



Sebranické noviny



NOVINY OBCE SEBRANICE

* Květen 2022 * 24. ročník * číslo 5*

Z jednání ZO

Veřejné zasedání dne 11. 4. 2022
Přítomno bylo 8 členů ZO.

ZO schválilo:

- dotaci na domovní ČOV pro st. p. č. 28 v k. ú. Kaliště u Sebranice v obci Sebranice. Dotace bude vyplacena z 50 % předložených výdajů, maximálně do výše 25.000 Kč.
- dotaci na domovní ČOV pro p.p.č. 369/9 v k. ú. Sebranice u Litomyšle v obci Sebranice. Dotace bude vyplacena z 50 % předložených výdajů, maximálně do výše 25.000 Kč.
- smlouvu o bezúplatném převodu bazénového vysavače DOLPHIN do vlastnictví Obce Sebranice. Smlouva je podepsána mezi Obcí Sebranice a Krajem Smetany a Martinů.
- žádost o pronájem obecního bytu č. 8 v čp. 253 paní Hárychové.
- pronájem části pozemku p. č. 341/15 v k. ú. Sebranice u Litomyšle v obci Sebranice za účelem zajištění občerstvení z pojiždného stánku, konkrétní podmínky pronájmu budou odsouhlaseny na příštím ZO dne 9. 5. 2022.
- rozpočtové opatření č. 2/2022 má dát a dal ve výši 997.000,- Kč.
- dodatek č. 1 ke smlouvě o nájmu nebytových prostor ze dne 16. 11. 2021. Dodatek je uzavřen mezi Obcí Sebranice a Základní školou Lubná – Sebranice a Mateřská škola Lubná a Obcí Lubná. Předmětem dodatku je zvýšení nájemného o inflaci.

ZO vzalo na vědomí:

- cenu vodného ve výši 44,- Kč/1 m³, platnou od 1. 4. 2022.
- plnění rozpočtu Obce Sebranice k 31. 3. 2022 v příjmech a výdajích.
- žádost občanů o vybudování asfaltové příjezdové komunikace a osvětlení k č. p. 313, 368, 232, 284 s tím, že s žádostí se bude dále pracovat při plánování investic v letech budoucích.

ZO neschválilo:

- podporu pro Linku bezpečí, z. s. na rok 2022.

ZO odsunulo:

- vyřízení žádostí o odkoupení pozemků v bodě 7, 8, 9 programu zastupitelstva na ZO konané dne 9. 5. 2022.

Lenka Karalová, starostka obce

Pozvánka na veřejné zasedání ZO

Zveme občany
na veřejné zasedání ZO, které se koná
v pondělí 9. 5. 2022 v 17.30 hodin
v zasedací místnosti Obecního úřadu.

Lenka Karalová, starostka obce

Pozvání k oslavě Dne matek

Srdečně Vás zveme na oslavu svátku
DNE MATEK v neděli 8. května 2022
ve 14 hodin v KD Sebranice

Vystoupí děti z mateřské
a základní školy.
Občerstvení zajištěno.

Když Bůh šestého dne tvořil ženu, pracoval přesčas dlouho do noci.

Přišel k němu anděl a ptal se ho: „Proč na ní trávíš tolik času?“ Bůh odpověděl: „Vidíš všechny ty detaily, které musím vyladit, abych ji vytvořil? Musí fungovat ve všech možných situacích, musí být schopná vzít do náručí několik dětí najednou a dát jim objetí, které dokáže vyléčit všechno od odřeného kolene po zlomené srdce. A tohle všechno bude dělat jen dvěma rukama, doveče se také sama vyléčit, když onemocní a dokáže pracovat 18 hodin denně.“ Anděl byl ohromený. „Jenom dvě ruce? Nemožné! A tohle je standardní model?“ Anděl přišel blíž a dotknul se ženy. „Vždyť jsi ji udělal hrozně měkkou a jemnou, Bože.“ „Je jemná,“ řekl Bůh. „Ale také jsem ji udělal silnou. Nedokážeš si ani představit, co všechno dokáže vydržet a překonat.“ „Dokáže přemýšlet?“ zeptal se anděl. „Nejenom, že dokáže přemýšlet,“ odpověděl Bůh. „dokáže také nalézt řešení a dělat kompromisy.“ Anděl se dotknul její tváře. „Bože, vypadá to, že z tvého výtvaru prosakuje voda! Asi jsi ji příliš zatížil.“ „Ó, to není prosakování. To jsou slzy,“ opravil Bůh anděla.

„K čemu takové slzy jsou?“ zeptal se anděl. „Slzy jsou způsob, jakým může vyjádřit svůj žal,“ odpověděl Bůh. „Své pochybnosti, lásku, osamělost, své utrpení i svoji pýchu...“ To udělalo na anděla velký dojem. „Pane, ty jsi génus,“ řekl. „Myslel jsi na všechno. Žena je skutečně neobyčejná.“ „Ano, to je,“ řekl Bůh. „Má sílu, která ohromuje muže. Dokáže se vypořádat s problémy a nést těžké rány osudu. Je v ní štěstí, láska i moudrost. Usmívá se, i když se cítí tak, že by nejraději křičela. Zpívá, když se jí chce plakat. Pláče, když je šťastná a směje se, když se bojí. Bojuje za to, čemu věří.“

Její láska je bezpodmínečná. Její srdce se zlomí, když její příbuzní nebo přátelé zemřou, ale vždy dokáže najít sílu se s tím vyrovnat a žít dál.“ Anděl se zamýšlel zeptal: „Takže je to dokonalá bytost?“ „Ne,“ odpověděl Bůh. „Má jeden velký nedostatek. Velmi často zapomíná na svoji hodnotu.“

Autor: Devina Nund

Věk je jenom číslo

*„Ten, kdo si zachová schopnost
rozpoznat krásu, nikdy nezestárne.“
Srdečně blahopřejeme!*

František Večeře
Ludmila Zindulková
Miloslava Lněničková
Josef Kuchta
Jitka Štěpánková
Marie Zindulková
Jaroslava Klejchová
Jan Zerkán
Ludmila Klejchová
Ivanka Křivková
Josef Bidmon
Jana Kopecká
Anna Kopecká
Jana Pohorská



V dubnu nás opustily paní
Jaroslava Chadimová
a paní **Ludmila Strítěská**.

