

# PŘIPOMEŇTE SI SPOLU S NÁMI...



## DEŠTIVÝ, ALE BÁJEČNÝ NÁVRAT DO ŠKOLY – IZS

První zářijový víkend ožil park Mlynářka velmi netradiční kulturní akcí určenou především rodinám s dětmi. V programu se ale našla i spousta bodů, které si mohli vychutnat návštěvníci všech věkových kategorií.



Označení akce za netradiční se vztahuje už třeba na výběr místa konání. Mnoho Sezemáků volalo po oživení parku Mlynářka a těm jsme jistě udělali radost. A můžeme pokračovat, protože jsme v prostoru parku nechali připravit velké zastřešené podium, místní podniky jsme požádali o zajištění jídla a pití ve stánkovém prodeji a elektřinu nám vyrobila přistavená elektrocentrála.



Nejdříve si přišli na své milovníci dechovky, protože hned po zahájení akce ve 13 hodin nás čekalo vystoupení Živaňanky. Na ni navázal už jinak tradiční program v podobě stanovišť se soutěžemi pro děti a mládež pod taktovkou místních spolků a organizací. Celým programem se umně proplétala linka ukázek práce IZS, a to hasičů, pejskařů společně

s městskou policií a nemohla chybět ani zdravotnická záchranná služba. Jednotlivé ukázky se zaměřovaly především na prevenci a praktické nebo jinak zajímavé a názorné příklady toho, čím se dílčí složky zabývají.

Na pódiu se kromě oblíbené dechovky vystřídal i další umělci, konkrétně harmonikářka Saša Nyklíčková a pardubické duo Martias a Míla Charvát. Skvělou náladu trochu zchladil lehký deštík, který ale programu ani návštěvníkům na zážitku nijak neubral.

Večerní koncert seskupení 4 ROCKEŘI s operní pěvkyní byl famózní tečkou za celým dnem.



Závěrem mohu konstatovat, že ač byla akce poznamenaná zmíněnou přeháňkou, nové místo konání se nám velice osvědčilo. A přestože to v mnohém byla pro všechny protagonisty výzva, velmi si cením toho, že se nám vhodně podařilo rozprostřít celou akci v prostoru našeho nádherného parku a zároveň i vyzkoušet nové rozmístění pódia, prodejních stánků a dalších organizačních prvků.

Děkujeme a vážíme si podpory všech našich spolků a organizací, bez nichž by naše akce postrádala zpestření v podobě jednotlivých stanovišť. Obrovskou pochvalu si zaslouží i všichni účinkující, ať už jde o umělce, či jednotlivé složky IZS. Zároveň chci za uspořádání celé akce poděkovat kulturní komisi a městu Sezemice. Na Mlynářku se zase vrátíme!

Štefan Švestka



Rádi bychom touto cestou poděkovali všem, kteří na akci města Sezemice „Hurá do školy“ věnovali jakýkoliv obnos pro DC Veská. Po konzultaci se sociální pracovníci jsme v duchu pořádané akce nakoupili školní potřeby a pomůcky, které dětem na začátku školního roku udělali velkou radost.

Petra Procházková  
Kulturní komise města

## DIVADELNÍ KOUZLO PRO MALÉ I VELKÉ V SEZEMICÍCH

V sobotu 27. 9. 2025 se kulturní sál v Sezemici proměnil v pohádkové království. Spolek divadelních ochotníků J. K. TYL Sezemice zde uvedl hru Franta Nebojsa od autora Michala Gulyáše, která nadchla děti i dospělé. O kouzelnou atmosféru se postaraly pečlivě připravené kulisy, divadelní kostýmy a živá hudba, která celým představením provázela.

Příběh plný humoru, písniček a laskavého ponaučení zavedl diváky do království vládce Stracha a jeho strašidel. Tam se odvážný kovář Franta Nebojsa postavil všem nástrahám – nebál se čarodějnice ani bubáků, ale nakonec zjistil, že přece jen existuje něco, čeho se bojí... když šlo o jeho Aničku. A jak to už tak v pohádkách bývá, láska zvítězila a vše dobře dopadlo.

Hra se reprízovala v neděli 28. 9. a o den později, v pondělí 29. 9. si ji užily také děti z mateřské školy Pohádka. Ty se smály, fandily statečnému hrdinovi a občas se i trochu bály.

Z představení odcházeli spokojení diváci všech generací – s úsměvem a možná i s myšlenkou, že odvaha a laskavost mají cenu v každém věku.

Monika Moniková  
Spolek divadelních ochotníků  
J.K. TYL Sezemice



## 17. ROČNÍK OKTOBERFEST

Kulturní život v Sezemici a okolí se může pyšnit různými tradicemi. Jednou z nich je Oktoberfest v Bavorském Dvoře. Jeho 17. ročník uspořádala rodina Augstenových pro milovníky dobrého jídla a pití 17. 10. 2025. Vyprodaný Bavorský dvůr nabídl návštěvníkům typické bavorské dobroty, pivo z „tupláku“ a příjemné tóny v podání kapely Drink Music. Obsluha v typických bavorských krojích se po celý večer měla co otáčet a hosté se nemohou dočkat dalšího ročníku.



