Božím království a voláním po obrácení lidu připravil příchod Ježíše Krista. Křtil vodou na znamení touhy po obrácení. Také Ježíš od něho přijal křest a první Ježíšovi učedníci pocházeli z okruhu učedníků Janových. Sám Jan se považoval jen za „hlas volajícího na poušti“, za předchůdce mocnějšího, který má po něm přijít. Jan byl prorokem na prahu Nového zákona, jeho úkolem bylo umožnit Ježíšovi, aby mohl přijít, připravit pro něj terén, jednat tak, aby Ježíš měl na co navázat. Úkolem Božího lidu, těch, kdo byli pokřtěni a přijali Ježíšova Ducha, je nežít jako osamocené ostrovy, jako lidé bez vztahů bez minulosti a budoucnosti. Plníme své poslání a žijeme smysluplný život, když zhodnocujeme to, co vytvořili ti, kdo tu byli před námi, a umožňujeme těm, kdo přijdou po nás, aby měli na co navázat.



POMOC UKRAJINĚ

Římskokatolická farnost Sezemice a Město Sezemice vás již nyní zvou na oslavy pouti. V neděli 14. srpna proběhne dopoledne tradiční **poutní mše svatá** a v podvečer pak od 18.00 hodin se uskuteční **poutní koncert**, na němž vystoupí písničkář, zpěvák a kytarista **SLÁVEK KLECANDR**. Je kapelníkem legendární folk-rockové skupiny Oboroh, se kterou projel řadu evropských zemí, ovšem vystupuje také sólově. Slávek Klecandr je zároveň autorem většiny hudby a textů pro devět CD skupiny Oboroh i pro svá dvě sólová alba, na svém kontě má také autorství a aranžmá dvou celovečerních koncertů Oborohu s Filharmonií Hradec Králové. Hezkou pozvánkou je hodnocení redaktora Rádia Proglas Milana Tesaře: „A když se vám někdy podaří slyšet Slávka živě a samotného, budete překvapeni, kolik muziky dokáže ještě dnes jeden člověk s kytarou udělat.“ Takže – přijďte si poslechnout!

Za farnost Sezemice

Blanka Scholleová, Pavla Marešová



NOC KOSTELŮ 2022



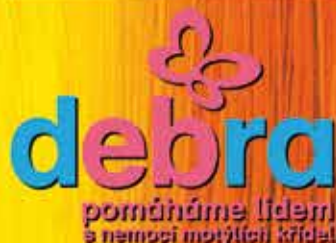
V pátek 10. 6. jsme si mohli užít jedinečnou večerní atmosféru otevřených sakrálních památek v rámci mezinárodní akce Noc kostelů. Návštěvníci si mohli prohlédnout malebnou kapličku Svatého Josefa v Zámostí. V kostele Nejsvětější Trojice zazněly žalmy a chvalozpěvy s výkladem o jejich vzniku a také o inspiraci, kterou jsou pro nás i v 21. století. Také varhanní skladba Johanna Sebastian Bacha – Aus tiefer Not schrei ich zu dir je inspirována 130. žalmem. Noc kostelů byla příležitostí přijmout pozvání ke ztišení, zastavení a poznání kořenů, z nichž vyrůstá naše kultura.



Benefiční Rocková Veselice

vystoupí:

PODPORUJEME



SešLost

...možná přijde i:

UNIVERSAL
s Mírou Jedličkou

SEZEMICE
HŘIŠTĚ | OD 19 H

Vstupné: 150,- Kč

5.8.2022

Čarodějnice, ááááách jo...