V dubnu se narodil
Lukáš Košnar.
Rodičům gratulujeme!

Poděkování

Dovolte nám touto cestou poděkovat lékařkám, zdravotním sestrám a zdravotním bratrům Domácího hospice sv. Michaela poličské Charity. Vážíme si jejich profesionálního, velmi lidského a citlivého přístupu k péči o naši maminku Ludmilu Strítěskou v posledních dnech, které mohla strávit se svými nejbližšími doma.

Rádi bychom poděkovali také sousedům a známým za pomoc, účast a projevy soustrasti při posledním rozloučení.

Bohumil Strítěský a děti s rodinami

Poděkování

Děkuji všem, kteří mně pomáhají s organizací pobytu ukrajinských rodin a také za hmotnou pomoc.

Jana Pohorská

Pravidelný svoz odpadů

Květen, červen 2022

Popelnice: 13. 5., 27. 5., 10. 6

Plasty: 16. 5.

Papír, olej, plechovky: 27. 5.

Zlatá svatba

V sobotu 23. dubna 2022 oslavili společných 50 let života manželé Stanislava a Ladislav Klusoňovi. K tomuto významnému životnímu jubileu pro ně byla v zasedací místnosti Obecního úřadu připravena malá oslava.

Manželům Klusoňovým přejeme mnoho dalších společně prožitých let plných lásky, zdraví a pohody. *Obecní úřad Sebranice*



Foto: A. Kučerová

Co se děje za dveřmi ZŠ?

Den země

Den Země je každoroční celosvětová událost organizovaná 22. dubna, zaměřená na propagaci a podporu ochrany životního prostředí. Poprvé byl Den Země slaven v roce 1970, v současnosti probíhá ve více než 190 zemích světa.

I žáci prvního stupně naší školy se zapojili do této akce. Vybaveni pracovním oblečením a rukavicemi se po skupinkách vydali sbírat odpad v Sebranicích. Celé dopoledne plnili pytle nejružnějším odpadem od papíru a plastu počínaje, po sklo konče. Nouze nebyla ani o starou kabelku do divadla, peněženku nebo botu. Při úklidu si děti mohly uvědomit, jak důležité je odpad správně třídit a ukládat do vyhrazených sběrných nádob nebo na recyklační dvůr. Planetu Zemi máme jen jednu, proto by ochrana životního prostředí měla být nedílnou součástí našich životů.

Závěr celého dopoledne patřil posezení u ohně a opékání prvních letošních špekáčků.

Lenka Kunčíková



Okénko včelařského kroužku

Opět pár řádků o tom, co je nového ve včelařském kroužku.

Jak jsem v březnovém čísle novin psal o včelařské soutěži Zlatá včela, tak se konala 23. 4. 2022 ve Slatiňanech. Tamní včelařský kroužek vedou velice obětaví manželé Dorazilovi, kteří tuto soutěž pořádali už po páté.

Vždy se tam sjedou vedoucí i soutěžící z celého Pardubického kraje. Vedoucí kroužků si rádi popovídají i vymění zkušenosti a soutěžící v tomto napjatém prostředí postupně plní soutěžní disciplíny. Je jich pět a tam mají včelařiči celé dopoledne co dělat. Po obědě je vyhlášení vítězů, ale i na posledních místech neodejdou soutěžící s prázdnou.

Naši chlapci opět dokázali, že do kroužku nechodí zbytečně a že je to baví. Pro porovnání, jak to dopadlo při minulé soutěži v roce 2019, uvádím pořadí v obou soutěžích:

2019

1. místo Honzík Motyčka
2. místo Tomáš Kadidlo
3. místo Josef Nagy
8. místo Martin Flídr
10. místo Filip Malý

2022

1. místo Tomáš Kadidlo
2. místo Filip Malý
3. místo Josef Nagy
7. místo Honzík Motyčka
9. místo Martin Flídr



Putovní pohár za nejlepší včelařský kroužek Pardubického kraje

K tomuto pěknému umístění jsme ještě získali putovní pohár za nejlepší včelařský kroužek Pardubického kraje.

Všem včelařikům děkuji za prokázané vědomosti a doufám, že se jim bude dařit i v praxi.

A teď pár slov o včeličkách. Jaro pokročilo, ale střídavé počasí moc včelkám nepřeje. Potřebujeme teplejší počasí, aby včelky mohly využít rozkvetlou přírodu. Pak začnou stavět tolik potřebné nové plásty a přinášet první nektar, který přemění na med. Zatím jen pro sebe.



Vzpomínka na Martina Komárka

Již tradičně se koncem srpna v Sebranicích loučí školou povinné děti s prázdninami. Tradičně „U tří kocourů“. Minulý rok probíhala tato akce na Sebranicích za kulturním domem.

Program byl opět velmi dobře a bohatě připravený. Tentokrát byla mimo jiné cílem charitativní sbírka pro lidi z Moravy postižené tornádem. Dá se říct, že jedním z největších lákadél byla dřevorubecká show pana Martina Komárka, mistra Evropy a vicemistra světa v dřevorubeckém sportu.