# BYLINKY A ZDRAVÍ

## Tymián



Tymián je malý stálezelený nízký rostoucí keř. Stonky jsou poněkud dřevnaté a nesou jednoduché listy, které jsou oválné až čárkovité a uspořádané proti sobě. Drobné trubkovité květy jsou uspořádány v okolících podél stonků a mají obvykle fialovou nebo bílou barvu. Tymián začíná kvést v květnu a kvete až do září. Čerstvý tymián má výraznou, koncentrovanou bylinnou chuť s ostrými tóny trávy, dřeva a květin (jako levandule a rozmarýn). V kuchyni se nejčastěji používá **tymián obecný** a **tymián citronový**. Citronový tymián vypadá podobně jako tymián obecný, ale má výraznou citronovou vůni a chuť.

### K čemu se využívá tymián?

Tymián je aromatická bylina s výraznou bylinnou chutí a vůní, která se hojně využívá v kuchyni pro dochucování pokrmů. Pochází ze Středomoří a má dlouhou historii používání, nejen v kulinářství k dochucení nejrůznějších pokrmů, a to buď samostatně, nebo jako součást směsi spolu s dalšími běžnými bylinkami, jako je rozmarýn, šalvěj a majoránka, ale i v medicíně a jako prostředek konzervace potravin. Tymián obsahuje mnoho prospěšných složek, včetně thymolu, karvakrolu, flavonoidů a vitamínů. Tyto látky mu propůjčují antiseptické, antibakteriální, protizánětlivé a antioxidantové vlastnosti. **Tymián se používá k léčbě různých potíží, včetně dýchacích problémů, vysokého krevního tlaku, podpory imunitního systému, zdraví kostí a snižování rizika otrav jídlem.**

### Účinky tymiánu

Hlavní složkou extraktu a esenciálního oleje *thymus vulgaris* je **thymol**, který mu propůjčuje antiseptické vlastnosti. Proto se tymiánový olej běžně používá v ústních vodách a zubních pastách. Thymol také ničí plísně a komerčně se přidává do dezinfekčních prostředků na ruce a krémů proti plísním. Kromě toho tymián obsahuje dalšího bojovníka proti bakteriím známého jako **karvakrol** a má také řadu flavonoidů, které zvyšují antioxidantní kapacitu byliny a další zdraví prospěšné účinky. Kromě antioxidantů obsahuje tymián také důležité vitamíny a minerály, včetně vitamínů A a C, mědi, vlákniny, železa a manganu, které jsou v určité míře obsaženy v čajové formě. Vitamíny A a C mohou zvýšit schopnost vašeho těla bojovat s infekcemi.

**Dýchací potíže** – pomáhá proti bolestem v krku a dýchacím potížím. Jeho obsah karvakrolu je hlavním důvodem, proč je jedním z nejlepších esenciálních olejů pro úlevu od bolesti v krku. Odstraňuje hleny a hlen z dýchacích cest, tlumí záněty, čímž usnadňuje dýchání, a zabírá růstu bakterií, které mohou vést k onemocnění. Vaření tymiánových listů do silného čaje je nejučinnější technikou pro zmírnění dýchacích potíží. Tymiánový čaj dokáže zklidnit krk a zároveň pomáhá snižovat kašel.

**Krevní tlak a krevní oběh** – snižuje krevní tlak a chrání srdce

**Imunitní systém** – díky vysokému obsahu vitamínu C je tato bylina přirozeným posilovatelem imunitního systému, podporuje vývoj bílých

krvinek, vitamín C je důležitý pro vývoj kolagenu. Tymián pomáhá imunitnímu systému bojovat s virovými infekcemi jako je mononukleóza, chřipka, pásový opar a herpes.

**Zdraví kostí** – tymián pomáhá podporovat zdraví a tvorbu kostí, protože má vysoký obsah vitamínu K, železa, vápníku a manganu.

**Antioxidační vlastnosti** – má nejvyšší obsah antioxidantů ze všech bylin.

**Hubnutí** – čaj z tymiánu se běžně označuje jako čaj na hubnutí. Tato bylinná léčivka dokáže potlačit chuť k jídlu, což může vést ke snížení záchvatů a mlsání mezi jídly.

**Zlepšení nálady** – obsažená sloučenina zvaná karvakrol, která se nachází v této léčivé bylině, má velmi pozitivní účinky na zlepšení nálady.

**Rakovina** – aktivní složky v této bylině mohou být schopny bojovat proti vzniku nádorů, které se mohou stát rakovinnými. Konkrétně je hlavní složkou esenciálního oleje karvakrol, který vykazuje protinádorové vlastnosti, což z této prospěšné rostliny činí potenciální potravinu bojující proti rakovině.

**Zdraví ústní dutiny a zubů** – výtažky získané z této byliny se používají v dentálních produktech, jako jsou zubní pasty a ústní vody. Sloučeniny v této bylině mohou pomoci zabránit vzniku infekcí v ústech a udržovat zuby zdravé tím, že snižují množství zubního plaku a kazů.

