



SMOLIVECKÝ MĚSÍČNÍK

*měsíčník obcí Mladý Smolivec,
Starý Smolivec, Radošice, Budislavice a Dožice*

Poslední pouťovka této sezóny

Poslední pouť v našich obcích se pravidelně koná v Dožicích. Pro tento rok pouťový víkend vyšel na 1. a 2. října 2016. No a není žádným překvapením, že v sobotu (1. října) se konala pouťová zábava. Jako vždy v hospodě U Simčí a jako vždy od 20:00 hodin.

Tento rok byl ovšem v něčem jiný, než roky předešlé. Po vstupu do sálu jsme na pódiu neviděli „Minimaxe“, ale stáli tam úplně cizí chlapeci. Letos totiž dožití hasiči udělali změnu, oslovili strakonickou kapelu s názvem Fatima. Všichni jsme byli plní očekávání, jak tato skupina bude hrát a čím nás překvapí.

Netrvalo dlouho a sál byl plný a ani taneční parket nezel prázdnotou. Během chvíle už všichni milovníci svižnějšího tempa vlnili svými boky do rytmu a není se čemu divit. Repertoár skupiny Fatima byl široký a pro nás byl příjemnou změnou. Co si budeme povídat, já jsem byla z této skupiny nadšená.

Jak tomu na zábavách bývá, čas letěl neuvěřitelnou rychlostí, série rychlých písniček vystřídaly pomalejší a zase naopak. Než jsme se nadáli, bylo tu ráno. Kapela zahrála poslední „song“, pro některé to bylo signálem k odchodu domů, zbytek pokračoval v příjemně načatém večeru (ránu) v hospodě.

Musím říct, že zábava to byla opravdu velmi vydařená. Nejen co se týče počtu návštěvníků, ale i kvůli atmosféře a průběhu celé zábavy.

Pokračování na 2. straně

POUŤOVÁ ZÁBAVA
DOŽICE

HAVELSKÉ POSVÍCENÍ
ZÁJEZD NA MUZIKÁL
FANTOM OPERY

TURISTICKÝ ODDÍL
U PRAMENE
SMOLIVCKÉHO POTOKA
MOŠTOVÁNÍ

TJ STARÝ SMOLIVEC
V ČELE TABULKY

PTÁME SE
ZASTUPITELŮ

MARTI TIP, JAK BÝT FIT,
DATLE

Pokračování z titulní strany

Do Dožic si totiž našlo cestu 102 platících účastníků, což je neuvěřitelné. Tolik lidí jsem tu na zábavě snad nikdy nezažila. No zkrátka zábava parádní a věřím, že i ostatní mají z této akce stejné pocity. Takže zase příště na nějaké akci v Dožicích?

Karolína Černá

HAVELSKÉ POSVÍCENÍ



Troufla bych si říci, že snad každý občan z našich vesnic „slaví“ tzv. posvícení. Ne všude v republice slaví Havelské posvícení, jako my ve Starém Smolivci. V některých regionech se slaví i Martinské posvícení, v nedalekých Radošicích slaví posvícení na Michala, v Budislavicích slaví posvícení společně s poutí a v Mladém Smolivci také připadá posvícení na sv. Jiljí. Protože jsem o historii a celkově ani o tom, co to posvícení je moc nevěděla, našla jsem pár informací, ráda bych se s Vámi o ně podělila.

Výraz „posvícení“ znamená totéž co „posvěcení“. Dostavba kostela byla pro obec mimořádná událost, protože jeho stavbě obyvatelé obvykle věnovali mnoho práce a dle možností i peněz.

Posvícení se původně slavilo ve výroční den posvěcení kostela. Výročí posvěcení chrámu bývala vždy velmi slavnostně připomínána. Obvyklými atributy posvícení jsou posvícenské koláče, místní speciality (hnětynka), taneční zábavy a průvody s maskami. U nás v okolí se na posvícení zábavy nekonají, není to škoda?