Prítomní diváci s úžasem sledovali zručnost, když přibližně během dvou hodin se svým kolegou předvedli, jak se závodí a co je k tomu všechno potřeba. Součástí jeho vystoupení bylo vytvoření sochy velké kočky, která byla nakonec vydražena.

O to víc nás šokovala zpráva, že právě Martin Komárek 10. března 2022 zemřel při práci v lese.

Jeden z pořadatelů, Pavel Jílek, k tomu řekl: „Jsem moc rád, že jsem ho potkal. I díky němu to byla skvělá akce, bohužel už ji v tomto složení nezopakujeme.“



Václava Tmejová

8 myšlenek, které je dobré mít na paměti

8 myšlenek,
které je dobré mít na paměti:

Jděte za svými sny, ne za lidmi.
Milujte sami sebe, a ostatní přijde samo.
Nikdy neztrácejte touhu objevovat.
Jste mnohem silnější, než se může zdát.
Žádné výčitky. Vše je o učení.
Tím jediným limitem jsou vaše pochybnosti.
Důvěřujte sami sobě, v tom tkví přijetí.
Život se může změnit mrknutím oka,
tak jej žijte naplno.

Jan Amos Komenský – Via Lucis (Cesta světla)

Pokračování z předchozího čísla Sebranicích novin

III. Způsobit, aby bylo něco vidět

1. Buď to předkládáno očím, ne týlu (podle zás. 43, 45). 2. Oči necht' jsou otevřeny (zás. 41, 42). 3. Necht' je vpuštěno světlo, které by věc ozářilo (výměr 2. s jeho dodatkem). Podobně necht' se děje s rozumem.

IV. Aby věc jakkoli velikou bylo vidět celou

Poskytni ji zraku celou a uvidí ji celou (podle zás. 22). Tak také ukáže-li rozumu všechno, co mu ukazuješ, celé (od jednoho konce až po druhý, odkud to začíná až tam, kde to končí, od zdola až po vrchol, od pravé strany až po levou), nemůže to nepochopit celé.

V. Aby věc byla viděna taková, jaká je

Dokážeš to, předložíš-li zraku věc v přirozené poloze všech částí, nikoli v převrácené (zás. 23, 24, 25), a skrze prostředí čisté, prosté par a jimi neznečištěné (podle zás. 17, 18, 19). Rovněž, postavíš-li před oči myslí kteroukoli věc tak, jak je, a bezprostředně ji samu, nikoli prostřednictvím cizích svědectví a předsudků, uvidí ji, jaká je.

VI. Aby věc byla viděna jasně,

je třeba ji postavit 1. před jasné oko, 2. v jasném světle a průzračném prostředí bez lomu, 3. v náležité vzdálenosti. Podobně,

Jan Amos Komenský – Via Lucis (Cesta světla)

aby se jasněji rozumělo věcem, předkládej je (1) bystrému duchu (2) jasně, náležitým světlem metody (3), když byla vzbuzena pozornost a dáno dostatečně času. Pak ji nemůže nepochopit.

VII. Aby věc byla viděna zřetelně,

je třeba ji ukázat nejen celou zběžně, ale po jednotlivých částech, částkách a částečkách. K tomu je třeba náležitého času, protože mají-li se prohlédnout všechny části, je třeba přecházet od jedné ke druhé. Poněvadž pak se pohyb děje postupně, nikoli v okamžiku, je třeba času. A také je třeba u každé jednotlivé části prodlít, má-li se všechno zřetelně pochopit jinak nemůže rozum do věci vniknout.

VIII. Aby se věc vzdálená mohla prohlížet

jako blízká, buď ji přisuň k očím, nebo, je-li to nemožné, dojdí k ní sám, nebo nelze-li ani to nebo nechce-li se ti, použij k tomu dalekohledu a s jeho pomocí posoudíš věc poněkud lépe. Podobně vyskytne-li se věc vzdálená od rozumu, buď je třeba se snažit, aby bylo možno ji mít na dosah a zkoušet ji smysly, nebo je třeba vzít dalekohled panharmonie, kterým by věci, jež samy o sobě poznat nelze, přece jen se poznaly, nakolik je to možné, z věcí stejnorodých a obdobných.

Pokračování v příštím čísle Sebranicích novin

Mírně pokročilé taneční – podzim 2022

Plesy jsou zpět, pojd'te si oprášit tance a přiučit se něco nového.

Zveme všechny příznivce tance na **mírně pokročilé taneční** (po základních tanečních), které se bude konat na podzim 2022 v **kulturním domě v Sebranicích**. Jedná se o 8 lekcí, které povedou taneční mistři Lexmanovi. Termíny lekcí budou upřesněny přihlášením, ale bude se vždy jednat o neděli v odpoledních hodinách.

Cena taneční pro jednotlivce bude max. 1500 Kč, může se snížit s počtem přihlášených párů. Kdo by měl zájem, může se přihlásit u Lukáše Kysilky na tel. čísle 733267612, nebo prostřednictvím e-mailu: kysilka@seznam.cz. Počet párů je omezený, tak neváhejte a přihlašujte se.

Eliška Kysilková



Pozvánka na sezónní tenisový turnaj v Sebranicích

Srdečně zveme všechny hráče a příznivce „bílého sportu“ s pozvánkou k účasti:

XI. ročníku tenisového turnaje ve čtyřhře „O pohár starostky obce Sebranice“.

Zájemci, hlase se prosím na tel. čísle: 604/669 362 (stačí SMS) nebo na email: rostislavsvoboda.66@seznam.cz



Novinkou na kurtu je nové osvětlení, takže se bude moci turnaj dohrávat v podzimních dnech i v podvečer /večer.

