



# Sebranické noviny



**NOVINY OBCE SEBRANICE**

**\* Srpen 2020 \* 22. ročník \* číslo 8\***

## Z jednání ZO

**Veřejné zasedání dne 20. 7. 2020**  
**Přítomno bylo 7 členů ZO.**

### ZO schválilo:

- smlouvu o poskytnutí dotace z Programu obnovy venkova č. OŽPZ/20/22701 „Oprava místních komunikací“. Smlouva je uzavřena mezi Pardubickým krajem a Obcí Sebranice.
- smlouvu o zřízení věcného břemene – služebnosti IV-12-2018864/VB/1, Sebranice, Kaliště, 3xRD – knn, nn mezi ČEZ Distribuce, a.s. a Obcí Sebranice. Věcné břemeno se týká p. p. č. 13, 18/1, 18/15, 20/1, 312/1, 319, 322/1 a 322/2 v k. ú. Kaliště v obci Sebranice u Litomyšle.
- smlouvu o nájmu pozemku na p. p. č. 192/7, 192/5 v k. ú. Sebranice u Litomyšle. Cena pronájmu je 1 Kč/m<sup>2</sup>/rok.
- opravu koupaliště za podpory dotace z MMR tak, že se nově vybetonuje a vystěrkuje stávající bazén a s dodavatelem se prokonzultuje možnost přelivu a nového odtokového potrubí.
- zapojení se do společného projektu s Mikroregionem Litomyšsko-Desinka – Povodňový plán území Sebranice, bezdrátové rozhlasové s digitálními kódováním a s napojením na zadávací pracoviště složek IZS. Projekt v případě získání dotace se uskuteční v roce 2021–2022.

**ZO Sebranice vybralo** z nabídek technický dozor a BOZP pro „Rekonstrukci a dostavbu mateřské školy v Sebranicích u Litomyšle“.

**ZO Sebranice schválilo** uzavření smlouvy s technickým dozorem, BOZP a autorským dozorem pro stavbu „Rekonstrukce a dostavba mateřské školy v Sebranicích u Litomyšle“.

Smlouva byla uzavřena na technický dozor a BOZP stavby mezi Ing. Milanem Štrupem a Obcí Sebranice.

Smlouva na autorský dozor stavby byla uzavřena mezi Obcí Sebranice a Energy Benefit Centre a.s.

### ZO vzalo na vědomí:

- práce a údržbu, které probíhají v budově základní školy v Sebranicích.
- závěrečný účet dobrovolného svazku obcí Svazek obcí AZASS za rok 2019.
- závěrečné účty všech dobrovolných svazků obcí za rok 2019, ve kterých jsme členy.

### ZO Sebranice neschválilo:

- projekt měření rychlosti v obci Sebranice společně s Mikroregionem Litomyšsko.

*Lenka Karalová, starostka obce*

## Upozornění pro majitele psů

Upozorňujeme majitele psů, že **jsou povinni nahlásit na Obecním úřadě všechny držené psy**. Dle Obecně závazné vyhlášky Obce Sebranice č. 1/2019 o místním poplatku ze psů, čl. 3, je **poplatník povinen ohlásit správci poplatku vznik své poplatkové povinnosti do 15 dnů ode dne, kdy se stal starším tří měsíců, nebo ode dne, kdy nabyl psa staršího tří měsíců**. Ve lhůtě 15 dnů je povinen ohlásit také zánik své poplatkové povinnosti (např. úhyn psa, jeho ztrátu, darování nebo prodej).

*Za OÚ Sebranice Iva Jilková*

## Informace ke svozu odpadů

Vážení občané, upozorňujeme Vás, že **směsný odpad, který se Vám nevejde do popelnice, lze dávat pouze do černých pytlů s logem TS Hlinsko**. Jiné pytle zaměstnanci TS Hlinsko neodvezou. Pytle je možné zakoupit na Obecním úřadě za 7 Kč/ks.

Kódy na pytle už na Obecním úřadě netiskneme. Pytle s plasty, papírem i směsným odpadem Vám budou odvezeny i bez označení kódy.

**Nově zavádíme svoz plechovek od potravin**. Plechovky je možné vkládat do odpadkových pytlů, tašek apod. a svázané připravit ke svozu. **Svoz plechovek bude probíhat společně se svozem papíru**. **Upozorňujeme, že plechovky od barev, ředidel apod. patří do nebezpečného odpadu, proto není možné do svozu plechovek od potravin přidat i tyto plechovky**.

*Za OÚ Sebranice Iva Jilková*

## Pozvánka na Posezení pod lípou

Kulturní komise obce Sebranice vás srdečně zve na **POSEZENÍ POD LÍPOU**, které se koná **v neděli 23. 8. 2020 od 15 hodin na prostranství u kapličky na Pohoře**.

