

OSMISMĚRKA: Aby rok 2022 za to stál a krásná.....

P	B	C	S	T	A	V	B	A	B	S	E	R	K	Ř
J	A	H	Ú	D	K	A	K	R	U	H	Ě	N	S	S
T	L	R	E	K	D	Š	A	V	A	T	O	V	R	E
Á	Í	U	A	Á	Y	P	Ě	B	A	Ň	O	P	T	R
B	K	P	K	M	M	N	L	K	A	S	E	G	S	K
A	L	E	Ž	U	K	A	R	K	K	C	N	T	E	Á
K	D	Í	P	U	M	É	K	A	G	É	U	O	H	N
P	E	R	S	O	N	Á	L	R	Ě	N	Y	H	C	T
R	Í	Z	J	E	G	T	A	V	E	A	Á	C	R	Ě
H	M	E	R	R	O	M	P	L	A	N	S	U	O	M
M	L	T	P	R	O	G	N	Ó	Z	A	T	B	Ř	Á
O	I	C	P	F	H	B	Y	S	U	F	T	R	A	N
T	L	P	O	P	E	L	Í	N	A	T	H	C	A	Š
A	D	N	O	K	A	N	A	Ř	K	A	K	Š	U	P
E	I	T	A	P	E	L	E	T	P	Z	Í	B	Y	R

ANAKONDA, AUTOGEN, BALÍK, BUCHOT, DEKÁDA, GEJZÍR, GRAMOFON, HMOTA, CHRUP, JAHŮDKA, KABÁT, KAŇON, KAUZA, KRESBA, KUŽEL, MYŠKA, NAFTA, NÁKRES, NÁMĚT, OLEJOMALBA, ORCHESTR, OTAVA, PARTNERKA, PERSONÁL, POPEL, PROGNÓZA, PROTLAG, PŘÍBOR, PUMPA, PUŠKA, RYBÍZ, SAUNA, SCÉNA, SNĚHURKA, STAVBA, SUKNĚ, ŠACHTA, TELEPATIE, TCHYNĚ, TRENÉRKA, TUNEL

NAše DĚDINY - zpravodaj obcí Bohuslavice, Březnice a Salaš. * Vydává Římskokatolická farnost Březnice, Březnice 14, 760 01 Zlín. * Své příspěvky můžete vložit do poštovní schránky farního úřadu v Březnici, poslat elektronickou poštou na adresu: nase.dediny@volny.cz nebo předat členům redakční rady. * Redakce si vyhrazuje právo na úpravu a krácení rukopisů, při výběru dává přednost textům stručným. * Nevyzádané příspěvky se nevracejí. * Zpravodaj je vydáván za podpory Obce Březnice a Obce Bohuslavice. * Určeno pro vnitřní potřebu farnosti. * Uzávěrka čísla: 18.1.2022.

LEDEN 2022

ROČNÍK XXI. ČÍSLO 1

NAše DĚDINY

Zpravodaj obcí Březnice - Bohuslavice - Salaš



Ilustrace: J. Švajdová

**ZIMNÍ ČAS - ČAS ODPOČINKU,
ČAS PONOŘIT SE DO SVĚTA FANTAZIE A ROZJÍMÁNÍ**

Napadl sníh

Josef Suchý

Napadl sníh. Jak hebké usmíření
to po krajině bílou něhou pění,
že nezavadíš o hranu.
Je krásné vyjít si tak po ránu,
když do daleka nikde ani stopa,
jen pěnkava se na větvíčce houpá
a zatikání ticho rozčeří,
však neporuší vzácné příměří,
v němž východ slunce živě připomene
jablko z loňska v seně nalezené.



ZPRÁVY Z NAŠICH DĚDIN

Děkujeme všem dárcům za příspěvky na Naše dědiny:

V Bohuslavicích v obchodě Hruška	400,- Kč
V Bohuslavicích v pokladničce v kapli	600,- Kč
V Salaši	495,- Kč
V Březnici v pokladničce v kostele	1 520,- Kč

Uzávěrka příštího čísla Našich dědin bude 16. 2. 2022.