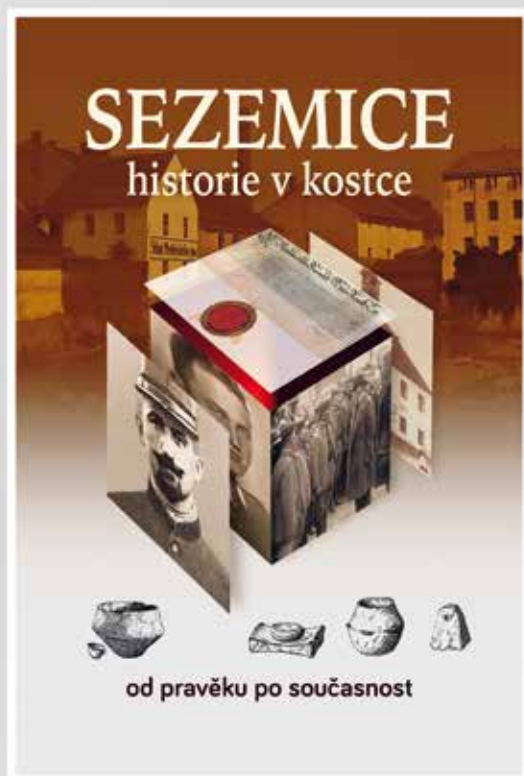
Často slyším povzdechy „skalních“ Sezemáků nad touto akcí a jejich vzpomínky na časy, kdy se na ní potkávali se sousedy a mohli nechat děti běžet po areálu TJ Spartak Sezemice beze strachu. Sama jsem tyto časy zažila a byly krásné. Nyní je to však jinak. Odpolední program s 800 návštěvníky a večer s naším „dorostem“ příliš klidnou akci opravdu nenabízí. Dovolte mi, prosím, abych po 20 letech práce v kultuře směla říci své **ale...**

Sezemice se nám rozrůstají a některé akce našly oblibu i u přespolních. Není v našich silách třídit návštěvníky na „Betlémany“ a ostatní. A přestože na tyto akce nevylepujeme plakáty mimo město, ani je nijak nemedializujeme, je snad i hezkou vizitkou naší práce, že si nás návštěvníci přesto najdou. Věřím, že pořádáme mnoho akcí zaměřených na naše krásné královské město, jako je Masopust, Pasování prvňáčků, Rozsvícení stromečku, nebo Sezemická lávka (i když i tato akce už neláká jen místní), které jsou jen o nás, o Sezemácích.



Večerní sezemické kapely? Obě s námi začínaly před lety, hrály pro pár lidí za klobásu a užívaly si domácí půdu. Jsme pyšní, že jim nyní stojí pod podiem přes 300 lidí a děláme maximum pro to, aby tato jediná akce pro teenagery byla bezpečná. **A diskutované vstupné?** Asi všem je jasné, že zvukaři, dárkové balíčky i ceny do soutěží něco stojí a že Vám to město vrátí na mnoha jiných akcích, na kterých vstupné ani nevybíráme, nebo ho významně dotujeme. To, doufám, vidí každý, kdo kulturní činnost města sleduje. Snad mi prominete malé pozastavení, ale řekla jsem si, že příští rok třeba nebude tolik povzdechů, ale o to více pochopení a chvály. Vždy ráda já i kolegové vyslechneme všechny nápady na vylepšení, upřímně přivítáme všechny, kteří přijdou s nápadem na akci nebo se budou chtít stát součástí party lidí, která dělá všechno pro to, aby se v Sezemici pořád něco dělo napříč věkovými kategoriemi, ročními obdobími i žánry. Přejí Vám všem krásné léto.

Petra Procházková



Město Sezemice vydalo v červnu 2022 publikaci, která ve stručnosti připomíná dějiny území dnešních Sezemíc a nejbližšího okolí od pravěku do doby, ve které žijeme.

112stránkovou publikaci si můžete zakoupit v Městské knihovně Sezemice nebo na městském úřadě za cenu 100 Kč.

Očima mladých – TICHÝ SVĚDEK

Na světě existuje mnoho míst, která si vyslechla nejen jeden příběh a zažila mnoho dobrých i zlých věcí. Několik z nich máme i v Sezemicích. Mladí lidé se často scházejí v altáncích parku Mlýnářka. Tato malá dřevěná stavení o nich proto ví víc, než si kdokoliv z nás dokáže představit! Kdyby uměla mluvit....

Nejsem malířské plátno! Někteří lidé si snad myslí, že je v pořádku, když se na mě podepíší, nebo když někomu skrze moji kůži pošlou vulgární vzkaz. Občas se dokonce vyskytne nějaký single ubožák, který mi na tvář napiše svoje telefonní číslo. Nemám nic proti tetování, ale tohle je silně za hranou. To, že vypadám trochu jako Berlínská zeď, ale není to nejhorší. Jednoho dne mi někdo dokonce utrl prkno z lavičky. Nevím, co jsem komu udělal...