K tanci a poslechu zahraje kapela Jana Pohorského. Občerstvení zajištěno. Vstupné dobrovolné.

Akce je finančně podpořená Pardubickým krajem a radní Hanou Štěpánovou.

## Společenská kronika

*Všem jubilantům, kteří v srpnu oslaví své narozeniny, srdečně blahopřejeme:*

<b>Anna Tmějová</b>	<b>80 let</b>
<b>Marie Klejchová</b>	<b>75 let</b>
<b>Božena Kučerová</b>	<b>75 let</b>
<b>Rosalie Jilková</b>	<b>75 let</b>
<b>Ludmila Klusoňová</b>	<b>70 let</b>
<b>Hana Čermáková</b>	<b>65 let</b>
<b>Zdeněk Vraspír</b>	<b>60 let</b>
<b>Petr Kovář</b>	<b>50 let</b>
<b>Naděžda Letáčková</b>	<b>50 let</b>



*„Obklop se těmi, co mají radost v očích a lásku v srdci!“*

**V červenci si slíbili lásku, úctu a věrnost**  
**Terezie Klejchová a Štěpán Feltl**.  
*Novomanželům blahopřejeme!*

**V červnu se narodila Ema Moravová a v červenci se narodila Anna Marie Leksová**.  
*Rodičům gratulujeme!*

**V červnu nás opustila paní Anna Pohorská**.

*„Kdo v srdcích žije, neumírá.“*  
*František Hrubín*

## Společná televizní anténa

Vážení občané, žádáme Vás o strpení, neustále se pracuje na vyladění signálu, který ruší signál společné televizní antény v Sebranicích.

*Lenka Karalová, starostka obce*

## Pozvánka na veřejné zasedání ZO

**Zveme občany na veřejné zasedání ZO, které se koná v pondělí 17. 8. 2020 v 19.00 hodin v zasedací místnosti Obecního úřadu**.  
*Lenka Karalová, starostka obce*

## Pravidelný svoz odpadů

**Srpen, září 2020**  
**Popelnice: 7. 8., 21. 8., 4. 9.**  
**Plasty: 10. 8., 7. 9.**  
**Papír, olej, plechovky: 28. 8.**

## Nová třída v základní škole

Žáci první třídy základní školy budou mít úplně novou třídu, která bude prosvětlená, s novou katedrou, novou interaktivní tabulí. Třídu navrhl Ing. Kamil Votřel.

*Lenka Karalová, starostka obce*



## Údržba zeleně u kostela

V červenci proběhla údržba zeleně u kostela. Lípy a okrasná zeleň byly odborně ošetřeny. Zeleň byla vysazena za příspěvku OPŽP v roce 2015.

*Lenka Karalová, starostka obce*



*Foto: G. Prokůpková 3x*

## Poděkování

Poděkování všem, kteří se podíleli na opravě kapličky sv. Jana Nepomuckého na Pohoře.

*Děkují občané z Pohory*



## Mečíky – Gladioly

**Hradec Králové** – šlechtitel Sochor, vynikající gladiol s jemně levandulově zbarvenými, silně zvlněnými květy se světlejšími dolními petály a výraznou texturou. Dokonalá klasika.

**Dalibor** – šlechtitel Mítiska, zářivý fialkově červený s výrazným bílým žilkováním. Krásná živá barva, výborná substance jemně nařazených květů, které jsou pevně uchycené ve dvouřadu na dlouhých a silných stvolech. Špičková odrůda, která je vynikající ve váze.

**Cukrle** – šlechtitel Rýpar, základ bílý, světle levandulové přelivy, rozpité stříkané tmavě levandulové oko. Květy jsou velké a silně zrašené. Exot s výbornou stavbou. Nádhera.

**Jiří Václavík** – šlechtitel Václavík, velmi zvláštní a těžko popsatelná barva, základ je tmavě červený, střed šedivě růžově stříkaný (šumrovaný), 5 mm silné okraje jsou pastelově lila růžové. Obě neonové barvy jsou ve vzájemné harmonii. Majstrštyk Jirky Václavíka. Unikátní kombinace.



*Hradec Králové  
Zdroj: LukonBulbs*



*Dalibor  
Zdroj: gladiris.cz*



*Cukrle  
Zdroj: zahrada-cs.com*



*Jiří Václavík  
Zdroj: lukon-glads.cz*

*Připravil Josef Trojtler z Lubné*

## Národopisné oblasti – Haná

*Pokračování z minulého čísla Sebranických novin.*

Litovel je další významné sídlo na Haně, půjdeme se tam podívat. Královské město ležící na šesti ramenech řeky Moravy založil s největší pravděpodobností Přemysl Otakar II. v polovině 13. století. První písemnou památkou je listina krále Václava II. z roku 1287.