Celkově lze říci, že tymián je více než jen bylina pro kulinářské účely. Jeho bohatý obsah prospěšných látek a široká škála léčivých vlastností ho činí cenným doplňkem stravy a přírodním lékem pro udržení zdraví a blahobytu.

Zdroj: [www.herbalus.cz](http://www.herbalus.cz)



## Děkujeme, blahopřejeme...

Chtěl bych tímto poděkovat městu Sezemice a komisi pro občanské záležitosti za blahopřání k devadesátým narozeninám.

**Josef Hrušička**

Děkuji starostovi našeho města za srdečné blahopřání k mým 87. narozeninám.

**Jana Nováková**

Děkuji vedení města a komisi pro občanské záležitosti za dárek, kytičku a blahopřání k 87. narozeninám.

**Jaromíra Šafránková**

## Narozeniček

Duben 2025: **Adam Eda Barták**

Červenec 2025: **Anežka Laube, Lea Smejkalová**

Srpen 2025: **Aneta Janošová**

Redakce přeje narozeným dětičkám hodně zdraví, lásky a štěstí.

Rodiče poskytli písemný souhlas s uveřejněním o sobních údajů svého dítěte na matrice Městského úřadu Sezemice.



# CO NÁS ČEKÁ



# V KULTUŘE...

10. 11. 2025

## POZNÁVĚJME DÁLAVY

Je nám ctí vás pozvat na další akci z cyklu Poznávejme dálavy. Tentokrát se Sezemákem Antonínem Růžkem. S jeho fotografiemi a povídkám zavítáme do Afriky. Akce se uskuteční 10. listopadu 2025 v sále Sezemické radnice od 18 hodin. Vstupné dobrovolné.



30. 11. 2025

## ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMEČKU

Na první adventní neděli, 30. listopadu 2025, připravilo město Sezemice tradiční Rozsvícení vánočního stromečku. Těšit se můžete na bohatý program, vánoční trhy a chybět nebude ani svařáček. Celý program zahájíme v 15 hodin před Sezemickým domem.



7. 11. 2025

## LAMPIONOVÝ PRŮVOD

Městská knihovna Sezemice vás srdečně zve na tradiční podzimní akci pro celou rodinu. Lampionový průvod zahájíme 7. listopadu 2025 v 17 hodin u Sezemického domu ohnivým vystoupením.



5. 12. 2025

## SEZEMICKÝ MIKULÁŠ

Sezemický Mikuláš se svojí družinou zavítá do parku Mlynářka dne 5. prosince 2025. Pro děti bude připravena pohádková stezka plná úkolů doprovázena čerty a anděly, chybět nebude ani fotokoutek a občerstvení.

16. 12. 2025

## TRADIČNÍ VÁNOČNÍ KONCERT

V adventním čase se společně zastavíme u tradičního vánočního koncertu, který se uskuteční 16. prosince 2025 od 18 hodin. Sál Sezemické radnice bude hostit skvělého zpěváka **Jakuba Machuldu** a výjimečného houslistu **Jaroslava Svěčeného**. Na klavír je doprovodí **Lucie Karlová**.

Vstupenky k dostání v předprodeji v Městské knihovně v Sezemicích za 300,- Kč, na místě 400,- Kč.



21. 11. 2025

## 11. ROČNÍK SEZEMICKÉHO VINOBRANÍ

Město Sezemice zve všechny milovníky vína na 11. ročník Sezemického vinobraní, které se uskuteční 21. listopadu 2025 v sále Sezemické radnice od 18 hodin.

Společně ochutnáme 12 vzorků rodinného vinařství **Mayer Mikulov**. Ochutnávku povede zástupce vinaře sommelier Bc. Tomáš Mojžíšek a od 19 hodin se můžete těšit na cimbálovou muziku Réva.

Předprodej vstupenek v Městské knihovně v Sezemicích, cena v předprodeji s degustací 300 Kč a bez degustace 100 Kč. Na místě s degustací 350 Kč nebo 150 Kč bez degustace.



13. 12. 2025

## S.O.S. VÁS ZVE NA POHÁDKU

Sezemický ochotnický spolek S.O.S. si Vás dovoluje pozvat na premiéru pohádky **O rozmazené Rozmarýně**, která se bude konat v sále Sezemického domu dne 13. 12. 2025 od 16 hodin.

Předprodej vstupenek bude v knihovně od 1. prosince. Součástí bude i prodejní výstava obrázků dětí z akce "Hurá do školy", jejíž výtěžek bude věnován DC Veská.

Vzhledem k tomu, že je to opět adventní čas, rád bych Vás touto cestou požádal o pomoc pro DC Veská formou donesení hygienických potřeb. I jeden balíček kapesniček pomůže. Děkuji za vaši pomoc a účast na pohádce.

S úctou, Jaroslav Karásek.