Vyjma těch pár individuí mám s mladými především pozitivní zkušenosti. Rád poslouchám, co si povídají, přestože jsem jejich mluvě zpočátku příliš nerozuměl. Některé jejich historky mě velmi pobavily, jiné byly k pláči. Témata hovorů jsou různá, záleží na každém návštěvníkovi. Nedávno jsem pohostil skupinku hasičů a jejich dialogy byly upoutány výhradně k nadcházejícím závodům. Oproti tomu například holky proberou úplně všechno a hlavně kluky. Všichni mladí mají však jedno společné. Stěžují si na školu a zejména na vybrané

učitele. Navštěvuje mě také mnoho zamilovaných párů. Děláním jim společnost a střežím jejich lásku. Je srdcervoucí, když vidím, kolik vztahů se po čase rozpadne a kolik nešťastných duší hledá úkryt pod mou střechou.

Dozvěděl jsem se také, co rádi jedí a pijí. Upřímně jsem byl v šoku. Každý si sem nese pytlík brambůrek nebo slané tyčinky. K tomu, co pijí, bych se radši vůbec nevyjadřoval. Jestli mají všichni takovou životosprávu, tak je s podivem, že mají ve dvaceti všechny orgány pohromadě. Další, co upoutalo moji pozornost, je hudební vkus. Za dobu své existence jsem slyšel snad úplně všechno. Mladí nejčastěji poslouchají český rap, ale sem tam se najde někdo, kdo si u mě pustí staré poklady, jako jsou Beatles nebo Nirvana. Párkrát jsem měl dokonce to „štěstí“, že jsem si vyslechl metalové kapely Korn a Hypocrisy. Zjistil jsem, že tento typ hudby nebude mým šálkem kávy. Některé jejich songy, jak říkají, mi málem urvaly uši!

Na závěr bych chtěl říct, že i přestože mě chování některých pubescentů vytáčí, zpestřují mi jinak nudný život. Bez nich bych byl jen osamoceným stavením u řeky. Těším se z jejich štěstí a smutí mě jejich starosti. Sloužím jako místa velkých i malých setkání a vážím si toho, že mi sdílí svá tajemství.

Martin Marek

PASOVÁNÍ PRVNÁČKŮ 2022

Již po sedmácté se otevřely brány Písmenkového království a v letošním roce se tak stalo v parku Mlýnářka. Městská knihovna pozvala 62 prvňáčků a jejich rodinných příslušníků na akci k podpoře dětského čtenářství. Děti obdržely od města Sezemice průkazky do knihovny a drobné dárky od sponzorů. Královský dvůr byl i letos v plné sestavě: pan král Martin Staněk, královna Petra Procházková, Abeceda Staňa Rudolfová a pan rádce Zdeněk Levinský. Zvuk Václav Trunec, asistence Majka Schillerová a Mirka Holečková, foto Steve Švestka. Díky krásnému počasí a pohodové atmosféře jsme všichni odcházeli s úsměvem na rtech a dobrým pocitem z akce, na kterou děti rády vzpomínají i po letech. Zda z pasovaných rytířů budou aktivní čtenáři, to už je jiná pohádka...

Petra Procházková



Kanoistický klub Prosport Sezemice

Kanoistická sezóna je v plném proudu a závodníci z Prosportu Sezemice za sebou mají již několik důležitých závodů.

Areál kanoistiky Kojetín u řeky Moravy hostil 23.–24. dubna první letošní celostátní závod v rychlostní kanoistice. Na dlouhé trati od dvou do devíti kilometrů bylo přihlášeno 650 pádlujících z České republiky i Slovenska. První den se startovalo intervalově, druhý den proběhly společné starty ve startovních řadách dle výsledků z prvního dne. Délka trati byla od 2 do 9 km, dle věkové kategorie. Benjamínci po oba dny startovali hromadně a absolvovali trať dlouhou 2 km.