Ve 2. čtvrtině 14. století udělil Jan Lucemburský městu právo opevnění, jehož zbytky zůstaly zachovány v jihovýchodní části Litovle. Při opravách opevnění v roce 1652 zednický mistr Matěj Volkmann zasadil do hradeb Švédskou desku připomínající zkázu města švédskými vojsky (deska je dochována). Historická část je hodnotným urbanistickým celkem, jde o městskou památkovou zónu.

Budova radnice byla původní rezidencí pánů z Vlašimi, dnešní podoba je z doby po požáru v roce 1724. Na náměstí si prohlédneme řadu měšťanských domů, například Langrův dům, dům zvaný Záložna, který při přestavbách získal secesní podobu s divadelním sálem, Pánský dům a další. Morový sloup (1724) na náměstí zhotovil V. Render, je ozdoben sedmi sochami patronů – ochránců proti moru – nahoře je socha Panny Marie, ve výklencích sv. Pavlína a sv. Rozálie, v rozích Karel Boromejský, Roch, Šebestián a František Xaverský. Budova městské knihovny původně patřila soukenickému cechu. Na místě hradebního bastionu sídlí muzeum se stálou



*Pohled na radnici a morový sloup v Litovli; zdroj: olomoucky.denik.cz*

## Národopisné oblasti – Haná

expoziční Litovelská řemesla. Kostel sv. Marka je z počátku 14. století, později přestavěn pozdně goticky, potom renesančně a současnou podobu získal koncem 17. století. V jeho sousedství stojí pozdně gotická kaple sv. Jiří, raně barokní hřbitovní kostel sv. Filipa a Jakuba pochází z roku 1692. Při opravách kostela v roce 1953 sem byly převezeny varhany z poutního kostela sv. Anny ze Staré Vody v Libavě. Nejstarší kamenný most na Moravě a třetí nejstarší v České republice (1592) se jmenuje Svatojánský podle sochy sv. Jana Nepomuckého. Velmi pozoruhodnou stavbou z počátku 20. století je novorenesanční budova Gymnázia Jana Opletala a základní školy, postavená podle plánů profesora České techniky v Brně J. Bertla. Nad okny 1. patra jsou mozaiky z historie Litovle.



Uničov, chrám Nanebevzetí Panny Marie s nestejně vysokými věžemi; zdroj: vyletnik.cz

Také zavítáme do královského horního města Uničova, které roku 1213 založil moravský markrabě Vladislav Jindřich, bratr krále Přemysla Otakara I. Sídlo bylo opevněno kamennými hradbami, částečně zachovanými (půlkruhová bašta), se čtyřmi bránami, z nichž se zachovaly Medelská a Vodní. Půdorys města (městská památková zóna) je kruhový s náměstím a radnicí, která byla zničena Švédy a roku 1891 obnovena, má 45 metrů vysokou věž. Uničov dominuje výjimečný trojlodní chrám Nanebevzetí Panny Marie, který je unikátní dvojicí nestejných věží. Osmihránná věž je doplněna hodinami a soškou sv. Prokopa. Na boční zdi kostela je basrelief Ukřižování Páně. Minoritský klášter, založený roku 1330 s gotickým, později barokně upraveným kostelem Povýšení sv. Kříže, byl zrušen v roce 1813. Barokní socha sv. Jana Nepomuckého a mariánské sousosí jsou dílem J. A. Heinze. Na náměstí stojí dvě kašny, zdobené Neptunem a orlem.

V minulém čísle jsme navštívili Javoříčské jeskyně, v tomto vydání se podíváme do Mladečských jeskyní. Tyto jeskyně vznikly ve vápencích konicko-mladečského devonu. Systém je 1080 metrů dlouhý s komplikovaným a krásným labyrintem chodeb, domů a komínů, složeným ze tří pater (denivelace 27 metrů). Nálezy dokládají osídlení mnoho tisíc let před Kristem. K nejstarším nálezům patří řada lebek a početné části koster mužů, žen i dětí nálezů z neolitického typu. Tito lidé prokazatelně holdovali lidojedství. Dále jsou zde kamenné a kostěné nástroje, zbraně a ozdoby aurignacké kultury, rovněž značné množství kostí dnes již neexistujících zvířat – mamuta, jeskynního medvěda, jeskynního lva nebo hyeny a dalších. Ze středověku pocházejí válečné nebo epidemické hroby, uťaté lebky zajatců a zločinců, dále železné předměty, jezdecká soška a mnohé jiné nálezy. Chodby a domy mají malebnou krápníkovou výzdobu, která pohladí oko i duši.