Pro ty, kterým již chybí atmosféra fotbalových zápasů, máme nabídku:

Program přípravných zápasů SK Březnice:

20. 2. 2022	SK Březnice - Doubravy (19:00 hod.)
27. 2. 2022	SK Březnice - Polešovice (17:00 hod.)
5. 3. 2022	SK Březnice - Velký Ořechov (17:00 hod.)
13. 3. 2022	SK Březnice - Tlumačov (19:00 hod.)
20. 3. 2022	SK Březnice - Fryšták (19:00 hod.)

Vše se bude hrát ve Zlíně v areálu na Vršavě .

Světový den nemocných

Světový den nemocných slaví církev na světě 11. února, v den památky Panny Marie Lurdské. V roce 1958 se ve Francii v městečku Lurdy několikrát zjevila Panna Maria chudé čtrnáctileté dívce Bernardettě. Mimo jiných poselství jí ukázala v jeskyni místo, kde vytryskl pramen vody, který přinesl zdraví tisícům lidí na celém světě. Od té doby jsou Lurdy poutním místem, kam přijíždí statisíce poutníků z celého světa a mnozí toto místo navštěvují s nadějí na uzdravení.

Proč tento světový den nemocných připadá na 11. února? Papež Jan Pavel II. publikoval 11.2.1984 encykliku *Salvifici doloris* a o rok později ustanovil papežskou radu pro pracovníky ve zdravotnictví. Encyklika mluví o smyslu lidského utrpení a pontifikální komise má právě za úkol do církve vnášet tato téma: zdraví, utrpení, nemoc, služba,...

Poprvé se den nemocných slavil v roce 1993 v Lurdech a byl ustanoven papežem Janem Pavlem II. dne 13. května 1992. Od té doby se každoročně slaví na různých velkých poutních místech a městech ve světě. Letošní třicátý světový den nemocných nese titul: „Postavit se po boku trpících v pouti lásky.“ V úvodu poselství papež František děkuje za mnohé kladné kroky posledních tří desetiletí díky nímž vzrostla v místních církvích pozornost vůči nemocným a pastorační péče o ně i o jejich ošetřovatele. Navzdory tomu existuje dosud celá řada míst a situace krajní chudoby, které nemocným nezaručují potřebnou péči. Papež poukazuje na současnou pandemii, která v odlehlych částech světa nabývá tragických rozměrů. Vinou pandemie se připomínka letošního Světového dne nemocných nemůže konat v druhém největším peruánském městě Arequipa, nýbrž bude přeložena do Vatikánské baziliky.

Přinášet útěchu nemocným je úkolem každého pokřtěného, který má na paměti Ježíšova slova: „Byl jsem nemocen a navštívili jste mě / Mt 25,36 /.“ Posláním kněží kromě jiného je také navštěvovat nemocné a přinášet jim duchovní posilu. Kněží mají moc odpouštět hříchy, udělovat svátost nemocných a přinášet posilu v eucharistii. Nejvhodnějším časem pro udělení těchto svátostí je právě světový den nemocných. V loňském roce nebylo možné z důvodů pandemie uspořádat společné slavení svátosti nemocných. V letošním roce zvu naše nemocné k přijetí svátosti pomazání nemocných do kostela v Bohuslavicích ve čtvrtek 10. února, v Březnici v pátek 11. února a na Salaši v pondělí 14. února. Pro nemocné, kteří nemohou sami přijít do kostela, ať domluví návštěvu u nich doma nejbližší rodina. Rád je navštívím a posílím.