Náš klub reprezentovalo celkem 9 závodníků, kterým se podařilo získat neuvěřitelných 8 cenných kovů, z toho 6 zlatých a 2 bronzové: **Adam Rudolf** (2x 1. místo), **Adam Hrádek** (5. místo, 4. místo), **Jakub Pavlis** (10. místo, 9. místo), **Matěj Suchý** (18. místo, 16. místo), **Hani Al-Robai** (1. místo, 3. místo), **Jan Takáč** (13. místo, 12. místo), **Vítek Krejčí** (2x 1. místo), **Viktor Mohaupt** (3. místo, 4. místo), **Matyáš Krejčí** (1. místo, DNF po boji s větrem).

V neděli 8. května proběhl již 86. Hradecký kilometr. Za krásného počasí závodníci bojovali na řece Orlici o cenné kovy na tratích 500 a 200 metrů. Sestava ve složení **Vítek a Matyáš Krejčí, Eliška Malá, Viktor Mohaupt a Marek Půlpán** vybojovala 9 medailí, z toho 5 zlatých a 4 stříbrné. Vůbec poprvé si závodní atmosféru vyzkoušela naše nová kajakářka **Eliška Malá**, která předvedla velmi pěkný výkon a v obou závodech vybojovala krásné 8. místo, zatímco její starší sestra **Anička**, vzhledem ke zdravotním indispozicím, tentokrát mohla pouze fandit ze břehu.

O víkendu 14.–15. května 2022 proběhly první závody již 12. ročníku Labsko-Orlického poháru. V sobotu se konal 69. ročník Nymburské 500, v neděli pak Dlouhé tratě na Pastvinské přehradě. V Nymburce se tentokrát závodilo pouze na krátkých tratích (200 a 500m). Vzhledem k obrovskému počtu přihlášených závodníků (přes 500 z celkem 36 klubů) byli pořadatelé nuceni závody na dlouhých tratích zrušit. I přes obrovskou konkurenci byli naši závodníci úspěšní a domů si odvezli 7 medailí – 1 zlatou (**Vítek Krejčí**), 4 stříbrné (**Viktor Mohaupt, Matyáš Krejčí, Hani Al-Robai, debi Viktor a Vítek Krejčí**) a 2 bronzové (debi **Matyáš Krejčí a Marek Půlpán, Matyáš Mohaupt**). Druhý den na Pastvinách se konaly doslova medailové žně. Podařilo se vybojovat cel-



kem 21 cenných kovů – 7 zlatých, 4 stříbrné a 10 bronzových! Kromě zisku spousty medailí si tak závodníci zapsali mnoho bodů do Labsko-Orlického poháru.

První červnový víkend proběhl II. Český pohár mládeže a zároveň nomináční závod juniorů a závodníků U23 v Račicích. Sestava ve složení **Matyáš Mohaupt, Hani Al-Robai, Matěj Suchý, Matěj Hovorka, Jakub Pavlis, Adam Hrádek a Adam Rudolf** dokázala na celorepublikové úrovni vybojovat 5 zlatých medailí a jednu stříbrnou. Nejúspěšnějším závodníkem se stal **Adam Rudolf**, který ovládl obě singlové disciplíny (200 a 1000m) a spolu s **Adamem Hrádkem** na C2 vyhráli také obě deblové tratě (500 a 1000m). Díky těmto výsledkům se oba nominovali na **Mistrovství Evropy juniorů v Bělehradě**, které se bude konat 23. až 26. června. Oběma závodníkům moc gratulujeme a budeme držet palce. Další cenné kovy se podařilo vybojovat **Hanimu Al-Robaiovi**, který zvítězil na deblu společně s Žamberkým Krausem a na C1 500m bral stříbro. Na kilometrové trati mu medaile unikla jen o vlásek a bral krásné 4. místo. Dvě čtvrtá místa vybojoval také mladší žák **Matyáš Mohaupt**. Stejného umístění dosáhli **Matěj Hovorka** s **Kubou Pavlisem** na C2 1000m. Na poloviční trati skončili pátí. Dařilo se i dorostenci **Matějovi Suchému**. Na singlu kilometru si dopádl pro skvělé 6. místo, na C2 500m s Plzeňským Caltou skončili osmí.