V příštím čísle Sebranických novin budeme v pouti po Haně pokračovat. Hanáci jsou příjemní a vlídní lidé, na každé setkání s nimi se velmi těším, protože mě vždycky něčím zajímavým inspirují a obohatí. Dělalji mně velkou radost.

Josef Trojler z Lubně

## Zprávičky z mateřské školičky

### Rozloučení s předškoláky

Letos jsme se loučili s 12 předškoláky. Program probíhal na zahradě mateřské školy za přítomnosti rodinných příslušníků.

Vzhledem k okolnostem a omezeným možnostem s dětmi nacvičit pásmo na rozloučenou, jsme se rozhodli tentokrát pojmout program s rodiči trochu jinak.

Předškoláci si mohli na deseti stanovištích vyzkoušet a splnit úko-



## Zprávičky z mateřské školičky

ly podobné těm u zápisu, o který letos kvůli uzavření škol přišli. Za každý splněný úkol si odnesli drobné školní pomůcky, které se jim budou v první třídě určitě hodit.

Naše pozvání přijala také paní učitelka Markéta Andrllová, která nás po skončení programu a po krátkém posezení s rodiči laskavě provedla budovou základní školy a ukázala dětem vše potřebné od šatny až po družinu.

Počasi nám přálo, tak jsme si ještě před spaním mohli posedět u ohně, opět buřtík a zazpívat s kytarou.

A pak už šup do spacáků a užít si poslední zážitek v mateřské škole.

Dětem, které půjdou po prázdninách do školy, přejeme hodně radosti a nadšení, paní učitelce hodně trpělivosti a rodičům pevné nervy! A vám všem krásné léto prožitě ve zdraví!

Za kolektiv MŠ Jana Mokrejšová



Foto: J. Mokrejšová 7x

### LEVNADULE (*lat. Lavandula*)

V první řadě slouží jako uklidňující prostředek při obtížích nervového původu. Čaj z levandule pomáhá při nespavosti, nervové slabosti a bolestech hlavy. Poradí si i s takovými nepříjemnostmi, jako jsou nezastavitelná třesavka, migréna a hysterické stavy. Další osvědčené použití levandule je při astmatu, žaludečních kolikách a nadměrné plynatosti. Bylina je dobrá i na játra a žlučník.



Inhalace levandulové silice urychluje léčení zánětů průdušek, chřipky, angíny. Silný odvar nebo tinktura slouží jako kloktadlo, čistí drobné vřídky v ústní dutině.

Důležité uplatnění nachází levandule při vnějším použití, kde je nejlepší ve formě levandulového oleje. Natírání bolavých míst levandulovým olejem pomáhá při revmatismu, po úrazech, při vykloubeních, natržených svalech, bolestech a zánětech nervů.

Olej léčí i vředy, infikované rány a povrchové záněty. Levandulová koupel s přidáním rozmarýnu zlepšuje krevní oběh a celkově oživuje organismus dospělých i dětí.

**Levandulový olej (macerát):** Do 0,5–0,7 litru olivového oleje sypeme za stálého míchání čerstvé, nadrobno nasekané levandulové květy, dokud nedostaneme homogenní, hustou, ale ještě tekutou směs. Dáme ji do vhodné nádoby a za občasného promíchání ji necháme stát na tmavém místě 6–8 týdnů. Přecedíme, ale scezené byliny ještě mírně zahřejeme a olej z nich vytlačíme. Olej vtíráme do pokožky po celém okolí bolavých míst. Při bolestech hlavy a při migréně ho vtíráme do pokožky na spáncích a na čele a zároveň užíváme několikrát denně 10 kapek na lžičce; olej zapijeme troškou teplého čaje. Při nervových bolestech kombinujeme masáž bolavých míst levandulovým olejem s vnitřním užíváním černého bezu.

**Levandulová limonáda:** 1 hrnek medu, 5 hrnků vody, 1 polévková lžice sušené levandule (doporučujeme raději začít menším množstvím, přidat ingredienci lze vždy), šťávu asi ze 6 citronů.

**Postup:** Přiveďte k varu 3 hrnky vody a nechte chvíli vychladnout. Touto vodou zalijte sušenou levanduli a přidejte med. Nechte luhovat asi 20 minut. Šťávu sceďte. Přilijte citronovou šťávu a zbylou vodu, dobře promíchejte. Dejte vychladit a podávejte.