## Agility Sezemice

Máme úspěšně za sebou 22. ročník agility závodů HOP SEM – HOP TAM a další dvojce hoopers zkoušky v Sezemicích. Obě akce byly super a nesly se v duchu setkání již letitých přátel.



Nyní trénujeme na podzimní Halloweenké rally dvojzkoušky v Sezemicích, jejichž uspořádání si vzala na starost Áďa Šáfová, sama má již těchto zkoušek složeno několik, a tak se ujala role organizátora i zapisovatele pro paní rozhodčí.

Sezóna je nabitá a stále se někde v něčem závodí 😊. Na MČR v agility za nás běhali Petr Andrys a Kačka Novotná, z družstev SX mají Petr první místo. Na juniorském mistrovství mládeže Handa Komárková, která si odvezla 4. místo v jednotlivcích. Kačka s Bejlou na jednom z největších závodů v ČR Prague Agility Party zkráceně PAP, kde závodilo v kategorii L 210 týmů byly v družstvech první a v jednotlivcích se dostaly do finále a skončily na 6. místě. Na Mistrovství mládeže v dogdancingu jsme měli Marťu Bolehovskou s Raxulkou a tahle naše dvojice si vytancovala 3. místo. Na vyhlásování Sportovce měly i ukázkou dogfrisbee, kterému se věnují nejvíc. Další dvě děvčata, Klárka a Tereška běžely Extreme dog race v Opatově na motocrossovém závodisti. Terka složila s Aminkou i několik hoopers zkoušek a na Westivalu v Heřmanově Městci vyhrály trasu 10 km.

Ale mimo tohle všechno závodění v různých psích sportech trénujeme a těšíme se koncem října na společný pobyt na chalupě v Černé Vodě. Loni jsme sháněli k pronájmu chalupu, ale když někomu napíšete, že s vámi pojede 15 psů, tak skoro každý majitel padne na znak. Nakonec jsme sehnali a bylo to super. A jelikož jsme tam neběhali agility, tak jsme tuto akci nazvali AGI BEZ ...akce se účastnilo 100 nohou tedy 14x2 člověci a 18x 4 psi. Našich 18 psů mělo v součtu hmotnost 275 kg. Naťapkali jsme tam za tři dny docela dost kilometrů. Chalupu jsme po skončení pobytu vzorně uklidili, jak jsme zvyklí. Možná rada, když někdy jedeme, bereme psům boudičky, aby netraždali po pokoji a na poště dáváme vlastní deky, aby se nic nezamazalo a neochlupatilo a tak nás potěšilo, že nám paní na závěr dala ještě slevu za úklid 😊.

Tak letos se těšíme na opakování.

*Renata Novotná*

## Sport

### Sportovně střelecký klub Sezemice

Čas prázdnin, dovolených je za námi a odpočatí, plní nových dojmů a zážitků, se vracíme do všedních dnů. Posledním finálovým kolem 6. 9. – 7. 9. 2025 se uzavřel závod „Český pohár mládeže 2025“ v Plzni. První den, v sobotu, si své pistolové disciplíny odstřílely P. Ivančáková a O. Keřková. Obě dvě předvedly své standardní výkony, ale chtělo by to ještě více přidat. Na tom se shodla obě dvě děvčata. V tomto dni startovali i puškaři F. Jozíf, L. Valenta, bratři L. a O. Varečkoví, P. R. Tobišková. A dařilo se! V disciplíně VzPu40 ran nás svým výkonem mile překvapil O. Varečka. A jak se říká „asi mu bouchly saze“ překvapivě se umístil v první desítce. Na 12. místě se usadil F. Jozíf, na 13. místě L. Varečka a 14. místě byl L. Valenta. Ve stejné disciplíně závodila i dorostenka P. R. Tobišková. A vedla si skvěle! Nejlepší nástřel ji vynesl na 1. příčku výsledkové tabulky (její **osobní rekord 416,7 bodů**). Tento výsledek ji poslal do osmičlenného finále rozstřelu. V něm se nakonec musela spokojit s 3. místem a cinkla **bronzová medaile**. Druhý den, v neděli, se závodilo v polohových disciplínách – sportovní malorážka SM 3x20 ran. Tato disciplína je pro střelce náročná a proto osmé místo L. Varečky a deváté místo P. R. Tobiškové není vůbec špatné. Druhý zářijový víkend jsme se přesunuli na pro nás nejbližší střelnici do Hradce Králové. Tady jsme si ve dvou dnech odstříleli spolu s polskými a německými závodníky „**GRAND PRIX HRADEC KRÁLOVÉ**“. Tento závod byl vypsán i jako regionální přebor pro střelce Královohradeckého a Pardubického kraje. V sobotu 13. 9. 2025 střelnice praskala ve švech. Části střelnice určené jak pro puškové, tak i pro pistolové disciplíny, byly náležitě využity. Za pistolovou disciplínu nás reprezentoval J. Paříčný (11. místo) a P. Ivančáková (6. místo). V puškové disciplíně SM 60 ran vleže se naši dorostenci umístili takto: čtvrtý L. Varečka, pátý F. Jozíf, L. Valenta devátý. Dále pak J. Gregor, O. Varečka, F. Malinský. V družstvech jsme byli čtvrtí. Jediná naše žena S. Kišáková vystřílela 5. místo. Neděle 14. 9. 2025 patřila polohovým disciplínám SM 3x20 ran. Těsně pod stupni vítězů, na 4. místě, se umístil L. Varečka, pátý byl F. Jozíf, šestý O. Varečka a osmý L. Valenta. Neoblíbené čtvrté místo se nás drželo jako klíště. Vystřílela si ho i P. R. Tobišková. A naše umístění v přeboru: pušky SM 60 ran vleže 2. místo S. Kišáková, L. Varečka, 3. místo F. Jozíf, 5. místo L. Valenta. V SM 3x20 ran 3. místo P. R. Tobišková, 4. místo F. Jozíf, 5. místo L. Varečka. Pistoláři SP 30+30: 5. místo P. Ivančáková a 9. místo J. Paříčný. A je tu konec letní sezóny. Pro každého střelce je velkou motivací nastřílet během sezóny co nejlepší výsledky a vydobýt si účast na mistrovství ČR. I naši střelci si tuto účast vybojovali. Bohužel jsme letos nebyli tak úspěšní, jak jsme doufali. Naši dost chybovali, což se odrazilo na jejich výsledcích. Mrzelo nás to, ale nevzdáváme se a pokračujeme dál.