P. Jaroslav Poláč



Illustrace: Radim Bárta

Z překladu dopisu:

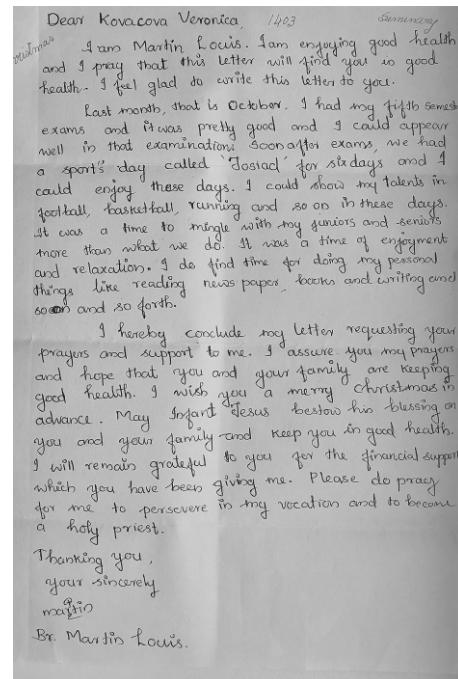
Milá Veroniko,

hlásí se Martin. Jsem zdravý a modlím se, aby vás můj dopis zastihl zdravé. Jsem šťastný, že vám mohu psát.

Minulý měsíc, v říjnu, jsem měl zkouškové období po pátem semestru. A bylo to docela dobré, zkoušky se mi povedly dobře. Brzy po zkouškách jsme měli sportovní den nazvaný "Josiad". Trvalo to šest dní a tyto dny jsem si moc užil. Mohl jsem ukázat svá nadání ve fotbale, basketu, běhu atd. Byla to příležitost se setkat s mladšími i staršími studenty. Takových příležitostí nebývá moc. Byl to čas odreagování a relaxace. Našel jsem si i čas na své osobní věci, čtení novin, knih, psaní atd.

Rád bych svůj dopis uzavřel žádostí o modlitbu a podporu. Ujišťuji vás o modlitbě a důvěře ve zdraví vaše a vaší rodiny. Přeji vám veselé Vánoce. At' Vám Ježíšek udělí své požehnání a zachová vás ve zdraví. Jsem neustále vděčný za vaši finanční podporu, kterou mi poskytujete. Prosím, modlete se za mě, abych vytrval ve svém povolání stát se svatým knězem.

S díky a pozdravením Martin Louis



V adopci na dálku se letos vybrala částka 18 100,- Kč. Peníze byly rozděleny pro oba chlapce a odeslány na Arcidiecézní charitu v Praze, odkud poputují do Ugandy a Indie. Všem, kdo jste přispěli, patří Velké Pán Bůh zaplatit!

Veronika Kováčová

100.000 Kč projekt Nemocnice Milosrdných bratří Vizovice, podpora 2022 (spolufinancování provozu nemocnice, případně investice potřebné k zajištění standardní léčby; vše ve prospěch hospitalizovaných pacientů a pracovníků zařízení).

80.000 Kč projekt Letní pobyt pro děti a mládež s diagnózou SMA a dystrofiemi 2022 (spolufinancování dvou turnusů letního odlehčovacího pobytového tábora; podpora rodin).

50.000 Kč projekt Internát pro nejchudší romské chlapce Kazaniak, Bulharsko 2022 (náklady spojené s pobytom chlapcú).

(Zdroj: <https://www.zlin.charita.cz/trikralova-sbirka-na-zlinsku/vytezek-a-vyuuziti-sbirky/>).

Josef Hutěčka, starosta obce Březnice



V Bohuslavicích tříkráloví koledníci vykoledovali částku 30 099,- Kč, v Salaši byl výtěžek tříkrálové sbírky 10 076,- Kč. Velké poděkování všem, kteří se zapojili, pomohli, přispěli.

Tříkrálová sbírka 2022

Letošní Tříkrálová sbírka organizovaná Charitou byla opět ve znamení tradičního obcházení tří králů "dědinou". Při loňském koledování, kdy se nesmělo u jednotlivých domů zvonit, byl výtěžek sbírky logicky menší. Ale takový raketový nárušt letos výsledné sumy nečekali ani ti největší optimisté. V obci Březnice se vybralo celkem 54.378,- Kč. Pro srovnání malá statistika posledních let:

2022 54.378,- Kč
2021 34.927,- Kč
2020 42.882,- Kč
2019 41.404,- Kč
2018 35.830,- Kč
2017 34.415,- Kč
2016 31.474,- Kč
2015 28.420,- Kč
2014 28.416,- Kč
2013 27.971,- Kč
2012 26.272,- Kč
2011 27.150,- Kč
2010 22.567,- Kč
2009 18.369,- Kč
2008 19.624,- Kč

Obrovské poděkování patří všem, kdo se aktivně zapojili a jakkoli s organizací pomohli. A samozřejmě i Vám všem, kdo jste přispěli finančně a podpořili tak dobrou věc.