**Levandulový nálev:** lžičku levandulového květu zalijeme sklenicí vroucí vody a necháme 10 minut louhovat. Pijeme 2 sklenice denně mezi jídly.

### SATUREJKA (*lat. Satureja*)

Při sběru se odkrajuje celá kvetoucí nať, jen kousek nad zemí kvůli zužitkování všech větviček.

Zlepšuje stravitelnost pokrmů. Týká se to především těžkých masitých pokrmů a „nadýmajících“ potravin (luštěniny, zelí), u nichž je saturejka první trávicí prevencí.



Čistě léčebné uplatnění saturejky využívá její (mezi bylinkami málo časté) schopnosti zvyšovat krevní tlak. Ve formě čaje, v obvyklém dávkování, léčí i zánět žaludku (gastritidu) a tenkého střeva, uvolňuje plynatost střev, pomáhá při akutních a chronických průjmech. Stimuluje činnost celého trávicího traktu, aktivuje slinivku břišní, pomáhá vyhánět střevní parazity a celkově posiluje organismus.

### YZOP (*lat. Hyssopus*)

U yzopu je velmi důležitá doba sběru, neboť obsah účinných látek je před kvetením a po odkvětu nižší než v plném květu. Pozorně proto sledujte, kdy začíná kvést, a když je zcela rozkvetlý, odstříhnete horní, nedřevnatou část rostliny. Do konce sezony obvykle poskytne ještě jednu úrodu.



Má značně posilující účinky na celý organismus, což je důležité především pro starší lidi. Pro toto použití doporučuji připravit si macerát yzopu ve víně. Droga (bylina) má příjemnou chuť i vůni, do macerátu můžeme přidat též trochu saturejky a rozmarýnu. Jiné osvědčené použití yzopu - je vhodný do kloktadel na zánět hrdla a ústní dutiny, vždy v kombinaci se šalvějí.

Yzop mírně zvyšuje krevní tlak, proto ho přidávám do čajových smě-

sí, které mají jako nežádoucí vedlejší účinek právě snížení tlaku. Osvědčuje se i proti kašli a při záchvatech průduškového astmatu. Odstraňuje noční pocení, uvolňuje větry, zlepšuje chuť k jídlu, má močopudné účinky a schopnost brzdit růst škodlivých bakterií. Yzop může být prevencí cévní mozkové příhody (mrtvice).

### MEDUŇKA (*lat. Melissa*)

Je mimořádným lékem na uklidnění celého organismu. Působí nejen na nervovou soustavu a psychiku, ale léčí všechny orgány těla, postižené vlivem stresu chorobnými změnami. Uvolňuje křečovitě stažení způsobené nervovým vypětím, uklidňuje bušení srdce, dýchací a zažívací orgány. Tiší záchvaty kašle dětí (spolu s mateřídouškou), uvolňuje křeče žaludku a zaražené větry, pomůže proti zvracení v těhotenství.



Je výborným uspávacím prostředkem (u dětí, stejně jako u starých lidí). Šálek nálevu z meduňky, oslazený medem, nahradí tabletku na spaní a přitom prospívá celému tělu.

**Meduňkový sirup:** 1 kg cukru krystal, 1 l vody, 200 g meduňky lékařské, 5 l vody, šťáva z citronu.

Vodu svaříme a necháme trochu zchladnout. Přidáme šťávu z citronu a nakrájenou (natrhanou) meduňku – listy i nať. Naloženou meduňku necháme 24 hodin stát. Potom sceďme, přidáme 1 l vody svařené s cukrem (trochu vychladlé) a necháme zcela vychladnout. Naplníme do lahví, uzavřeme a uchováváme v chladnu.

Meduňkový sirup přidáváme do nápojů, ale klidně jenom do vody k přípravě šťávy. Sirup z meduňky je výborný také do čaje před spaním.

**Balzám na rty:** Meduňka má léčivé účinky i na opary. Smíchejte ji s mandlovým olejem a včelím voskem a užívejte jako balzám na rty, kdykoliv budete cítit začínající svrbění na rtech.

**Na kuře či jiné maso:** Meduňka je také skvělým bylinkovým kořením! Dvě lžičky natrhané meduňky promíchejte s ¼ hrnku másla. Tímto bylinkovým máslem pak pomážete kuře, než ho dáte do trouby. Hrst lístků můžete také dát přímo dovnitř kuřete.