Pozvánka na sportoviště

Srdečně Vás zveme k návštěvě sportovišť ve sportovním areálu Sebranice. Rezervace provádějte na tel. čísle: +420 737 921 604.



CENY ZA PRONÁJEM SPORTOVIŠT

Tenisový kurt	60 Kč/1 hodina
Plážový fotbal	100 Kč/1 hodina
Plážový volejbal	60 Kč/1 hodina
Ping-pongový stůl	20 Kč/1 hodina
Souprava na tenis (2 rakety, 2 míčky)	30 Kč/1 hodina
Speed badminton (2 rakety, speedry)	30 Kč/1 hodina

Zprávičky z mateřské školičky



Jarní keramická dílna pro veřejnost v naší nové keramické dílně.



Pan hudebník Z. Hladík přijel k nám do školky s workshopem "Jak se budí jaro"



Na návštěvě v 1. třídě a ve družině s našimi předškoláky

Stavění domečku na školkové terase



Vynášení a pálení Moreny



Za kolektiv MŠ Jana Mokrejšová

Maškarní historická přehlídka

Ve čtvrtek 17. 3. si žáci 6. třídy připravili v hodině dějepisu maškarní přehlídku v historickém duchu. Převlékli se do kostýmů řeckých bohů, pravěkých lovců, Kleopatry a krále Midase. Každá postava se nám krátce představila a řekla zajímavosti o svém životě.

Žáci hodnotili projekt: „Myslím, že jsme se při tom pobavili a moc jsme si to užili.“ „Líbilo se mi to, asi nejlepší hodina. (Ale trochu jsem se styděla).“ „Bylo to zábavné a také jsem se hodně naučila.“ „Bavilo mě to. Hodnotím 9,5 z 10.“ „Trojzubec jsem dělal s dědou a záclonu jsem našel na půdě. Naučil jsem se, že Zeus měl 16 dětí a jsem jeho bratr.“ „Dozvěděla jsem se spoustu zajímavých věcí. Moc se mi to líbilo a jsem ráda, že jsme měli takové ozvláštění.“

Mgr. Lenka Čermáková a žáci 6. třídy



Tajemství brouků

První dubnový den jsme přivítali v naší 6. třídě pana Lehockého, který nám povídal o broucích.

Pan Lehocký na besedu přinesl krabici s ukázkou brouků všech rozměrů, od nejmenšího po největšího tzv. Goliáše, který dosahuje 12 cm. Žáci pozorně poslouchali jeho poutavé, zajímavé a poučné vyprávění. Mohli zhlédnout, jak zbarvení brouků inspirovalo i módní průmysl. Dozvěděli se, kde se vyskytují největší brouci na naší planetě. Jak dlouho vlastně takový brouk žije a jak se dají brouci, kteří pocházejí z tropů, chovat i u nás.

Pan Lehocký žákům přinesl ukázat velkou část své sbírky. Nejvíce žáci žasli, když jednoho z brouků nechal poletovat nad jejich hlavami. Jejich největším zážitkem byl zvuk obrovského brouka při letu.

Mgr. Věra Kořínková



Putování knih napříč regionem

Březen, měsíc knihy, i naše škola ctí toto heslo. Nadále pokračuje spolupráce s Městskou knihovnou Litomyšl v rámci projektu MAP, „Putování knih napříč regionem ZŠ Lubná – Sebranice“. Městská knihovna Litomyšl připravuje pro naše žáky, zvlášť pro 1. stupeň a zvlášť pro 2. stupeň, dvě krabice plné knih. Žáci mohou vybírat

z titulů oblíbených současných českých i světových autorů, také z tradičních autorů.

Motivací k četbě může být i soutěž vyhlášená knihovnou, ve které budou 18. 5. v knihovně v Litomyšli oceněni nejpilnější čtenáři.

Projekt většina žáků hodnotí kladně. Jsou rádi, že si mohou vypůjčit knihy, které jsou moderní, čtenářsky zajímavé.

Jsem moc ráda, že v dnešní přetechizované době mají knížky stále své místo. Těší mě zájem žáků, pro které jsou knihy srdcovou záležitostí, a opakovaně jsem od nich na konci pololetí slyšela dotaz: „Paní učitelko, tak kdy už přivezete nové knížky? Jsem zvědavá, co tam bude nového...“

Mgr. Lenka Čermáková

Těšíme se na budoucí prvňáčky

13. dubna se naše škola proměnila v Pohádkové království a přivítala předškoláky, kteří přišli na zápis do první třídy. Na děti čekalo šest stanovišť s různými pohádkovými úkoly. Děti si vyzkoušely poznávat barvy, najít rozdíly, spočítat puntíky na hrací kostce, zacvičily si u Boba a Bobka a poznávaly pohádky. Všichni byli moc šikovní a už se na ně těšíme v září ve škole.

Mgr. Markéta Andrllová



Malování kraslic v 6. třídě

Před velikonočními svátky přišla do 6. třídy paní Kvasničková, aby žákům ukázala, jak probíhá zdobení vyfouknutých vajíček. Nejprve žáky seznámila s technikou barvení.

Na vyfouknuté vejce se vytváří vzory rozehrátými barevnými vosky. Vzory se na vejce nanáší kovovou havičkou špendlíku zapíchnutého v dřevěné tužce. Vosk se nahřívá na lžici upevněné ve stojánku, zahřívá se svíčkou – nejlépe čajovou.

Paní Kvasničková se věnuje technice zdobení dlouhou dobu a žákům dodala hodně návodů, inspirací a vychytávek, které práci s voskem usnadňují.

Malování horkým voskem se žákům moc líbilo. Většina z nich si barvení kraslic touto metodou vyzkoušela úplně poprvé a myslím, že jim to šlo moc krásně.