V sobotu 4.10. 2025 se naši střelci zúčastnili dvou závodů. Pistoláři odjeli do Pardubic na závod „**Pardubický festival**“. V Luži si puškaři odstříleli poslední kolo závodu „**Lužský dědek**“.

V něm se **celkovou vítězkou** stala S. Kišáková. Posledním závodem na naší střelnici je „**Sezemický podzim**“ kdy ukončíme malorážkovou sezónu a vrátka otevřeme vzduchovkové sezóně.

*L. Čiháková*  
ČSS, z.s. SSK Sezemice

## Kanoistický klub Prosport Sezemice

Kanoistická sezóna je již u konce, závodníci Prosportu Sezemice mají všechny letošní závody za sebou a mohou se začít naplno věnovat zimní přípravě. Nyní závodníky čeká podzimní soustředění u Sečské přehrady, které bude zaměřené zejména na běh a jízdu na kole.



V Ostrožské Nové Vsi se 30. a 31. srpna uskutečnilo za účasti téměř pětiset pádlujících z osmi zemí (Polsko, Lotyšsko, Maďarsko, Rakousko, Itálie, Malta, Slovensko a Česká republika) **XXXIII. Mezinárodní Mistrovství Moravy – Slovácká pětistovka**. Mezi pádlujícími byla i olympijská vítězka Inna Osypenko-Radomska. V sobotu se závodilo na trati 500m, neděle byla ve znamení sprintu na 200m. Benjamínci závodili také na trati 2km. Zpestřením závodů byl souboj na dračích lodích, klubových C4 a v neposlední řadě i mixové posádky. Závodů se zúčastnila většina našich závodníků. Zlaté medaile si odvezli: **Klárka Čmejlová** (C1, C2 500 m i 200 m), **Matěj Suchý** (C1 500 m – Memoriál B. Hlůška), **Jarda Suchý** (C1 200 m), klubová C4 ve složení **Hani Al-Robai**, **Martin Dumeck**, **Matěj** a **Jarda Suchý** (200 i 500 m). Stříbro získali: **Jarda Suchý** (C1 500 m), **Vítek Krejčí** (C1 500 m, 200 m), **Štěpán Koubek** (K2 500 m). Bronz získali **Honza Moravec** a **Vítek Krejčí** (C2 500m, 200 m), **Miša Hubíková** (MK1 200 m), **Máta Krejčí** a **Mára Půlpán** (C2 200 m), **Hani Al-Robai** a **Martin Dumeck** (C2 200 m), klubová C4 ve složení **Klárka Čmejlová**, **Anička** a **Eliška Malá**, **Nelča Moravcová** (C4 200 m). Celkem si tedy závodníci domů odvezli 7 zlatých medailí, 4 stříbrné a 5 bronzových.

První zářijový víkend proběhl v tradičním Černožicko – Kunětickém duchu. V sobotu 6. 9. 2025 se konal již **53. ročník Černožického kilometru**. Závod probíhal na tratích 200 m, 500 m, 1000 m. Mladší závodníci soupeřili také na trati dlouhé 2000 m. Celkově se podařilo vybojovat 10 medailí – 3 zlaté (**Hani Al-Robai**, **Matouš Procházka**), 3 stříbrné (**Matouš Procházka**, **Anička Malá**) a 4 bronzové (C2 **Máta Krejčí** a **Mára Půlpán**, C2 **Vítek Krejčí** a **Honza Moravec**, **Anička Malá**, **Miša Hubíková**).