Za Prosport Sezemice Martina Hubíková

Sportovně střelecký klub Sezemice



Tak nám začala malorážková sezóna. Už 31. Ročník závodu „**Memoriál J. Březiny**“ LM, SM 60 ran se konal 23. 4. 2022 na sezemické střelnici. Převaha místních závodníků proti přespolním byla značně znát. První příčky obsadili J. Puhlovský a M. Müllerová, druhou M. Brett a třetí S. Kišáková. Slušným výsledkem se mohl pochlubit L. Varečka, přestože získal tu ob-

líbenou čtvrtou bramborovou příčku. Musíme vysvětlit, že Lukáš jako starší už přesedlal na dospěláckou disciplínu – malorážka vleže. Po pár trénincích bylo vidět, že se bez problémů s novou zbraní skamarádil. Závodů se také zúčastnil F. Jozíf, J. Novák, J. Čech, M. Svobodová, D. Váleková.

Aktivně jsme se zapojili s dalšími organizacemi na zábavném odpoledni při akci „**Pálení čarodějnic**“. Střelecké stanoviště perfektně připravila S. Kišáková se svými pomocníky M. Brettem, F. Jozífem s V. Seidlerem. A jakou jsme měli disciplínu? Hod míčkem na cíl.

Po dlouhé zimní pauze vyhnali pavouky ze svých laufů i pistoláři. Opět si na naší střelnici 1. 5. 2022 odstříleli závod „**Sezemická třicítka**“ SP 30 ran. S nejvyšším výsledkem si zajistila 1. místo S. Kišáková.

Hned za ní skončil F. Vojtěch a dále pak J. Straka, J. Patřičný, V. Hájek, L. Šůra, R. Vojtěch. Sobota 14. 5. 2022 nás zastihla na hradecké střelnici při soutěži „**Mistrovství UNITOP + Memoriál dr. Rýdla**“ v disciplínách LM, SM 60 ran a LM, SM 3x20 ran. Zároveň tu byl vyhlášen i regionální přebor Královohradeckého a Pardubického kraje. Pro vítězství si sem dojele naše dorostenka M. Müllerová. V obou disciplínách získala 1. místo a tak zaslouženě obdržela titul „**Regionální přeborník**“. Druzí byli M. Brett, M. Kohout, J. Puhlovský a D. Váleková. Druhý závod na hradecké střelnici „**Memoriál J. Pospíšila**“ proběhl 4. 6. 2022, kde si vystříleli dvě třetí místa F. Jozíf a M. Müllerová.

I letos se rozjely pro nás důležité závody. Do Plzně na Český pohár a Kontrolní závody odjíždějí J. Novák s J. Puhlovským. Do Ostravy na Český pohár mládeže pistoláři F. Vojtěch, K. Štorková a K. Hrušešová. Puškaři M. Brett, F. Jozíf, M. Kohout, M. Svobodová, D. Váleková a M. Müllerová.

Moc bychom si přáli, kdyby se někomu z nich podařilo prostřílet se až do finálového kola.

Ve dnech 17. 6.–19. 6. 2022 si odjedou zazávodit do Plzně i naši dříve narození střelci veteráni (Čech, Adamová) na „**Mezinárodní mistrovství ČR veteránů**“. Přejeme jim pevnou ruku, ostrou mušku a i trochu toho štěstíčka.

Koncem června 26. 6.–30. 6. 2022 se bude konat nejvýznamnější celorepubliková akce pro děti a mládež „**Letní olympiáda dětí a mládeže**“ Tuto akci bude letos zařizovat Olomoucký kraj. Za Pardubický kraj budou střelecký sport reprezentovat pistoláři F. Vojtěch s K. Štorkovou a puškaři F. Jozíf s M. Müllerovou. Přejeme jim hodně dobrých výsledků, a kdyby snad cinkala i nějaká ta medaile, nebudeme se vůbec zlobit.

Ještě za náš klub byla nominována M. Müllerová na mezinárodní závod „**HOPES**“ do Plzně, který se koná od 9. 6.–12. 6. 2022.