Mgr. Věra Kořínková



Psala jsem tento článek a na stole mi ležela pro inspiraci knížka, jejíž titul jsem si trochu pozměnila pro nadpis.

Správně se jmenuje **BĚHÁNÍ JE DROGA**.

Její autorem je pan **MIROSLAV HAVRAN**. Kdo z místních by jeho jméno neznal. Ale za poslední roky přibýlo do naší obce hodně nových obyvatel, a tak bych vám ho chtěla dodatčně představit.

Miroslav-Mírek, jak mu jeho kamarádi a známí říkali, se narodil 16. září 1937 v Sebranicích na Pohoří, a tady taky prožil své dětství a dospívání. Když se oženil, přestěhoval se do Litomyšle. V té době by ho asi ani ve snu nenapadlo, že bude jednou nejen Litomyšlsko, ale i Českou republiku reprezentovat bez nadsázky téměř po celém světě. Z nadpisu knihy poznáte, že jeho drogou se stal běh.

Ale, má to jedno ALE. Mírek Havran nás totiž reprezentoval v kategorii veteránů.

Cituji z knihy: „V roce 1966, kdy jsem se zabydlel v Litomyšli, jsem o atletice a běhání neměl ani zdání. Volný čas jsem trávil u piva a tam jsem poznal tehdy populární běžeckou legendu – Karla Francemaratonce...”

Pravda, moje aktivní běhání se datuje od věku, kdy naprostá většina sportu propadlých nadšenců začíná pozvolna redukovat svoji aktivitu a mnozí jako rovnocennou náhradu za strávené okamžiky při vrcholových sportovních výkonech nahrazují vzpomínkami při žejdlíku piva. V kategorii běžecké atletiky tím myslím vstup mezi veterány, což bylo dosažení čtyřiceti let.

Nicméně musím přiznat, že můj kladný vztah k běhu pramení už od útlého věku, tedy rozhodně dříve, než jsem se stal vyznavačem piva. Nahrály mně k tomu v podstatě příznivé okolnosti. Jsem z vesnice ze zemědělství a některé naše polnosti byly vzdáleny i více než 2 km od naší usedlosti. Motorismus byl tehdy ještě v plenkách, kolo jsem neměl a můj hlavní dopravní prostředek byla železná obruč poháněná klackem. Motor jsem nahradil ústy vyluzovanými zvuky, které měly co nejvěrohodněji nahradit dnešní F1. Bylo při tom nutno samozřejmě vyvinout maximální rychlost. Nejvzdálenější úsek našeho pole jsem musel často absolvovat i několikrát za den.

Asi jen málokterý kluk naběhal za den tolik kilometrů tehdy, natož dnes. Pravděpodobně právě díky tomu byly položeny základy k tomu, že jsem jako veterán naběhal desetitisíce kilometrů. Ale přišla na řadu škola. Po příchodu ze školy však již nepřipadalo v úvahu běhat za obručí, ale zapráhnout koně a jet na pole. A bylo po běhání. Sice jsem ve škole při kontrolních bězích patřil ke špičce, ale to nic neznamenalo. Po škole jsem musel zůstat doma hospodařit, což představovalo dělat od slunka do slunka. Z toho mě sice vysvobodila vojna a nastal obrat v tom, že jsem nedělal nic, ale taky se nehybal...”

Po vojně Mírek Havran začal pracovat jako řidič z povolání. A jak říkal, běhání tehdy nebylo vůbec populární. Až...

Cituji z knihy: „Když v roce 1974 přišel za mnou soused z činžáku se žádostí, abych se zúčastnil nácviku na spartakiádu, usoudil jsem, že bych pro moje nepohyblivé tělo měl něco dělat. Stalo se. Jenže po nácviku následovala vědrá sálová kopaná. Protože jsem nikdy fotbal nehrál, lital jsem za mičudou jako blázen od branky k brance. Ale to netrvalo nikdy dlouho. Po nějaké chvíli jsem sotva lapal po dechu a bylo mně úplně jedno, zda dostaneme branku. Tehdy se už ale silně propagovalo běhání, a tak jsem plný odhodlání vyrazil na Černou horu. To je lesík půl kilometru za barákem a já zahájil běháním nový život. K žádnému zázraku u mne nedošlo, naopak po uběhnutí jednoho kilometru jsem již seděl udýchaný na lavičce. Trpělivost růže přináší, a protože jsem typ veskrze umíněný, začalo běhání po týdnu, dvou a dalších přinášet výsledky. Tríkilometrový okruh na Černé hoře jsem již solidně uběhl a dařilo se mi již i zkracovat časy. Pravidelní účastníci Černé hory si již na mě zvykli a přestávali si dělat kolečka na čele. A protože ve dvou se to lépe táhne, začal jsem se svojí zlepšující se tělesnou kondicí lákat na tréninky také syna, tehdy juniora. Při začátečních tréninkových dávkách docházelo k překvapení. Syn mi nemohl stačit. Samozřejmě mi stouplo sebevědomí. Ale ne na dlouho. Synova forma se začala zlepšovat a nestačil jsem synovi já. V duchu jsem začal laškovat s myšlenkou o účasti na nějakém běžeckém závodě. Samozřejmě moje představy o startu na závodech v kategorii veteránů byly silně iluzorní. Říkal jsem si, že se jen tak