V neděli 7. 9. 2025 se na domácí vodě v Kuněticích konal **XXVIII. Pohár Sezemic**. Pěkné počasí přilákalo závodníky z 22 oddílů z celé republiky. Závodilo se v tradičních (200 m, 500 m, 2000 m a 5000 m) i netradičních disciplínách (K2 mix, K2 rodinné, C2 mix a rodinné). Letos se konal již **11. ročník memoriálu Venci Pádla Dolejše**, bývalého trenéra, který se nesmazatelně zapsal do historie našeho klubu. Zároveň proběhl **3. ročník memoriálu Josefa Doktora**, zakladatele našeho klubu. Vůbec poprvé si závodní atmosféru vyzkoušely naše nové benjamínky **Nikol Odrášková** a **Barbora Nosková**. Náš oddíl reprezentovali nejen aktivní členové, ale na závodní kariéru si zavzpomínalo i několik bývalých členů. Celkem se podařilo získat neuvěřitelných 28 medailí (6 zlatých, 11 stříbrných, 11 bronzových) a zároveň obsadit druhé místo v pořadí oddílů. Zlaté medaile vybojovali **Klára Čmejlová**, **Matěj Suchý**, **Hani Al-Robai** a **Martin Dumeck**, **Mára Půlpán** a **Máta Krejčí**, **Honza Brett**. Pro stříbro si dopádlovali: **Mára Půlpán**, **Klára Čmejlová**, **Jarda Suchý**, **Matouš Procházka**, **Marek Spálenský** a **Honza Brett**, **Honza Moravec** a **Vítek Krejčí**, **Máta Krejčí**, **Malvínka Havlová** (která zároveň získala pohár pro nejmladší kajakářku). Bronz získali: **Máta Krejčí**, **Malvínka Havlová**, **Hani Al-Robai**, **Honza Moravec**, **Jarda** a **Matěj Suchý**, **Nela Moravcová**, **Miša Hubíková**, **Sonia Rudolfová**, **Mára Půlpán**.



Ve dnech 18. – 21. 9. 2025 proběhla **Regata olympijských náďejí**, která se po čtyřech letech vrátila na domácí půdu. Labe aréna Račice hostila největší mezinárodní soutěž dorostenecké a juniorské kategorie.

Náš klub výborně reprezentovala kanoistka **Klárka Čmejlová**. Na trati 200 m vybojovala spolu s Dominikou Řáhou v kategorii C2 šesté místo. Na singlu si pak na této trati ještě o místo polepšila a došla pátá. Největšího úspěchu dosáhla na trati C1 500 m, kde obsadila skvělé čtvrté místo. Ve svém osobním rekordu došla celou vteřinu za třetí závodnicí z Francie. Nakonec ještě přidala pěkné sedmé místo z C4 na 500 m.

Poslední zářijový víkend se uskutečnil závěrečný závod ČP v letošní sezóně – **Mistrovství České republiky na dlouhé trati**, které pořádal náš klub v Hrádku u Stéblové. Po loňském zrušení závodu kvůli povodňové situaci se tentokrát vše vydařilo. Za krásného počasí se bojovalo o poslední mistrovské tituly v roce 2025. Dospělí a mládež soutěžili na trati 5 km, trať pro benjamínky byla o 2 km kratší. Medaile se podařilo získat třem domácím borcům – **Vítek Krejčí** se stal mistrem republiky a získal zlatou medaili (C1 5 km). **Matouš Procházka** vybojoval spolu s Denisou Břizovou ze Žamberka bronz (C2 3 km) a **Klárka Čmejlová** si odvezla dokonce dvě bronzové medaile (C1 i C2 na 5 km). Velké poděkování patří všem dobrovolníkům z řad rodičů i příznivců Sezemicke kanoistiky, kteří se zasloužili o hladký průběh a organizaci této náročné akce.

*Za Prosport Sezemice  
Martina Dumková*

## Veselý duatlon přilákal stovku malých sportovců

První říjnovou neděli se konal již 11. ročník Veselého duatlonu. V parku Mlynářka se odpoledne sešla téměř stovka závodníků doprovázená svými týmy v podobě rodičů a prarodičů. Tento rok sice nebylo moc teplo, ale počasí jinak přálo, takže se malým závodníkům dobře zdělávala trať složená z běžecké a cyklistické části.





Jedna kategorie střídala druhou, k vidění byly skvělé sportovní výkony a hlavně nadšení a radost z pohybu. Dobrou atmosféru podpořilo i dobré jídlo a pití od 3K – Káva, klid a koláček Sezemice.



Velikou zásluhu na hladkém průběhu má i realizační tým dobrovolníků, kteří od rána chystali trať a ve chvíli vyhlášení už ji měli opět uklizenou. Každý závodník se radoval ze startovního balíčku a ti nejlepší si vychutnali chvíle slávy na stupních vítězů a odměnu v podobě speciální medaile a věcných cen od sponzorů. Děkujeme všem za pomoc a podporu a těšíme se na viděnou za rok na 12. ročníku Veselého duatlonu!