Na závěr vám všem přejeme krásné a pohodové prožití prázdnin a dovolených.

L. Čiháková, ČSS, z.s. SSK Sezemice

Sport pro všechny

Ve středu 18. května se uskutečnily na hřišti při ZŠ Závod Míru Pardubice závody v atletickém víceboji, tj. sprint, vytrvalostní běh, skok do dálky a hod. Z našeho odboru se zúčastnilo 9 dívek a 3 chlapci.

V kategorii mladší žákyně I. se Tereza Lingrová umístila na krásném 2. místě, Liliana Vosáhllová na 4. místě. V této kategorii dále závodily Ela Slouková, Nikola Dobešová a Ema Rozsypalová.

V kategorii mladší žákyně II. se Magdaléna Frimlová umístila na 3. místě, Tereza Dostálová na 5. místě a Kristýna Pišová na 6. místě. V této kategorii závodila i Monika Komárková.

V kategorii mladší žáci I. Štěpán Krejčík získal zlaté 1. místo. Za tuto kategorii závodil i Václav Komárek a Martin Piša.

Děkujeme všem zúčastněným za bojovnost a výsledky, rodičům za podporu a fandění.

O prázdninách bude probíhat pouze cvičení pro ženy a dívky. Tímto Vás zveme na aerobní a kondiční cvičení, které bude od 11. července v pondělí a středu od 18,30 do 19,30 hodin na venkovním asfaltovém hřišti pod školou. S sebou karimatku, pití, ručník a dobrou náladu a hlavně přející počasí.

Všem za Sport pro všechny přejeme krásné a slunečné léto, dětem mnoho zážitků, zdravého pohybu a po prázdninách se těšíme v tělocvičně i na ostatní naše oddíly.

Za SPV Anna Remešová

CVIČENÍ PRO RODIČE A PRARODIČE S DĚTMI

Cvičení pro rodiče a prarodiče s dětmi jsme ukončili cvičením v tělocvičně s převápením.

Vyzkoušeli jsme různé cviky a soutěže s pěnovým míčem. A pak výskoky na trampolíně, obratnost na průlezkách, přeskoky přes švédské pěnové bedny a překonání výšky na gymnastickém koni ☺ Všechny děti to zvládly na jedničku, a tak převápení v podobě nanuků bylo s radostí přijato ☺



Děkujeme všem rodičům i prarodičům za společný čas strávený v pohybu, za úsměvy dětí na těchto hodinách.

Přejí krásné léto, užívejte dny s rodinou a se sportem.

V září se těším na viděnou.

Tereza Srazilová, srazilova@centrum.cz, tel. 732 916 159



Prestižní turnaj centropce

28. 5. 2022 se účastnil PK Sezemice prestižního turnaje trojic centropce, který se konal na zámku v Liblicích, spolu se 128 týmy z 12 evropských zemí. Náš klub byl zastoupen dvěma týmy ve složení: J. Beránek st., J. Beránek ml., L. Binko (1. tým) a L. Chocholouš, V. Brandýský, juniorka J. Sekerešová (2. tým).

Po základní části pěti zápasů postoupilo celkem 32 týmů. Tým č. 1 skončil na průběžném 11. místě. V dalších kolech prohrál v boji o 16. místo a skončil na 17.–32. místě.

Druhý tým se bohužel do top 32 neprobojoval a skončil na 62. místě.

Zaslouženě a s přehledem vyhrál tým mistrů světa z Francie.

Závěrem bych rád poděkoval členům PK Sezemice za reprezentaci našeho města v tomto turnaji.

Chocholouš L., prezident PK



Je čas poděkovat občanům města Sezemice a jeho vedení

za pomoc a podporu při pořádání obou cyklistických závodů – 7. 5. časovky jednotlivců a 8. 5. „Memoriálu Jarky Krátkého“ jako vzpomínky na významného reprezentanta československé cyklistiky, občana Sezemice.

Oba tyto závody uspořádalo Sdružení cyklistů Pardubicka ve spolupráci s městem Sezemice. Závody tentokrát proběhly v tradičním termínu, velmi úspěšně a za velké účasti nejlepších závodníků a závodnic Extra ligy masters ČR, letos i ze zahraničí. Ceny závodníků uděloval s ředitelem závodu Leošem Mittnerem i Václav Krátký (syn J. K.), kteří před závodem položili kytky u hrobu Jarky Krátkého.