1994 – MS v Kanadě – běh na 10 km

mírně běží, povídají se nějaké nesmysly až do cíle. A tak jsem se přihlásil v Poličce asi na pětakilometrový závod. Hned 1. závod mě silně zklamal. Nikdo si se mnou nepovídal, všichni mi utekli, hnali jako blázni, žádné pivo se nepodávalo a já nakonec přiběhl jako poslední. Ale pozor, poslední mezi veterány, ale ne celkově. To mě nastartovalo k většímu tréninkovému úsilí. Dosažené časy se zlepšily a mě potěšilo, že nadšení pro běh strhlo syna k tomu, že nastoupil do atletického oddílu v Litomyšli, kde úspěšně začal běhat osmistovku. Jeho tréninkové metody byly již samozřejmě úplně jiné a já běhal zase sám, ale chuť do běhání mě neopustila. Čas plynul a se synem jsme se sešli na startu závodu v roce 1981 v nedalekém Osiku. Poprvé a asi naposledy. A oba jsme vyhráli a oba také poprvé. Syn v kategorii juniorů a já ve veteránech. Ten závod se běžel 9. května a jmenoval se Běh vítězství a pro nás to bylo vítězství dvojnásobné. Tehdy jsem ani ve snu nemohl tušit, kolik naběhám závodů doma i ve světě a kolik jich vyhráji...”

To, co jste až sem dočetli, je vlastně úvodní část zmiňované knížky. A já předávám ještě další pokračování, vlastně část závěrečnou...

Cituji z knihy: „Přesto, že jsem začal se závodní činností až po čtyřicítce, stihl jsem stát více jak třístkrát na startu závodů a celou stovku jsem jich vyhrál. Je samozřejmě, že naprostá většina byla na území České republiky, některé na vesnicích, ale startoval jsem mnohokrát i v zahraničí – na Slovensku, ve Francii, Rakousku, Německu, Švédsku Švýcarsku, Belgii, Anglii, Španělsku, Itálii, v Kanadě, v USA, v Japonsku i na N. Zélandu. Běhal jsem závody různých délek včetně maratonů. Z těch zahraničních jsem běžel maraton ve Frankfurtu, v Římě, v Regensburgu a nejslavnější 100. maraton v Bostonu. Zúčastnil jsem se několika veteránských mistrovství světa a Evropy v silničních bězích, v bězích do vrchu, halových mistrovství Evropy i olympijských her. Mám slušnou sbírku medailí, z nichž nejceněnější jsou dvě zlaté, jedna stříbrná, dvě bronzové z mistrovství světa a Evropy, několik pohárů, Cenu města Litomyšle, řadu certifikátů, diplomů a tisíce fotografií ze závodů a z cest. Nejenom že jsem objel kus světa, ale já jsem ho teoreticky oběhl. V době nejlepší formy jsem naběhal i přes 300 km za měsíc.

Ted' mám rozběhnuté druhé kolo. Začaly zlobit klouby. A ti, co dočetli mé zážitky až k přehledu mých významnějších výsledků, se na konci chytají za hlavu, protože po operacích jsem již zase závodil. Není důvod k panice. Chtěl jsem si otestovat nové klouby, zda jsou schopny opět běhání. Jsou.”

Co k tomu dodat? Když se v roce 2009 konal v Sebranicích Sraz rodáků, jedním z hostů byl právě Mírek Havran. V tom čase byl právě v rehabilitační léčebně na Košumberku po operaci levého kyčelního kloubu. Když přijel, přiznal se, že vlastně utekl, aby se setkání a rozhovoru pro přítomné diváky mohl zúčastnit. Samozřejmě se musel do určité doby vrátit zpět do léčebny. A z jeho vyprávění vím, že do rodných Sebranic vždy rád jezdil. Kdy běžel svůj poslední závod, to přesně nevím. Ale v knize jsou zaznamenány ještě dva závody z roku 2012.

Cituji z knihy: „Domnívám se, že jsem měl také trochu štěstí, že jsem byl u popsáných událostí ve vhodné chvíli a v mnohých případech to nebylo jen mojí zásluhou. Našel jsem pochopení v rodině, především díky nezměrné trpělivosti mé ženy a její ohleduplnosti. Nebýt tohoto zázemí, tak bych mnohé akce nemohl podniknout.”

Knih „Běhání je droga“ je velmi „čtivá“. Popisuje nejen jednotlivé závody, ale i zajímavé a úsměvné zážitky z jednotlivých zemí.

A doplněna je množstvím fotografií. Cena 80,- Kč. Vypadá to, že chci dělat reklamu. Ani ne. Kdo nakoukne, rád si knihu koupí. K dostání je na Obecním úřadě v Sebranicích.

A ten hlavní důvod? 10. února 2022 jsme se dozvěděli smutnou zprávu. Sebranicový rodák, pan Miroslav Havran, odešel, či odběhl? do běžeckého nebe. To byl ten, který jako veterán nejenže objel kus světa, ale on ho teoreticky oběhl.

Pravdou je, že své rodině doma asi často chyběl. Ale všichni, kteří se s ním někdy setkali nebo měli možnost s ním komunikovat, budou vzpomínat na jeho kamarádskou a velmi vstřícnou povahu. I mně bylo ctí s ním spolupracovat.

Václava Tmejová



2005 – OH veteránů – Kanada – po startu běhu na 10 km



Poslední metry v běhu do vrchu – Sázava – Lázeň

Národopisné oblasti – Orlické hory a Podorlicko

Pokračování z minulého čísla Sebranických novin

V tomto vydání novin se nejdříve zastavíme v Žamberku. Byl založen Drslavci ve 13. století, páni z Bubna a na Liticích jej v roce 1575 prohlásili svým sídelním městem. V roce 1809 koupil panství hrabě Windischgätz, který je prodal v roce 1815 J. Parishovi, jehož rod zde zůstal až do komunistického puče v roce 1948. Nyní je opět majitelem zámku. Na místním hřbitově jsou hrobky příslušníků rodu.