*Luboš Krejčík  
za tréninkovou skupinu Veselé volno*

## Pétanque klub PK Sezemice

### PÉTANQUE TURNAJ DVOJIC



Pétanque klub PK Sezemice ve spolupráci s městem Sezemice uspořádal dne 13. 9. 2025 již 11. ročník pétanque turnaje o pohár starosty města Sezemice, který se odehrál v parku Mlynářka. V dopoledních hodinách se odehrál turnaj kategorie JUNIOR, tedy do 12 let. Z důvodu malého počtu dětí se nehrály dvojice, ale jednotlivci. Na stupních vítězů to vypadalo takto:

1. místo – Kočišová Nella
2. místo – Ťukálek Radek
3. místo – Brandýský Jakub



V odpoledních hodinách se odehrál turnaj kategorie OPEN, tedy od 13 let. Z vítězství a zisku putovního poháru starosty města Sezemice se po napínavém finále, které skončilo 13:12, radovala dvojice Ladislav a Kateřina Brandýský. Na stupních vítězů to vypadalo takto:

1. místo – Brandýský Ladislav, Brandýská Kateřina
2. místo – Kočišová Zdena, Kočiš Štěpán
3. místo – Beránek Josef, Beránek Martin



Na závěr bychom chtěli poděkovat Hospodě Na Hřišti za zázemí a občerstvení. Dále děkujeme všem zúčastněným a budeme se těšit opět za rok na již 12. ročník Pétanque turnaje o pohár starosty města Sezemice.

*Za PK Sezemice  
Ondřej Chocholouš*

## Zprávy ze sportu pod vysokou síť

Místní volejbalový oddíl Spartaku Sezemice pořádá **každou neděli od 17 do 18 hodin** trénink mládeže ve věku 10 – 15 let ve školní tělocvičně.

Jestli se chceš ještě přihlásit, neváhej a kontaktuj nás na email:

**volejbalsezemice@seznam.cz.**

Pokud jsi starší, alespoň trochu ovládáš volejbal a chtěl/a bys to zkusit, přijď do tělocvičny ve **čtvrtek od 19 do 20.30 hodin**.

*Volejbalisté TJ Spartak Sezemice*

## Sport pro všechny

### ROZPIS CVIČENÍ PRO VEŘEJNOST

| ODDÍL                      | DEN           | HODINA             |
|----------------------------|---------------|--------------------|
| rodiče a děti 1,5 – 3 roky | pátek         | 9,45 – 10,30 hod.  |
| rodiče a děti 3 – 6 let    | čtvrtek       | 17,00 – 18,00 hod. |
| dívky 6 – 15 let           | pondělí       | 17,00 – 18,30 hod. |
|                            | čtvrtek       | 17,00 – 18,00 hod. |
| chlapci 6 – 15 let         | pátek         | 17,00 – 18,30 hod. |
| relaxační cvičení          | úterý a pátek | 17,00 – 18,00 hod. |
| zdravotní cvičení          | úterý         | 19,00 – 20,00 hod. |
| ženy                       | pondělí       | 18,30 – 19,30 hod. |
|                            | středa        | 19,00 – 20,00 hod. |
| muži                       | úterý a pátek | 20,00 – 21,00 hod. |
| karate                     | středa        | 18,00 – 19,00 hod. |

Cvičení probíhají v tělocvičně ZŠ Sezemice.

Více informací na tel. č. **728 439 895**

web: **spvsezemice.webnode.cz**

# MÁTE TIP NA NEJLEPŠÍ SPORTOVNÍ TALENTY MĚSTA SEZEMICE ZA ROK 2025?

Právě probíhají nominace na Nejlepší sportovní talenty města Sezemice za rok 2025. Sezemické sportovní oddíly vybírají ze svých řad ty, kteří zaslouží ocenění.

Oceněn může být i Sezemák, který se věnuje sportu, je v něm úspěšný, ale není členem žádného sportovního klubu ani oddílu ze Sezemice.

#### Podmínky pro nominaci jsou následující:

- občan města Sezemice a přísloučených obcí
- věk do 18 let
- úspěchy ve svém sportovním odvětví

Pokud někoho takového znáte, můžete ho nominovat. Součástí nominace je krátká prezentace obsahující základní informace o sportovci, fotky a videa popisující jeho sportovní úspěchy. Nominace posílejte na mail [vlasypv@atlas.cz](mailto:vlasypv@atlas.cz) do 15.12. 2025.

Vyhlášení Nejlepších sportovních talentů města Sezemice za rok 2025 proběhne v březnu 2026.