Sezemice se oběma závody dostaly mezi významná česká města pořádající cyklistické závody a tím i do povědomí cyklistické veřejnosti, neboť letos byly prvními a všichni cyklisté se na ně těšili.

Sdružení cyklistů Pardubicka děkuje vedení města Sezemice za účinnou spolupráci a podporu a městským hasičům a policistům za obětavou pomoc při pořádání těchto závodů. Poděkování si zasluhuje i samotní občané Sezemice za příznivou atmosféru v průběhu obou závodů, která přispívala k jejich skvělým výkonům.

Za výbor SCP Němcová Libuše, 24. 5. 2022



V úterý 31. 5. 2022 jsme se rozloučili s naším dlouholetým členem sezemického střeleckého klubu Františkem Čihákem. Narodil se v Sezemících 22. 7. 1948 a v nich prožil celý svůj život.

S manželkou Lídou vychovali děti Martina, Tomáše, Lucii a Pavlu. Těšil se i ze svých šesti vnuček, kterým byl skvělým a laskavým dědečkem. Od mládí se aktivně věnoval střeleckému sportu. Díky pochopení rodiny se mu mohl věnovat na 100 %. Však k tomuto sportu připoutal nejen manželku, ale i syny Martina, Tomáše a vnučky Kateřinu a Nikolu. Po mnoho let obětavě a vzorně vedl jako předseda náš střelecký klub. I jako trenér mládeže si vedl dobře a vychoval několik generací střeleckých talentů. Byl platným členem sportovní komise u pardubického krajského sdružení ČSS. Byl to také zručný řemeslník – kutil. Nezištně pomohl nebo alespoň dobře poradil. Kamarád, prostě chlap do nepohody. Františku, budeš nám všem chybět a nikdy nezapomeneme! Čest tvé památce.

SSK Sezemice



VÁŠ MÍSTNÍ REALITNÍ MAKLÉŘ

Každá spolupráce nějak začala,
ta naše může odstartovat například
telefonátem. Konzultace nic nestojí.

PETR IVANKO

TEL: 777 221 027

WWW.PETRIVANKO.CZ



VETERINA SEZEMICE

MVDr. Pavla Marešová - rodinný veterinář pro malá zvířata s 18ti letou praxí. Ordinuji podle dohody, pacienty objednávám. Důležitou součástí mé práce je prevence a znalost souvislostí nemocí. Snažím se, aby se naši čtyřnozí kamarádi v ordinaci báli co nejméně. Pacienty ošetřuji také v domácím prostředí. Objednat se můžete telefonicky nebo e-mailem.



Mánesova 679, Sezemice
tel: 605 435 649 ; veterina.sezemice@email.cz
www.veterina.sezemice.cz

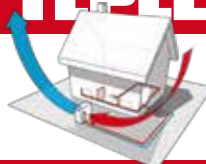
Bezdrátový Internet Sezemice

- již od 230,-Kč / měsíc
- žádné smlouvy, žádné závazky, žádná rizika
- žádné instalační poplatky, pokuty a penále
- žádné omezení počtu domácích PC
- první měsíc provozu ZDARMA !

Pro ověření dostupnosti služby a další informace volejte **608 245 246**
Službu provozuje: Milan Zelina, ul. Pod Strání, 533 04 Sezemice

www.internetsezemice.cz

TEPELNÁ TECHNIKA



**Plynové kotle • Elektrické kotle •
Tepelná čerpadla
Servis • revize • montáž**

p. Chmelík : 602 698 977 • chmelik.servis@seznam.cz



*Smišený pěvecký sbor **HLUBOKÁ ORBA** přijímá ženy i muže od 15 do 99 let do všech hlasových skupin. Pokud nám chcete pomoci se zúrodněním brázd populární i vážné hudby, čekáme na vás každé pondělí od 19.30 hodin v sále sezemické radnice.*

Václav Trunec, www.hlubokaorba.cz