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

### VAVŘÍN PRAVÝ (*lat. Laurus nobilis*) – lidově bobkový list

Podporuje metabolismus, zvyšuje chuť k jídlu, snižuje plynatost, podporuje játra. Významně snižuje hladinu glukózy v krvi. Má také účinky antiseptické (záněty dýchacích i močových cest, otitis – zánět středního ucha), antioxidační a protikřečové a protirevmatické (otoky, bolesti kloubů, dna). Dokáže zahnat i migrénu. Mírně ředí krev, takže



omezuje vznik modřin a trombů, což je dobré před dlouhou cestou autem či letadlem, ale ne před operací či v kombinaci se stejnými léky. Silice z čerstvé rostliny mohou způsobit alergii, jejich inhalace pak halucinace. Denní dávka vavřínu jsou maximálně 3 gramy. Vybrat si můžete z mnoha forem užívání, dle potíží lze užívat vavřínový čaj, prášek, tonikum, inhalovat, mazat, koupat...

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

**Vavřínový čaj:** Pokud vás trápí revmatismus a dna, můžete vyzkoušet vavřínový čaj. Jednu lžičku nasekaných vavřínových listů přelijte 3 dl vroucí vody a nechte 15 minut louhovat. Pak přecedte a vypijte. Tato procedura by měla trvat 3 týdny.

**Vavřínový prášek:** Při cukrovce vám zase zabere vavřínový prášek. Listy vavřínu jednoduše rozdrťte nebo rozmixujte. Hotový prášek vložte do skleněné sklenice a dobře uzavřete. Užívejte 2× denně na špičku kulaťého nože a vše zapijte 3 dl vlažné vody.

**Vavřínová koupel:** Na bolavé klouby je ideální vavřínová koupel. Tři hrsti vavřínových listů přelijte 3 litry vroucí vody a vše nechte hodinu odpočívat. Pak přecedte a vlijte do teplé vanové koupele. Vavřínovou lázeň si dopřávejte 2× týdně po dobu 15 minut.

**Vavřínové mazání:** Na bolavé klouby a svaly můžete použít také vavřínové masážní mazání. Rozdrťte 2 lžice vavřínových listů a zalijte je 3 dl 60% lihu či ovocné pálenky. Dobře uzavřete a nechte 14 dní na teplém místě louhovat. Nesmíte zapomenout denně protřepávat. Po dvou týdnech přecedte a hotové mazání aplikujte na bolavé klouby, revmatismus, dnu či namožené svaly.

Zdroj: [www.styl.instory.cz](http://www.styl.instory.cz)

## Mladší příprava uzavřela fotbalovou sezónu

Ačkoliv soutěžní ročník 2019/2020 díky koronavirové situaci skončil dříve, než stačila začít jeho jarní část, proběhla ve čtvrtek 25. června na fotbalovém hřišti tradiční rozlučka s hráči, rodiči, trenéry i funkcionáři TJ Sebranice.

Nejdříve proběhlo hodnocení uplynulé sezóny, v němž trenéři Jindřich Novotný, Jiří Mokrejš a Martin Jílek vyzdvihli vysoký progres výkonnosti družstva mladších přípravků, což dokumentuje téměř dvojnásobný počet vstřelených gólů oproti loňskému roku. Celkový počet 99 branek v 8 mistrovských turnajích si jednotliví hráči rozdělili takto: Filip Svoboda 39, Dominik Novotný 26, Marek Mokrejš 23, Matyáš Blažek 4, Patrik Pohorský 2, Ondřej Mastík 2, Václav Leksa 1, Radim Renza 1 a Josef Jiráň 1. Do výčtu nejsou započítány góly zaznamenané v podzimních přípravných utkáních, zimních halových turnajích v Poličce a Dolním Újezdu, ani ve třech jarních přátelských utkáních, které jsme stihli odehrát v Litomyšli, Bystrém a na domácím hřišti s Bystrým.



Další myšlenky již směřovaly k nadcházející sezóně, která odstartuje o prvním zářijovém víkendu. Začátek přípravy byl naplánován na úterý 18. srpna, nicméně pro sportovní nadšení, kteří bez fotbalu nedokáží existovat, nachystali trenéři dopolední prázdninové tréninky, které hráčům jednak alespoň trochu nahradí promarněné koronavirové jaro, ale také jim určitě pomůžou udržet stávající výkonnost a současně zpestří probíhající prázdniny.

Jakmile byla domluvena všechna moudra a chvála, vzplál u bufetu připravený oheň, na kterém se opékaly špekáčky, a začala tak neformální část setkání, jehož součástí bylo rovněž přátelské fotbalové utkání rodičů proti svým ratoolestem.

Letošní rozlučka trvala v pohodové atmosféře až do pozdních večerních hodin a my všichni si přejeme, aby nás dobrá nálada neopustila ani v nadcházejícím, doufejme, bezkaranténním období.