Renesanční zámek byl při vpádu Švédů roku 1643 značně poškozen a zároveň s městem vypálen. Barokně upravován byl od roku 1668, rokoková přestavba následovala v letech 1810–1814, k zámku přiléhá anglický park. Domy na náměstí jsou klasicistní a empírové, postaveny byly kolem roku 1800. Barokní kostel sv. Václava se 72 metrů vysokými věžemi pochází z 1. poloviny 18. století a byl vystavěn na místě původního gotického kostela. Náměstí dominuje klasicistní radnice s hranolovou věží. Zajímavý je rodný dům vynálezce bleskosvodu, kněze Prokopa Diviše. Jde o roubenou stavbu ze 17. století v místní části Helvíkovice. Na Kapelském vrchu při západním okraji města stojí od roku 1932 Tyršova rozhledna, přezdívaná Rozálka podle nedaleké kaple sv. Rozálie, šestiboké kaple zasvěcené ochráncům proti moru. Památkou na židovské osídlení je židovský hřbitov, nejstarší náhrobky jsou z roku 1731. Žamberk je rodištěm zakladatele české chirurgie MUDr. R. E. Alberta.



Zámek spojený s děkanským kostelem sv. Václava v Lanškrouně
Zdroj: stezkehraduazamku.eu

Lanškroun je další sídlo, kam se podíváme. Přemysl Otakar II. dal stavět roku 1241 na hranici Moravy a Kladska město Landeskrona, kam pozval německé osídlenice. Centrum má pravidelnou síť ulic, vybihajících z čtvercového náměstí, jehož dominantou je renesanční radnice, která byla v minulosti několikrát upravována. K severní zdi byla roku 1801 přistavěna strážnice ostrožtelců. Dochovalo se několik historických domů, například hostinec Krčma nebo dům Piano. Klášter Augustiniánů byl přestavěn na renesanční. Barokně rozšířený zámek, spojený s děkanským kostelem sv. Václava, který prošel pozdějšími přestavbami. Expozice muzea se věnuje historii města a slavným rodákům, mezi něž patří fyzik a osobní lékař Ferdinanda III. Jan Marek Marci z Kronlandu, litomyšlský biskup Petr Jelito a německý kazatel Michael Wiess. Pod náměstím je kostel sv. Máří Magdalény, na hřbitově s figurálně zdobenou bránou je barokní kostel sv. Jana Nepomuckého, sv. Jana Sakrandra a Nejsvětější Trojice.

Nejnámější a nejpopulárnější osobností Lanškrouna je velmi aktivní kněz polského původu Zbigniew Czendlik, který má každou druhou neděli v Českém rozhlase hosta, se kterým vede rozhovor. Také se účastní mnoha nejrůznějších setkání po celé České republice.

Kousek od Lanškrouna je Česká Třebová, takže si ji půjdeme prohlédnout. Někdejší osadu založili ve 12. století mniši litomyšlského kláštera. Nové město na levém břehu řeky dal stavět Přemysl Otakar II. v polovině 13. století a vyrostlo na pravidelném šachovnicovém půdorysu. Jméno je poprvé doloženo k roku 1304. Pozoruhodnou památkou je rotunda sv. Kateřiny, která je nejstarší stavbou ve městě a jedinou dochovanou románskou rotundou ve východních Čechách. Poslední rekonstrukce skončila roku 2002. Byly při ní restaurovány i malby a oltář, v jehož centru je pozdně gotická socha patronky, sv. Kateřiny Alexandrijské. K rotundě přiléhá ohrazený hřbitov s věžitou bránou, která sloužila jako zvonice, dřevěné patro nesou krakorce. Na náměstí si prohlédneme renesanční zvonici, mariánský sloup a za radnicí klasicistní kostel sv. Jakuba Většího od J. Hardtmutha. Sochy před kostelem jsou z dílny F. M. Brokofa, další dvě sochy s Kalvárií jsou novější. Na jižním okraji města najdeme lázně Hory s poutním místem při Pavlově studánce se zázračnou vodou. Od roku 1744 tu stála dřevěná kaple, po požáru byla postavena empírová stavba, kamenné schodiště, křížová cesta je z roku 1907.

Česká Třebová je mimořádně významný železniční uzel, a to pro osobní i nákladní dopravu. Rovněž budova nádraží je architektonicky velmi cenná.

Pokračování v příštím čísle Sebranických novin.

Josef Trojtler z Lubné

Svoz nebezpečného odpadu

Svoz nebezpečného odpadu v naší obci proběhne v **sobotu 7. května 2022.**

Sběrná místa: Sebranice, parkoviště za KD – 8.00 hod.

Pohora, u kapličky – 8.20 hod.

Pohora, u kontejneru proti čp. 224 – 9.00 hod.

Kaliště, u pomníku – 9.20 hod.

Vysoký Les, u kapličky – 9.50 hod.

Prosíme občany, aby odpad odevzdávali ve svozový den přímo zaměstnancům odborné firmy. Hromady odpadu jsou až do doby odstranění černou skládkou.

Do nebezpečného odpadu patří:

Ledničky, mrazničky, trouby, sporáky, televizory a jiná podobná zařízení, podlahové krytiny, keramika, plastové předměty, hračky, akumulátory, olejové filtry, hadry, oleje, tuky, léky, monočlánky, nádoby od barev, lepidel, ředidel, rozpouštědel, kyselin, fotochemikálií, pesticidů, spreje, zářivky, výbojky.

Do nebezpečného odpadu nepatří:

Zemina, stavební suť, kompostovatelný odpad, popel, škvára, azbest, dřevo, pneumatiky, železo a barevné kovy.