V článku jsme se dočetli o tzv. hnětynkách, které se v našem kraji dělají nejvíce, každá z hospodyněk má určitě svůj osvědčený recept. Pečou se dva druhy, většinou se polévají buďto čokoládovou polevou nebo bílou polevou a každý si dozdobí podle fantazie (želé, ozdoby, lentičky, atd.). Nám doma chutnají ty z lineckého těsta, proto jiné neděláme, ale jsou i tzv. lité hnětynky, které mají podobu nadýchaného piškotu něco jako malá bábovka.

Určitě jste se všichni přejedli a pochutnali si jako já, těším se na příští rok, protože tuhle dobrotu si prostě nedokážu nedat ☺.

Veronika Straková

Pramen Smoliveckého potoka pokořil budislavický turistický oddíl

V neděli 9. 10. 2016 se I.BTO vydal na další expedici a to konkrétně hledat pramen Smoliveckého potoka, který pramení v nedalekých Brdech.

Ačkoliv jsou dny už chladnější a déšť nás ráno denně probouzí, tak i přes to jsme se vydali na krásnou, čtrnáct kilometrů dlouhou túru objevovat krásy našeho okolí. Honza se Žižalou opět nelenili a svolali všechny členy turistického oddílu k dalšímu výšlapu, tentokrát přes Brdy, ve kterých se klikatí mnoho stezek a cestiček mezi hlubokými lesy.

Všichni, kteří se nezalekli špatného počasí, se sešli v 9:00 u Bulovaté, což je mezi Starým Smolivcem a Radošicemi. Tento pochod přilákal kolem 30 lidí včetně dětí. Všichni měli batohy naplněné svačinami a hlavně pitím, protože před námi bylo kolem téměř 14 kilometrů. Díky tomu, že jsme se nacházeli v CHKO, tak jsme si bohužel nemohli rozdělat oheň a upéct vuřty. Účastníci tedy volili obložené chleby, bagety, těstovinové saláty a klobásy na studený způsob.

Cesta byla příjemná a utíkala jako voda. Před posledními metry nás Honza zastavil a řekl, že teď už se půjde pouze vysokou trávou, takže kdo nezahlavil odpovídající obuv nebo nechce mít promočené kalhoty, ať zde setrvá. Ostatní se vydali na poslední štaci k našemu cíli. Nakonec se to dalo zvládnout a před námi se objevil pramen Smoliveckého potoka. Honza zde připravil dřevěnou tabuli, na kterou jsme ještě zavěsili ceduli s tím, že jsme zde byli a o co se vlastně jedná. Následovalo pár foteček a už jsme mířili zpět k ostatním. Zde jsme se všichni posilnili na zpáteční cestu a vydali se zpět k Bulovátě.

Cestou zpět nám trochu zapršelo a začala být větší zima, ale chvíle jsme si zpřijemnil sběrem hub, které jsme cestou nacházeli. Všichni už se těšili, jak se doma zahřejí teplou bramboračkou. Po příchodu k autům nás Honza ještě informoval o dalších plánech a my se vydali zpět k domovům.



Celý pochod byl hrozně fajn a opět se sešla dobrá parta. Už se moc těším na příští dobrodružství.

Veronika Kubová

ZÁJEZD NA MUZIKÁL

Po nějaké době se dobrovolní smolivečtí hasiči domluvili, že pro své spoluobčany uspořádají opět zájezd na muzikál. Lístky jsme si mohli vyzvednout a zaplatit u pana Nesvedy. Autobus byl pro zájemce zdarma.

Hasiči vybrali muzikál Fantom opery. Jedná se o adaptaci stejnojmenného románu spisovatele Gastona Leroux, jenž poprvé spatřil světlo světa v roce 1909. Muzikálovou verzi sepsal Andrew Lloyd Webber. Muzikál se poprvé uvedl 1986 v Londýně a hraje se dodnes. Fantom opery je druhý nejdéle hrající muzikál na světě, hned po světové jedničce Bídníci. Muzikál láme divácké rekordy po celém světě, muzikál se totiž hraje v 25 zemích světa.