Všechny sbírkou získané finance jsou odeslány na celorepublikový bankovní účet a následně jsou podle jasných pravidel přerozdělovány, a to dle rozhodnutí rady ředitelů Charity ČR a České biskupské konference. V letošním roce budou z Tříkrálové sbírky podpořeny následující projekty:

350.000 Kč projekt Přímá pomoc osobám v nepříznivé životní situaci, primárně na Zlínsku - účelem projektu je poskytnutí materiální pomoci k překlenutí obtížné životní situace lidem, kteří nejsou schopni z vlastních zdrojů tuto situaci odvrátit.

Příklady z praxe: postiženým dětem mohou být zakoupeny pomůcky, které jim usnadní např. pohyb; samotným maminkám s dětmi pak oděvy a školní pomůcky pro děti; chudým rodinám může být uhrzena např. pračka či lednička, potraviny; těm, které zasáhla přírodní katastrofa zase poskytnuta pomoc v obnově obydlí - např. zakoupením vysoušečů, zajistěním opravy či vybavenosti obydlí; starým a nemocným podpora nákupu např. léků, kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, zdravotních postelí a matrací.

Vánoce 2021

V lednovém čísle našeho časopisu se znova ohlédneme za dobou předvánoční a vánoční.

Co všechno z toho, na co jsme se těšili, se letos nemohlo z důvodu epidemických opatření uskutečnit:

společná výroba adventních věnců na obecním sále v Březnici, divadelní představení společnosti KOČ s Mikulášskou nadílkou, lampionový průvod, spojený s rozsvícením Vánočního stromu, připravovaná výstava, vánoční jarmark, Štěpánské bruslení, Štěpánská zábava.

Přesto přeze všechno jsme se radovali z toho, co se uskutečnit mohlo:

Adventní věnečky jsme si vyrobili v kruhu svých rodin a Otec Jaroslav je při první neděli adventní posvětil - a zdá se, že je jich rok od roku více a jeden hezčí jak druhý...



Vánoční stromy svítily v našich dědinách a těšili jsme se z jejich krásy....

Děti s rozsvícenými lampičkami se účastnily ranních rorátních mší svatých...

Mikuláš s andělem a čertem navštívili děti ve škole a školce...



Půlnoční mše svaté v krásně vyzdobených chrámech se mohli letos účastnit lidé bez omezení. V kostele sv. Bartoloměje slavnostní půlnoční mše obohatili místní muzikanti pod vedením Aloise Mikla.

Na Boží narození vystoupil v kostele sv. Bartoloměje mužský pěvecký sbor ze Zlína - Jižních svahů.

Setkání u Sokolské jolky se uskutečnilo 25. prosince - zpěv koled a hudební doprovod místních muzikantů pod vedením Honzy Divokého přispěl ke krásné vánoční atmosféře.

Arcidiecézní
charita Olomouc

V Olomouci 14.12.2021

Vážení příznivci Arcidiecézní charity Olomouc,

ráda bych Vám touto cestou poděkovala za podporu aktivit Arcidiecézní charity Olomouc zaměřených na pomoc potřebným na Ukrajině. Společně s Vámi jsme letos udělali radost mnoha lidem, obzvláště dětem z chudých rodin a dětských domovů.

S vánočním časem a blížícím se koncem roku 2021 mi dovolte podělit se s Vámi o některé z našich letošních úspěchů, které nám připomínají, že naše práce má smysl.

Vánoční dárky pro 388 potřebných dětí

S Vaší podporou plníme vánoční přání dětem ze sociálně slabých rodin a z dětských domovů. 388 dětí z pěti ukrajinských měst dostane na začátku ledna vánoční dárky z České republiky.