Napište si do kalendáře

12. 6. 2022 tradiční ODPOLEDNE S DECHOVKOU
od 14 hod. v letním areálu v Lubné

24. 7. 2022 ANENSKÁ POUŤ NA VYSOKÉM LESE

20. 8. 2022 SETKÁNÍ KRAJSKÝCH VÍTEŽŮ
„VESNICE ROKU 2016“ V PRYSKU

Kosatce – Irisy

Na přání čtenářů pokračujeme dalším čtyřlístkem nádherných selfů.

June krausse – šlechtitel Schreiner – pastelově růžový self, všechny petály mají dokonalé nařasení a jejich okraje krajkováné. Okrasné kartáčky mají červenou barvu. Celý květ má moderní okrouhlou podobu a je perfektně naondulovaný jako hlava ženy. Precizní majsters-tick šlechtitele Schreiner. Prostě paráda.

Dance till dawn – Tančete až do svítání – šlechtitel T. Johnson – zářivě zlatě žlutý self s precizně vystavěným domek, faly jsou okrouhlé a výrazné s menším bílým zrcátkem pod oranžově pampeliškovitými kartáčky. Kosatec upoutá na první pohled a navíc jemně voní. Špičková odrůda. Nádherná.

Bev – šlechtitel Richardson – měděně červený self se zajímavě vystavěným velkým domek. Kontrastní kartáčky jsou červené s bronzovými špičkami. Květy mají jemné navlnění. Iris má nový červený tón. Originální a moc hezká odrůda.

Boyd – šlechtitel Grosvenor – meruňkově oranžový self s rozevřeným květem. Ozdobné kartáčky mají červenou barvu. Faly i domek jsou na koncích krepátě nařasené. Perspektivní oranžová odrůda. Excentlní.

Josef Trojtler z Lubné



June krausse



Boyd



Dance till dawn



Bev

Příroda okolo nás

V tomto vydání je hrušeň, která se nachází u obydlí, ostatní stromy rostou volně v terénu.

Hrušeň (lat. *Pyrus*) – u obydlí Turbakových

Třešeň ptačí (lat. *Prunus avium*) – na katastru Širokého Dolu

Slivoň (lat. *Prunus*) – na konci Kopajen v Lubné

Javor (lat. *Acer*) – v Hartmanicích u Bystrého

Josef Trojtiler z Lubné



Hrušeň



Třešeň ptačí

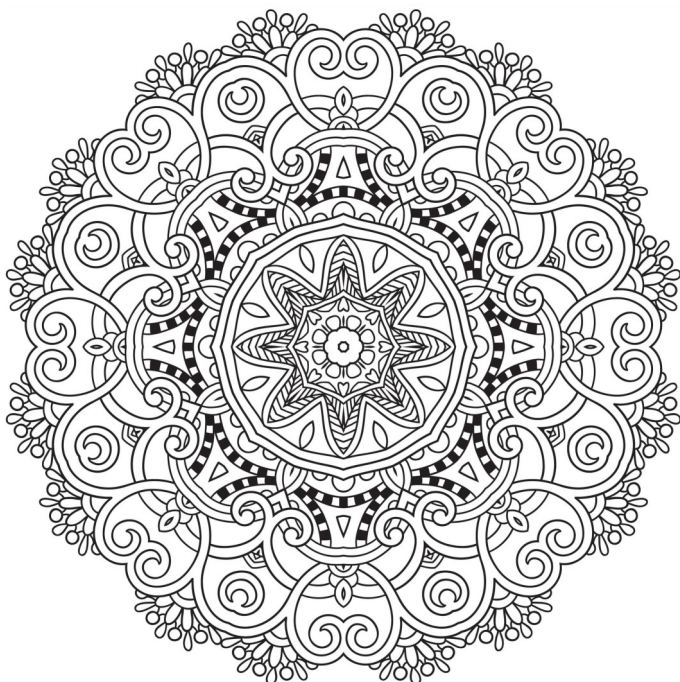


Slivoň



Javor

Tvořivost pro radost



Sebranické noviny, noviny obce Sebranice u Litomyšle., periodický tisk územního samosprávného celku. Vychází 1x měsíčně. Vydává Obec Sebranice, Sebranice 30, 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. 5. 2022, vydání 1. 6. 2022.** Tisk AP tiskárna Osík; PČR: 88445719.

Pozvánka na výstavu bonsají

假山盆景俱乐部

výstava

Bonsai 2022

Komunitní centrum Trstěnice u Litomyšle
 4. 6. 10.00 - 19.00 (ukázka tvarování ve 14.00)
 prodejní výstava originálních japonských svítkových obrazů
 5. 6. 9.00 - 16.00
 Vstupné: 70 Kč, děti do 15 let zdarma
 Prodej bonsají, okrasných rostlin, keramiky, literatury.

info: bkskalica@seznam.cz Partneri:

Pozvánka na keramickou dílnu

MŠ Sebranice srdečně zve na
LETNÍ KERAMICKOU DÍLNU

KDY: 18. 5. 2022 od 16.15 hod. a
1. 6. 2022 od 16.15 hod. – glazování



KDE: MŠ Sebranice
CENA: 70 Kč/1 kg hlíny

Těšíme se na vás!

Rozpis služeb zubní pohotovosti

Rozpis služeb zubní pohotovosti
(soboty, neděle, svátky 8–11 hod.)
Květen, červen 2022

7.–8. 5.	MUDr., MBA E. Feltlová,	Bystré,	606 182 715
14.–15. 5.	MDDr. M. Kašpar,	Polička,	775 724 524
21.–22. 5.	MUDr. L. Kašparová,	Polička,	775 724 524
28.–29. 5.	lékař stomatolog O. Kononeko,	Litomyšl,	461 614 614
4.–5. 6.	MUDr. P. Kossler,	Polička,	461 724 369