

Vyžlovský zpravodaj

číslo 1 rok 2012



Už tu máme zase Velikonoce, o kterých určitě, mimo jiné díky našemu Zpravodaji, víte všechno a tak si letos připomeneme, že v tuto roční dobu je skvělé podstoupit jarní očistu těla i duše. Obě zlehka, aby byl efekt jistý. Odvar z mladých kopřiv je vůbec nejlepší na detoxikaci, protož pijte celých 14 dní tři šálky denně a budete se divit. K tomu přidejte následující kůru: Ráno: vypijte horkou vodu s citrónem a zacvičte si (lehce, vždy lehce) jógu nebo pilates. Dopoledne vyjděte do lesa na procházku a při chůzi popíjejte grapovou šťávu ředěnou vodou. A je poledne a vy si dejte salát pokapaný jablečným octem a jablko jako zákusek. Nezapomeňte na siestu, čtete si, uvažujte o sobě, relaxujte. Odpoledne vklouzněte do levandulové koupele, na vanu postavte šálek heřmánkového čaje a upíjejte. Na obličej doporučujeme masku z medu, ovesných vloček a jogurtu. Po půl hodině jste omlazená. Dvě hodiny před spaním povečeřte rýží se zeleninou, vše vařené v páře a těsně před spaním si sedněte na zem, uvolněte se a meditujte. Druhý den se budete cítit jako znovuzrození. K tomu přidáváme **recept na salát z mungo**, neboli ze zelené sóji – je znamenitý, zdravý a jednoduchý.

Zálivka: sůl, lžička francouzské hořčice, 2 lžičce balzamického octa z Modeny a 3 lžičce panenského olivového oleje. Řádně zamícháme a do mísy přidáme mungo, hlávkový salát, rozkrájený vnitřek měkkého avokáda (čím víc tím líp) a třeba cherry rajčátka, vejce na tvrdo, nastrouhanou bílou ředkev, prostě cokoli svěžího. Podáváme jako předkrm.



Letos vycházejí křesťanské Velikonoce skoro na stejný den jako židovský svátek Pessah. Sedmého dubna večer usednou Židé k večeři zvané SEDER a budou oslavovat odchod z Egypta. Tuto večeři lze spojit s Poslední večeří Páně, neboť je jisté, že Kristovo stolování se konalo právě na oslavu sederu. Na stole musí být hořké byliny symbolizující hořkost údělu hebrejských otroků v Egyptě, kost berana jako vzpomínka na oběť beranků, nařazenou Hospodinem v noci před odchodem, zelenina namočená ve slané vodě, vejce natvrdo – symbol smutku za zničení chrámu a datle, ořechy, jablka a mandle, představující cihly, které Hebrejci dělali pro faraona. K tomu jsou podávány čtyři kalichy vína a nesmí se zapomenout na pohár pro proroka Eliáše, jenž se dle tradice večeře účastní. Dveře domu jsou pro něj otevřené. A samozřejmě je nutno zkonsumovat tři macesy – nekvašené chleby. Neboť při putování pouští neměli Hebrejci kvásek a to je každoročně připomínáno. Pessah je nejdůležitější židovský svátek, tak jako Velikonoce pro křesťany, proto se o něm letmo zmiňujeme, byť by se dalo popsat ještě mnoho stránek.

Zprávy z obce.....

A teď praktické informace: Víte, že elektro odpad roste v současné době nejrychleji ??? Proto máme na radnici speciální kontejner a na našich webových stránkách více informací. Doufáme, že i vy tuto novinku přivítáte. Obec se tak zapojila do projektu „Zelená obec“. Horká aktualita-na www.budliny.cz můžete získat informace pro odvoz tohoto odpadu přímo z domova!



Poděkování..... i když máme už dávno po Vánocích ještě jednu zprávu - **psí útulek Alíkov** moc děkuje za příspěvky, které byly použity pro potřeby útulku-celkem **7.300,- Kč**. Tolik se vybralo při slavnostním rozsvícení vánočního stromku na návsi v prosinci minulého roku.

Upozornění.....

Upozorňujeme občany, že do kanalizace nepatří tuky a jakékoli mechanické odpady (zbytky hadrů, zbytky hygienických potřeb atd.). Dochází k poruchám čerpadel, a tím ke zvýšení nákladů na provoz ČOV. Děkujeme.

Jarní úklid.....určitě už máme všichni radost, že vysvitlo sluníčko. Bohužel ale o to lépe vidíme nepořádek, který dosud milosrdně přikrýval sněh. Udělejme si proto pořádek nejen na duši a těle, ale i v okolí svých domů. Budeme mít dobrý pocit, a to za námahu stojí!!

Pozvání..... všechny občany srdečně zveme na veřejnou schůzi, která se koná 20.4.2012 od 19.00 hodin v budově obecního úřadu.



Zjistili jsme, že některé vyžlovské maminky netuší, že tu máme **mateřskou školku Jitřenka**. Pěkně tu funguje už nějaký čas ku prospěchu dětí i jejich rodičů. Tak tedy informujte se na webových stránkách:www.skolkajitrenka.cz., nebo na telefonním čísle pí. ředitelky J. Pelikánové 776756006.

Mateřská školka v Jevanech bude zapisovat děti do nového ročníku-více na www.jevany.cz/ms a na ÚD našeho úřadu.

Činnost sociální komise.....

Opět tu máme spoustu akcí - rok začal jako vloni“**bubnováním**“. Kdo se zúčastnil, ví, že tato aktivita pomáhá uvolňovat stres a napětí a to je určitě v dnešní uspěchané době velmi důležité.

V březnu v sobotu 24.3. Vás zveme na **jarní dílny** (letáček už jistě máte ve schránce) a hned týden poté, ale tentokrát v neděli 1.4. (ne, není to apríl) přijďte zase- obě akce se konají v budově OÚ.

Můžete si vyrobit květinové víly z ovčí vlny a namalovat hrníčky, talířky, ozdobit vejce.....

V dubnu (28.4.) si nenechte ujít „**taneční odpoledne**“ v hotelu Praha, zahraje hudební trio Excelent, které mělo velký úspěch na setkání seniorů vloni, uvidíte také ukázky různých tanců. Srdečně zveme!

O připravovaných akcích budeme informovat v dalších číslech zpravodaje.

Veselé jaro!!! E.P. a N.F.

Vyžlovský zpravodaj
četnost vydání 5-6
místo vydání obec vyžlovka
e.č.MK ČR E 17545
Na Návsi 57, PSČ 281 63



redakce
Eva Pačesová Nataša Frappartová