*Petr Vlasák,*

*předseda sportovní komise města Sezemice*

## 5 mýtů o kastraci koček

### Také si myslíte, že...

- 1 Kastrace je proti přírodě.**  
Jezdíte autem a vlakem, užíváte antibiotika, televizi, mobil i operace v narkóze jsou pro Vás samozřejmostí. Nic z toho ale příroda nezná. Stále si myslíte, že kastrace kočky nebo kocoura je výjimka?
- 2 Máme kocoura. Nás se to netýká.**  
A víte, že váš kocour může ročně zplodit až 40 kotát? Co s nimi bude, narodí-li se „na ulici“?
- 3 Kočka má mít před kastrací kotata.**  
Veterinární praxe prokázala, že opak je pravdou. Nejvhodnější čas na kastraci kočky je před první říjí. Kočka ani kocour ztrácejí schopnost rozmnožování neoplavávají, jde o pud daný přírodou.
- 4 Kotata rozdám známým nebo na inzerát.**  
Možná někoho ze svého okolí i tentokrát přemluvíte. Možná si kotě vezme neznámý člověk. Co když se k němu ale nebude chovat dobře? Neskončí na ulici? A kam dáte kotata, která neumíte?
- 5 Kotata vždycky topíme.**  
Víte, že tím dle zákona na ochranu zvířat proti týrání 246/1992 Sb. riskujete trest odnětí svobody až na 2 roky? Včasnou kastraci kočky nebo kocoura ušetříte utrpení nechtěných kotát.

**Zeptejte se vašeho veterináře na kastraci ještě DNES!**



## 25 Zábavné kvízy

dvacet pět let Pardubického kraje

Otestujte své znalosti o Pardubickém kraji, soutěžte o víkendový pobyt s anglickou snídaní pro dvě osoby na hradě Rychmburk a další hodnotné ceny.

**Kolik správných odpovědí zvládnete vy? Kvízy je možné hrát kdekoliv. Jeden trvá 20 minut.**

**Ke hraní stačí pouze chytrý telefon a internetové připojení ke stažení kvízů.**

- 1 Stáhněte si aplikaci Get Out Fun a zaregistrujte se.
- 2 Klikněte na tlačítko "Připojit do hry" a vložte kód.
- 3 Kód na Kvíz 1: PK1  
Kód na Kvíz 2: PK2  
Kód na Kvíz 3: PK3
- 4 Po zobrazení hry na ni klikněte, hra se stáhne. Klikněte na "Hrát hru".

Pravidla soutěže jsou uvedena v kvízech.

Vyhodnocení proběhne na začátku prosince 2025. Kvízy financuje Pardubický kraj.





**VÝROBA A MONTÁŽ HROBŮ  
BROUŠENÍ TERACOVÝCH HROBŮ  
OPRAVY A REKONSTRUKCE**



**PROČ SI VYBRAT  
PRÁVĚ NÁS?**

27 let zkušenosti  
stále nízké ceny  
krátké dodací lhůty  
kontrola jakosti kamene  
široký výběr odstínů žuly

vzorková prodejna:  
Pardubice –  
Milheimova 2813

☎ 775 337 383 kurka@kamenovyroba.cz

www.kamenictvi-kurka.cz

**Hledám malý  
stavební pozemek  
ke koupi ve vesnici  
Veská a okolí**

**Kontakt  
olinaju@email.cz**

**Tel. 00420 605 192 442**

## 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**



## Linka důvěry Ústí nad Orlicí informuje a děkuje

Linka důvěry Ústí nad Orlicí má za sebou 30 let poskytování podpory lidem, kteří se ocitli v různých životních situacích. Za tuto dobu jsme se stali oporou pro širokou veřejnost – od dětí až po seniory, kteří se na nás obraceli s nejrůznějšími problémy, od každodenních starostí po vážné životní krize. Naše služba je otevřena pro všechny, kdo potřebují pomoc, a to nejen v našem regionu, ale i po celé České republice. Zajišťujeme **NONSTOP telefonní poradenství**, které je stále k dispozici na čísle **465 524 252**. Kromě toho nabízíme také e-mailové poradenství, které je určeno pro ty, pro něž telefonická komunikace není ideální volbou. Snažíme se tímto způsobem být přístupní a nápomocní každému, kdo hledá pomoc.

S radostí bychom také rádi upozornili na jednu z našich novinek, která nás těší a kterou jsme připravili k našemu výročí – chatovou poradnu, která bude spuštěna v roce 2026. Naši pracovníci letos absolvovali výcvik v chatové krizové intervenci a poradenství, a to nám umožní poskytovat moderní a pohodlný způsob komunikace s našimi klienty. Kromě pravidelných aktivit v rámci našeho poradenství se soustředíme i na odbornost našich pracovníků a jejich duševní pohodu. Snažíme se, aby byli naši zaměstnanci ve své práci spokojeni, což má přímý vliv na kvalitu našich služeb. Pravidelná školení a péče o duševní hygienu našich poradců jsou pro nás prioritou.

Toto vše bychom nemohli realizovat bez vaší podpory. Díky Vaší pomoci, ať už finanční nebo při šíření informací o naší službě, můžeme i nadále pomáhat těm, kteří to nejvíce potřebují. Srdečně děkujeme všem našim partnerům a podporovatelům, stejně jako našim neúnavným pracovníkům, kteří poskytují tuto náročnou krizovou pomoc. Jsem přesvědčena, že naše práce má velký smysl. Těšíme se na další roky pomoci a podpory, které přinesou nově výzvy i radosti. Děkujeme, že jste s námi!

Mgr. Sylva Heulerovalá, DiS.  
Vedoucí Linky důvěry Ústí nad Orlicí