*Jindřich Novotný, trenér*



## Fotbalové jaro u žáků 2020

Jak už víte z mého minulého článku, nejen našim žákům, skončila sezóna netradičně, a to tak, že se vůbec nemohla dohrát, z důvodů nám všem dobře známých. Je to velká škoda. Myslím že nejen mým synům, ale i ostatním klukům chybí pravidelné tréninky, stejně tak jako zápasy, a to jak ty přátelské tak i ty soutěžní, v kterých získávají nejen fotbalové zkušenosti.

## Fotbalové jaro u žáků 2020

Při zápase se kluci učí disciplíně dodržováním taktiky, kterou jim trenéři před zápasem vysvětlí. Dále pak zodpovědnosti při plnění svých úkolů na daném postu, na kterém zrovna hrají, komunikaci a spolupráci při řešení aktuálních situací na hřišti s ostatními spoluhráči, trenéry, rozhodčími. Po vyhraném zápase cítí radost a zadosťučnění, že jejich úsilí, námaha a čas věnovaný tréninku přinesly své ovoce.

Ale i z prohraného zápasu mohou kluci získat velice mnoho nejen pro fotbal, ale i pro běžný život. V první řadě naučí se přijímat a vyrovnávat se s prohrami a porážkami, které každého z nás bohužel v životě málokdy mívají. A pak také objektivně zhodnotit proč k porážce došlo, neházet vinu jen na ostatní kolem: spoluhráče, protiváče nebo rozhodčího, ale naučit se najít a přiznat si chyby a zapracovat na tom, aby k nim příště nedocházelo.

A tak se již všichni těšíme, že se na podzim rozehraje nová sezóna, ve které se budou moci těšit kluci, trenéři i my diváci z jejich výkonů, vstřelených gólů a bodů za vítězná utkání.

Dorostenci již pilně trénují, protože první soutěžní zápas je čeká již v polovině srpna. A žáci půjdou v jejich šlépějích také co nejdříve, aby od konce srpna mohli měřit své síly s ostatními týmy v tabulce v podzimní části sezóny 2020/2021.

*Anna Klejchová*

## Co se děje u starších elévů

Co bych měl napsat k letošní jarní části? Snad jen, že situaci, ve které jsme se všichni ocitli, zatím nikdo z nás nezažil. Ještě v úterý 10. 3. jsme absolvovali trénink v hale v Poličce a připravovali se na nedělní turnaj v Dolním Újezdu. Nicméně z nařízení vlády byly okamžitě uzavřeny školy a den po dni se opatření proti šíření Covid-19 dále stupňovala. Výsledkem byla celorepubliková karanténa a konec všech aktivit a tím pádem i pozastavení tréninků a zrušení všech amatérských lig.

Na trávník jsme opět vyběhli po uvolnění restrikcí ve druhé polovině května. Vzhledem ke zrušení soutěže jsme se věnovali opravdu jen tréninku a absolvovali jeden přátelský zápas s mužstvem Horního Újezdu.

Jednu věc jsme si však nenechali ujít, a to rozloučení se sezonou, ačkoli byla jiná než jsme byli zvyklí. Sešli jsme se 25. 6. na hřišti a bylo veselo. Nechyběl ani přátelský zápas rodičů proti dětem. Tímto jsme uzavřeli jednu kapitolu, protože většina týmu přechází od nového ročníku do mladších žáků – U13.

Nezbývá než si užít prázdniny a popřát nám všem, aby se situace okolo viru uklidnila a mohli jsme na podzim odehrát všechna utkání.

Sejdeme se opět na konci července, kdy začne příprava, protože další sezóna se rozjede už v srpnu. Tak si všichni užijte prázdniny.

*Trenéři*



## Rozloučení s prázdninami

MO KDU-ČSL  
Sebranice a Lubná Vás  
srdečně zvou na již tradiční  
**ROZLOUČENÍ  
S PRÁZDNINAMI**  
Akce se bude konat  
**30. srpna 2020**  
ve 14 hodin na Pohoře  
u Tří kocourů.

Vezměte s sebou rodiče,  
babičky, dědečky a neza-  
pomeňte na své kamarády.  
Budou připraveny hry,  
soutěže, zábava  
a malé občerstvení  
Těší se na vás pořadatelé.



Foto: M. Čermák

## Kraj Smetany a Martinů

### Vydejte se po stopách pověstí Kraje Smetany a Martinů

Chcete vědět, kdo byl Fext a kde žil? Kde najdete Štamberk a co skrývá? Které místo je spojené s pyšnou hraběnkou a kterou obec navštívil sám císař Josef II. nebo dokonce král Karel IV.? Jak vznikly lázně Balda, kde strašila Bílá paní? To vše, a ještě mnohem víc, se dozvíte v novém sešitku Pověstí z Kraje Smetany a Martinů.