Autobus na muzikál odjížděl od hasičárny ve čtyři hodiny odpoledne v pátek 21. října. Autobus nebyl zcela plný, i když lístky byly všechny prodány. Někteří se vydali po své ose a do Prahy se dostavili vlastními silami. Inscenace se hraje na prknech divadla GOJA MUSIC HALL v Holešovicích, kam autobus dorazil něco před šestou hodinu. Času do začátku představení bylo dost, tak se účastníci zájezdu odebrali do blízké hospůdky. Zde jsem se k zájezdu připojil i já. Před sedmou hodinou jsme se přemístili do útroby divadla ve tvaru známé pyramidy. V posledních pár minutách si někteří koupili dvojku bílého nebo chlebiček a se zvoněním se vydali hledat svoje místo.

Muzikál začíná dražbou předmětů, divadlo je opuštěné a jeho sláva je pryč. Jednou položkou je monumentální lustr, právě tento lustr, který kdysi způsobil veliké neštěstí a požár divadla. Lustr začal stoupat a vystoupal až nad naše hlavy. Jeho pohyb doprovázela ústřední píseň, kterou jistě dobře znáte, například i z české verze v podání operní pěvkyně Evy Urbanové a Ladislava Křížka. Po vystoupení lustru do výše, jsme se v ději přesunuli o nějakou dobu zpět. Divadlo prosperovalo a v baletním souboru tančí mladá dívka Christine Daaé. Při zkouškách nové opery se primadona opery Carlotta rozhodne, že

už v divadle nechce účinkovat, neboť divadlo ovládá tajemný Duch opery. Ten totiž neustále klade podmínky majitelům opery, jak mají „jeho“ operu vést, kolik mu mají platit a aby „jeho“ lóže č. 5 byla vždy volná pro jeho potřebu. Majitelé jsou z odchodu primadony zaskočeni a rozhodnou se dát šanci mladičce Christine, která všechny okouzlí svým nádherným zpěvem, a proto za pár hodin zpívá před vyprodaným hledištěm. Nikomu ale nechce prozradit, kdo je jejím tajemným učitelem, kterého ona nazývá Anděl hudby a nikdy ho neviděla. Až po tomto představení se jí zjeví v šatně a ona s ním odchází do podzemí, kde se má stát jeho ženou. Christine to odmítá a vrací se zpět na povrch. Chystá se nová opera a podle Fantomových pokynů, bude Christine hrát hlavní roli. Majitelé opery ale ze strachu, že by ztratili Carlottu, která se navrátila, dají Christine vedlejší, němou, roli. K tomu se ještě Christine zamiluje do svého přítele z dětství, Raula. Divadlo tak čeká série neštěstí, od ztraceného hlasu primadony přes oběšení kulisáře až po pád lustru a následný požár divadla.



Po půl roce, kdy vládne klid, se Christine s Raulem zasnoubí. Divadlo vítá nový rok i nový lustr velkolepou Maškarádou, všichni se radují, že se fantom stáhl a dál nezneprjemňuje lidem v divadle život. Opak je však pravdou, za tuto dobu Fantom sepisoval svojí vlastní operu Don Juan, ve které má Christine hlavní roli. Ze strachu z Fantoma, se vše řídí jeho pokyny, které rozdává pomocí dopisů. Raul se mezitím dozvídá o minulosti Fantoma a přísahá mu zkázu. Při premiéře opery přijme veškerá bezpečnostní opatření, ale i tak se Fantomovi opery povede unést Christine, tentokrát už napořád.

Raul se vydává okamžitě Christine hledat, podaří se to, ale padne přímo do rukou Fantoma. Fantom dá na výběr Christine: buď se stane Fantomovou ženou anebo on Raula zabije. Když si Christine si vybere Raulovu svobodu, aby ho zachránila, Fantom ale pochopí její lásku a nechá je spolu. Sám pak utíká před pronásledovateli, zaměstnanci divadla, kteří ho hledají a chtějí zabít.

Jedná se o operní muzikál, což by někomu mohlo vadit. Dialogy jsou zpívány operně a mluveného slova je málo. Co však musí ocenit každý, aspoň doufám, byly kulisy a jejich proměna. Ať už se jedná o ohromný lustr anebo scénu, kdy Fantom prchá s Christine do podzemí. Přeměna jeviště mě vždy fascinuje a je velmi důležitá pro celkový dojem diváka.