Studijní fond

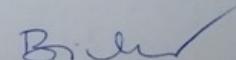
Od roku 2009 Studijní fond podporuje sociálně slabé mladé lidi při studiu na ukrajinských vyšších odborných a vysokých školách. Letos se nám díky pomoci našich příznivců podařilo podpořit ve studiu 16 studentů z měst Bortnyky a Ternopil.

Zubařská ordinace pro sociálně slabé

Arcidiecézní charita Olomouc otevřela v srpnu zubařskou ordinaci v ukrajinském městě Ternopil, která poskytuje bezplatnou péči sociálně slabým lidem. Využit služby zubaře tak nyní mohou i ti, kteří by si zubařské zákroky v jiných místních ordinacích nemohli po finanční stránce dovolit.

Děkuji Vám za to, že se společně s námi podílíte na aktivitách, které zlepšují životní situaci mnoha lidí na Ukrajině. Vaše pomoc má smysl – dělá radost dětem, dává studentům příležitost získat vzdělání, zaměstnává dospělé a pečeje o slabé a nemohoucí.

Z celého srdce Vám přeji veselé Vánoce, zdraví, radost a Boží požehnání do Nového roku.



Kateřina Biolková
koordinátorka humanitárních projektů na Ukrajině,
Arcidiecézní charita Olomouc

MY A NAŠE DĚTI PRO UKRAJINU

Ve sbírce pro Ukrajinu jste byli štědří. Vytvořili jsme tamním dětem 5 dárků, ze kterých se právě v těchto dnech radují **Arsen Bežuk, Nazar Danylyšyn, Marija Buhaj, Sofija Ilkiv a Matvij Ivanickij**. Děkuji všem laskavým podporovatelům a také dětem, které se do obdarování přes hranice zapojily.



Výnos sbírky: 9 572,- Kč
Hodnota balíčků: 6 650,- Kč
Na účet projektu zasláno: 2 922,- Kč

Jana Kašpaříková

Pracovníci Arcidiecézni charity Olomouc předali dárky dětem na Ukrajině:



LEDEN 2022

Živý Betlém v podání souboru Doubravjánek k nám zavítal 30. prosince a všichni zúčastnění se shodli na tom, že je vystoupení souboru čím dál krásnější...



Silvestrovský fotbálek přilákal do sportovního areálu příznivce fotbalu i hráče, kteří si přišli poslední den v roce protáhnout tělo.



LEDEN 2022

1. ledna jsme se těšili v kostele sv. Bartoloměje z vystoupení našich mladých a malých muzikantů při „koledování u jesliček“. Letos bylo hudební odpoledne obohaceno příchodem Tří králů a jejich krásným příběhem. Velké poděkování patří Magdě Běťákové za organizaci tohoto odpoledne a Lence Plevové, která krásným slovem provázela vystoupení hudebníků. Děkujeme muzikantům - Barunce, Amálce a Michalovi Miklovým, Kubovi Mudříkovi, Karolíně Menšíkové, Katce Pekařové, Elišce Žúrkové, Veronice Krajčové, Štěpánkovi Suchomelovi, Štěpánkovi Janeckovi, Honzíkovi Běťákoví, Tomáši Krajčovi a Pavlíkovi Janeckovi.



LEDEN 2022

Když se tak potkávám a povídám si se staršími lidmi, velmi často zaznamenávám jejich velké zklamání, smutek, nechápání dnešního dění. Kolikrát to vypadá, jako by se jim už ani nechtělo, v této podivné době převrácených hodnot, pobývat. Nebo hůře, žádných hodnot.

A není se čemu divit. Vždyť žít ve světě mediálních senzací, vulgarit, stresu, osočování a závisti, není vůbec lehké. Nějak se nám z těch našich životů, staletími prověřená fakta, jako úcta ke stáří, zodpovědnost, smysl pro povinnost, vytrácí. A tak se občas zamýšlím nad tím, že asi bude v té naší společnosti něco hodně špatně. Starý člověk celý život tvrdě pracoval a díla, která vytvářel, dnes zase mladí užívají.