Sešit plný krásných obrázků od malířky Veroniky Balcarové s texty pověstí z obcí Borová, Bystré, Dolní Újezd, Jedlová, Květná, Litomyšl, Lubná, Oldřiš, Polička, Pomezí, Sebranice, Svojanov, Široký Důl a Telecí, doplňují omalovánky a také plno kvízů, úkolů a otázek. A navíc, všechna místa, která podle pověstí navštívíte můžete vybarvit v mapce na zadní straně sešitu.

Dílko pro vás vydal svazek obcí Kraj Smetany a Martinů jako inspiraci pro výlety a poznávání. Přijďte se podívat na místa pověstí, o kterých si přečtete. Najdete tu mnoho dalších zajímavostí a lákadel pro vaše výpravy a dobrodružství! Další tipy hledejte na [www.regionsm.cz](http://www.regionsm.cz). Sešitky jsou k dostání v informačních centrech našeho regionu a v obcích KSM.

Kde je studánka Obročnice a kde se zjevuje duch zlého rytíře, který čeká na vysvobození? Hledejte!

*Ing. Naděžda Šauerová,  
ředitelka svazku obcí Kraj Smetany a Martinů*

V Sebranicích je možné zakoupit sešitek na Obecním úřadě za cenu 15 Kč.



**Sebranické noviny**, noviny obce Sebranice u Litomyšle., periodický tisk územního samosprávného celku. Vychází 1x měsíčně. Vydává obec Sebranice, 569 62, Sebranice u Litomyšle, IČ 00277339, tel. 461 745 133, obec@sebranice.cz, www.sebranice.cz. Na vydání se podílely Lenka Karalová, Iva Jílková, Jana Svobodová. Grafická úprava: Iva Jílková. Podepsané příspěvky vyjadřují názory dopisovatelů a nemusí být vždy totožné s názory redakce. Povoleno Ministerstvem kultury ČR, reg. číslo MK ČR E 12052. Náklad 430 výtisků. Bezplatné. Neprošlo redakční jazykovou úpravou.  
**Uzávěrka příštího čísla 20. 8. 2020, vydání 1. 9. 2020.** Tisk AP tiskárna Osík.

## Upozornění MUDr. Zahnášové

MUDr. Zahnášová oznamuje, že ve dnech 27. 7.–7. 8. 2020 nebude ordinovat z důvodu dovolené. Zastupuje MUDr. Jílek v Dolním Újezdě, tel.: 461 631 114:

Pondělí: 7:30–12:00  
Úterý: 7:30–12:00, 13:00–18:00  
Středa: 7:30–12:00  
Čtvrtek: 7:30–12:00, 13:00–15:00  
Pátek: 7:00–12:00

Dále zastupuje MUDr. Grodl v Borové, tel.: 461 743 207 a v Telecích, tel.: 461 756 133:

Pondělí: 7:30–12:00, 12:30–15:00 v Borové  
Úterý: 7:30–12:00, 12:30–15:30 v Telecích  
Středa: 7:30–12:00 v Borové  
Čtvrtek: 13:00–18:00 v Borové  
Pátek: 10:00–12:00 v Borové

## Prodej medu

Na Obecním úřadě v Sebranicích  
je k zakoupení  
**ČERSTVÝ VČELÍ MED**  
Jedná se o produkt  
kroužku mladých včelařů Sebranice.  
Cena: 130 Kč.



## Pozvánka



FESTIVAL  
v 6 městech  
Pardubického kraje  
LÉTO 2020

## Oslavy 20. výročí založení Pardubického kraje

| Moravská Třebová 1. 8. | Hlinsko 8. 8. | Svitavy 15. 8. |  
| Ústí nad Orlicí 29. 8. | Pardubice 4. 9. | Chrudim 12. 9. |

[www.pardubickykraj.cz](http://www.pardubickykraj.cz)



## Rozpis služeb zubní pohotovosti

### Rozpis služeb zubní pohotovosti (soboty, neděle, svátky) Srpen, září 2020

1.–2. 8.	MUDr., MBA E. Feltlová, Bystré,	606 182 715
8.–9. 8.	MDDr. M. Kašpar, Polička,	775 724 524
15.–16. 8.	MUDr. L. Kašparová, Polička,	775 724 524
22.–23. 8.	MUDr. P. Sýkorová, Litomyšl,	461 614 614
29.–30. 8.	MUDr. P. Kossler, Polička,	461 724 369
5.–6. 9.	MDDr. M. S. Kotlárová, Litomyšl,	461 614 614