Po skončení představení rychle na záchod, vyzvednout kabát ze šatny a jede se domů. Doufám, že zase po čase SDH Starý Smolivec upořádá nějakou podobnou akci pro svoje spoluobčany. Tak zas někdy v divadle, Ahoj!

Jiří Krejčík

Moštování na Lomnici

Již po několikáté se i letos a to 16. 10. 2016 uskutečnilo moštování ovoce z vlastních zdrojů na Lomnici. Občané byli s datem seznámeni v rozhlase. Jako každý rok i letos jsem neváhala a jela zužitkovat jablka ze zahrady.

Moštování se konalo od 9:30, neváhali jsme a chvílku po 9 vyrazili. Měli jsme kliku, byli jsme první na řadě, prohodili jsme pár slov s organizátorem Michalem Arnoštem a moštování odsejpal jedna

báseň. Celkem jsme si domů přivezli 38 litrů výborného jablečného, troufám si říci BIO moštu. Cena za litr moštu byla opravdu symbolická a to 3,-/ litr.

A jak to má s přípravou samotný organizátor Michal Arnošt? Zeptala jsem se ho na pár otázek.

Po kolikáté se konalo moštování?

„Potřetí, nebo počtvrté, já to tak moc nesleduji. Ale kdybych věděl, že se budeš ptát, tak bych si vedl statistiku.“ **Chápu, se statistikou začneme tedy příští rok.**

Protože jsme v neděli přijeli jako první, bylo po nás ještě hodně lidí?

„Už dopředu pár lidí hlásilo, že letos nemají jablka. Skoro jsme si až říkali, zda se do moštování letos pouštět. Lidí skutečně přišlo méně, takže se letos míň moštovalo, o to víc se povídalo. Nakonec musím opět konstatovat, že to byla příjemně a snad i trochu užitečně strávená neděle.“

Do kolika hodin se akce protáhla?

„S moštováním jsme skončili asi po třetí, pak ještě poklidit, promyslet, jak uskladňovat mošt a tak dále a najednou byla tma.“

Když jsme se spolu bavili, říkal jsi, že už se ti do moštování letos moc nechtělo, co Tě nakonec přesvědčilo?

„Ne, že by se mi nechtělo, akorát mám tradičně na podzim pocit, že nic nestíhám. Ale ten mám vlastně i v zimě, na jaře a v létě. Nakonec mě přesvědčila žena, tak už to my muži míváme.“ **Ještě, že nás máte 😊**

Můžeme se těšit i příští rok?

„Jestli myslíš ze života, tak to se určitě všichni těšte. A jestli bude moštování, dáme zase vědět, až přijde ten správný čas.“

Touto cestou bych ráda poděkovala organizátorům akce, Michalovi a Janě, za zprostředkování a umožnění moštování.

Neváhejte příští rok,

přijet a dát si moštu lok.

Je to prostě kvalita za nejlepší cenu,

ještě, že má Michal, tak přesvědčivou ženu 😊

Veronika Straková

TJ Starý Smolivec je stále v čele tabulky

Naši fotbalisté si vedou skvěle a i nadále se drží na předních místech tabulky. Střílejí jeden gól za druhým a týmy ve své skupině doslova válčují. Pojdme se společně podívat, jak odkopali říjnové zápasy.

Sedmé kolo a první říjnový víkend se náš tým utkal na domácím hřišti se Stodem. V této hře skóroval Jirka Šíma, Jirka Růt a Rudolf Ostříž. Všichni tři si vstřelili po gólu a zajistili tak Smolivci výhru 3:1.

Osmé kolo už tak šťastné nebylo. Starý Smolivec se vydal do Losiné, ale jelikož se žádnému z hráčů nepodařilo vstřelit žádnou branku a soupeřovi se naopak vedlo, prohrál náš tým 3:0.

V devátém kole si však hráči spravili chuť a na domácím hřišti porazili Zdemyslice 5:1. O góly se zasloužil Martin Hrkel, Robert Brejcha, Honza Strejc, Standa Procházka a Franta Trhlík.