Místo nevraživosti či zesměšňování, pokora a poděkování, by se spíše hodilo. Proto jsem ráda, že se stále najde hodně takových, kteří dokážou nezíštně pomocnou ruku podat, vlídným slovem potěšit. Přála bych si, aby všichni, mezi laskavými, srdečnými a milovanými lidmi, své dny prožívat mohli. Aby lásku a pohodu si navzájem co nejvíce rozdávali a více než smutek, potěšení jejich tváře krášlilo.

Žijeme v překrásné zemi na nádherné a štědré Planetě. Važme si toho! To štěstí, lásku, dobro, co tak často hledáme, to vše za pomyslnou oponou našich životů ukryto bývá. Jen ruku vztáhnout postačí!

Pevné zdraví a radostnou cestu Vám všem

Marie Nevělíková

**„Čím jsem starší, tím méně si všímám,
co lidé říkají, myslí si a v co doufají.
Všímám si toho, co dělají, jak žijí a o co usilují.“**
/Robert Fulghum/

... a ruku jen vztáhnout postačí

Rok s rokem sešel se a my jsme opět jednu z našich životních etap uzavřeli. Stojíme na prahu nového období a s bázni čekáme, čím nás přicházející dny překvapí, co nám přinesou a jak to všechno s čistým štítem zvládneme. Ono totiž žít poctivě, občas fuška bývá.

Zimní čas cítím jako údobí vymezené pro jakési větší odpočívání, kdy se můžeme ponořit do světa fantazie, rozjímání. Možná že se i více a raději, ke svým kořenům navracíme.

Pokoušíme se v tichu a v teple milostivého ohně, svá srdce otevřít. Uvědomujeme si, že je třeba žít tak, abychom sami se sebou spokojeni byli a ne, abychom se druhým zalíbili.

Nadešel čas strhnout závoj jakýchsi iluzí, které v nitru ukrýváme. S klidem a pokorou přijmout to, co před námi stojí a v naší započaté cestě, s vírou a nadějí, dále pokračovat.

Jak člověk stárne, tím více se jeho vnímání zpomaluje. Čas jiný rozměr získává a zdá se, jakoby své tempo den ode dne navyšoval.

A jestliže nám ta minulá léta neskutečně rychle uplynula, tak ta další, pokud nám bude dopřáno, odfrčí nepochybně ještě mnohem rychleji.

Jsem přesvědčena, že tuto skutečnost by nám potvrdili i salaští jubilanti, kteří v minulém roce, svá pěkná výročí slavili.

Pevné zdraví, moc dobrého a hodně Božího požehnání jsme přáli paní Zdeňce Pektorové, paní Ludmilě Blahušové a nejstarší občance Salaše, devadesáti dvouleté, paní Marii Hanáčkové. Gratulace se předávají od sedmdesáti pěti let, vždy po pěti letech a od devadesáti pak, každoročně.



Tři králové označili letos naše příbytky posvěcenou křídou a zanechali malou pozornost - cukr a kalendář. Děkujeme skupinkám králů a také všem, kdo přispěli na sbírku pro potřebné.



Nový Betlém před kostelem přilákal nejen kolemjdoucí obyvatele, ale také rodiny s dětmi a turisty. Všem děkujeme za příspěvky, které vkládali do jesliček. Tyto budou použity na provoz kostela.

Marie Burdelová

Povánoční nadílka v ZŠ Březnice

Když jsme si s mými žáky před Vánoci povídali, co by chtěli v naší třídě zlepšit, překvapilo mě několik žáčků, že by chtěli novou tabuli. Prý takovou, která umí promítat a dotykem se na ní dají plnit různé úkoly. Tak jsem poprosila o pomoc Ježíška a s malým zpožděním se v polovině ledna i třetí třída může pyšnit fantastickou interaktivní tabulí, která bude jistě užitečným pomocníkem ve výuce. V této chvíli jsou již všechny čtyři třídy vybavené interaktivitou.

Mgr. Jana Strnadová, ředitelka ZŠ Březnice



LEDEN 2022

Bud' jak bud'

Bylo páteční ráno a jeden mladý muž zaměstnaný ve velké firmě se konečně rozhodl požádat svého vedoucího o zvýšení platu.