Desáté kolo se opět neslo ve znamení výhry. 2:1 nakonec dopadlo utkání mezi Starým Smolivcem a Radkovicemi. Ty nám k úspěchu trochu dopomohly, když jejich hráč Konstantin Levý vstřelil vlastní branku. Zápas nakonec rozhodl gól Honzy Strejce.

Na jedenácté kolo odehrané 29. 10. se naši vypravili do Chotěšova. Tady se ale také nesetkali s úspěchem. Prohrou 3:0 se posunuli na třetí místo v tabulce. I tak jsou to ale pěkné výsledky a kluci nemusí věšet hlavu. Před nimi jsou ještě dvě kola, ve kterých se utkají s Kasejovicemi a Hradcem. Oba dva týmy jsou podle tabulky o poznání horší, takže šance na úspěch je veliká.

Držím klukům palce, aby sezonu odkopali bez zranění a umístili se na předním místě.

Veronika Kubová

Zima už na nás pomalu dotírá a proto je na čase upéct si voňavý perník, který potěší nejenom Vás, ale i Vaše blízké. Tento dezert Vás potěší nejenom ke snídani, ale je to to pravé také ke kávě.

Perník: všechny ingredience smícháme dohromady a pečeme na 180 stupňů cca 30 min.

- * 500g hladké mouky
- * 500ml mléka
- * 2 lžice kakaa
- * 1ks prášek do perníku
- * 1 lžička jedlé sody
- * 1 vejce
- * 15dkg marmelády
- * 10dkg oleje
- * 20dkg cukru



Na slovíčko s našimi zastupiteli

Jméno a příjmení: Josef Matoušek

Bydliště: Starý Smolivec

1) Jakým jedním slovem byste popsal své dětství?

Báječné.

2) Co Vás dokáže zaručeně naštvat?

Lhostejnost některých lidí.

3) Jaké jídlo byste nikdy nepozřel?

Mořské plody.

4) Ideální dovolenou si představuji: (vyberte jednu z variant)

v České republice

v cizině—u moře

5) Jaká je Vaše nejoblíbenější filmová (seriálová) hláška?

Celý film Dobrý voják Švejk.

6) Co se Vám v obci, ve které žijete, nejvíce líbí?

Areál hřiště.

7) Jmenujte jednu věc, kterou byste ve své obci změnil:

Myšlení některých lidí.

8) Proč jste kandidoval do zastupitelstva?

Zastoupení obce Starý Smolivec.

9) Jste spokojen s činností a fungováním zastupitelstva?

Ano.

10) Co byste vzkázal svým voličům?

Děkuji za důvěru.

Marti TIP, jak být FIT: datle v předvánočním období

Minulý díl jsem věnovala naklíčeným luštěninám, obilovinám a semínkům, kdy jsem na konci článku zmínila recept na podzimní smoothie se sušenými datlemi, což mi plynule dovoluje navázat dnešní zmínkou právě o datlích.

Mnoho z nás má datle spojené s předvánočním časem kvůli obchodníkům, kteří je v tomto období zařazují do své nabídky vánočních potravinových produktů. Já to tak nemám, neboť datle mají u mě v kuchyni vyhrazené místo v šuplíčku po celý rok v sušené formě, kterou tady v Čechách seženeme nejspíše nejjednodušší, i přesto, že čerstvé datle obsahují méně kalorií, cukru, avšak více vitamínu C.

Čerstvé datle 100g = 160kcal/677kJ

Sušené datle 100g = 280kcal/1176kJ

Datle jsou cizokrajné ovoce, pochází z oblasti Blízkého východu, kde rostou už tisíce let a v těchto místech představují jednu z klíčových plodin. Pěstují se v teplých a suchých pásmech, tedy například v Tunisku, Egyptě, Maroku, Indii, Iráku, Kalifornii, na Kanárských ostrovech... Jako téměř každá potravina mají i sušené datle své klady, ale i zápory. Troufnu si však tvrdit, že příznivé vlastnosti a účinky převládají:

- mají vysoký obsah minerálních látek – selenu, vápníku, železa, draslíku a vlákniny
- právě díky vysokému obsahu železa jsou vhodné při chudokrevnosti
- stejně tak kvůli vláknině jsou doporučované při zácpě (ve vyšším množství mají projímavé účinky)
- v oblasti jejich domoviny na Blízkém východě jsou považovány za mimořádné afrodisiakum ☺
- vyšší obsah přirozeně vyskytujícího se cukru v datlích zcela zastupuje cukr (pokud mám chuť na sladké, tak sladím právě datlemi – do jogurtu si vmíchám jednu pokrájenou datli a lžičku hořkého kakaa, kdy mi kakao nahradí chuť čokolády, datle sladkosti a ještě splním porci vápníku z jogurtu ☺)
- pro svůj vyšší obsah energie, přírodních cukrů a minerálních látek jsou vhodné pro aktivní sportovce (vláknina zasytí, cukry dodají rychlou energii, draslík doplní jeho ztráty při zátěži)
- povzbuzují při poklesu výkonnosti či únavě, doporučuji je například i studentům pro udržení bdělosti při studiu ☺

- používají se i pro výrobu datlové mouky, kterou ocení nejen vegetariáni, vegani a další skupiny, ale i lidé dodržující bezlepkovou dietu

Nevýhody sušených datlí:

- pro svůj vysoký obsah cukru nejsou vhodné pro diabetiky a při vyšší a častější konzumaci mohou stát za podporou vzniku zubního kazu (i vzhledem k zvýšené lepkavosti na zuby)
- protože jsou chuťově extrémně dobré, mohou svádět k tomu, že jich sníme zbytečně hodně (doporučené množství na porci například na svačinu nebo před sportem jsou cca 3-6ks)

Na závěr mám pro Vás na suroviny nenáročný sladký recept, a pokud očekáváte návštěvu, zapomeňte jednou na bábovku a dopřejte i hostům trochu jiný moučník – banánovo-datlové muffiny (bez mouky a přidaného cukru i tuku):

- 4 vejce
- 3 banány
- 6 datlí

Datle si necháme na pár minut namočené ve vodě, aby zvláčnily, poté je usušíme a nakrájíme na kousičky. Oddělíme si žloutky od bílků. Banány rozmixujeme v mixéru do kaše, přimícháme žloutky a pokrájené datle. Z oddělených bílků vyšleháme tuhý sníh a opatrně vmícháme do směsi. Naléváme do silikonových formiček na muffiny a poté pečeme v předehřáté troubě při teplotě 180°asi 20 minut.

**Energii na fyzickou námahu v datlích hledejte
a únavě těla tak prostor nedejte.**

Pěkný předposlední měsíc v roce přeje Martina Korejčková

STRAVOVÁNÍ A HUBNUTÍ ZDRAVĚ A S RADOSTÍ

Bc. Martina Korejčková, DiS. – nutriční terapeutka

- ✚ tvorba jídelníčků a úprav ve stravování
- ✚ management hmotnosti (hubnutí, přibírání na váze), individuální redukční kurzy
- ✚ plánování pohybové aktivity
- ✚ testy potravinových alergií z kapky krve a sestavení jídelníčku dle výsledků
- ✚ dietoterapie a léčebná výživa při akutních i chronických onemocněních
(diabetické diety, bezlepková dieta, bezzezbytková dieta, stravování při vysokém krevním tlaku, dieta při nádorových onemocněních, dně, onemocnění jater, slinivky břišní, žaludku, ledvin, střev a mnohých dalších zdravotních problémech)
- ✚ výživa dětí, těhotných a kojících žen, sportovců, stravování při vícesměnném provozu
- ✚ vyhodnocení jídelníčků v nutričním programu z hlediska obsahu živin a energetické hodnoty
- ✚ tvorba odborných posudků na nutriční hodnotu potravin, výrobků a pokrmů
- ✚ vyšetření celkového tělesného složení přístrojem na bázi bioimpedančního měření

Kontakt:

Martina Korejčková

Plzeň, Kasejovice (poradna Kasejovice č.p. 311 - v budově DPS)

tel.: 721 634 113

e-mail: martina.korejckova@seznam.cz

webové stránky: www.martinakorejckova.cz