Než odešel do práce, svěřil se se svým plánem manželce. Celý den byl nervózní a podrážděný. Nakonec pozdě odpoledne sebral poslední zbytky odvahy a zašel za svým chlebodárcem, který mu k jeho radosti vyhověl.

Když mladý muž nadšeně dorazil domů, našel slavnostně prostřený stůl, parádní nádobí a zapálené svíčky.

Ucítil vůni svátečního jídla a pomyslel si, že už k nim domů asi někdo z kanceláře zavolal a prozradil ženě tu dobrou zprávu.

Našel svoji ženu v kuchyni a radostně jí výsledek svého požadavku oznámil. Objímali se a tančili a pak si sedli k úžasné večeři, kterou žena připravila.

Muž našel vedle svého talíře elegantní lístek s krásně orámovanými slovy: „Gratuluji, poklade! Věděla jsem, že ti to zvýšení schválí! Tahle večeře ti má ukázat, jak moc tě miluji.“

Později večer pomáhal muž ženě v kuchyni umývat nádobí a všiml si, že je v koší zmačkaný ještě jeden elegantní lístek. Rozbalil ho a přečetl. Stalo tam: „Nedělej si starosti s tím, že ti neschválili vyšší plat! I když by sis ho zasloužil! Tahle večeře ti má ukázat, jak moc tě miluji.“

Úryvek z knihy Bruna Ferrera

Milujeme lidi - a ne věci...

8. Mějte rádi to, co děláte

Mimo to, že se máte věnovat svým koníčkům a tomu, co vás baví, je důležité naučit se mít rádi to, co dělám. Hlavně v práci. Když děláte něco, co vás nebabí a nesnášíte to, pak upadáte do deprese a cesta odtud je složitá. Nemůžete-li zrovna teď vybírat, naučte se mít rádi svou práci a hledejte v ní pozitiva a smysl. Výběr práce je velmi důležitý a velmi ovlivní kvalitu vašeho života. Pokud Vás práce nebabí, tak zkuste začít pracovat nebo podnikat v oboru, který Vás baví a zajímá. Když totiž dělá člověk něco, co ho baví, tak je nejen šťastný, ale především v této činnosti vyniká.

9. Těžte z drobností

Umět se radovat z maličkostí je velmi užitečná vlastnost. Zkuste se jí naučit. Svítí venku sluníčko? Voní vám kyalice, kterou vám právě přinesla kamarádka? Ta ranní káva se dneska vážně povedla? Makový koláček k vaší kávě nemá chybu? Po tom, co jste měsíc sledovali vaše oblíbené boty, je zlevnili o 30%? Všechny drobnosti, ze kterých se dokážete radovat, zasévají ono „semínko štěstí“ do vašeho života.

10. Pomáhejte, dělejte radost

Snažte se být laskaví a hodní ke svému okolí a přírodě. Je to trochu klišé, ale je prokázáno, že dobrý skutek přináší dobrý pocit. Bude vám chybět stokoruna v měsíční výplatě, nebo ji můžete věnovat na psí útulek ve vašem městě? Svetřík z loňské kolekce už pro vás není? Dejte ho kamarádce. Takových maličkostí, které vás neovlivní, se jistě najde řada.

11. Zdraví a spánek

Co jste čekali? Bez zdravého životního stylu a kvalitního spánku to prostě nejde! Když se špatně stravujeme naše tělo i mysl na to patřičně reagují. Je prokázáno, že špatné jídlo, či pití napomáhá špatné náladě a únavě. To samé platí o spánku, pro regeneraci a správné fungování organismu je nezbytný. Dopřejte si klidný a dostatečný spánek. To neznamená, abyste se vámeli celé dny, ale pouze si dostatečně odpočali (tělo i mysl). Zdravá strava v dlouhodobém horizontu zvyšuje kvalitu života.

Jak být v životě šťastný

Je to jako skládačka. K tomu abychom byli šťastní, stačí několik malých dílků. Vědci zjistili, že krátkodobé pocity blaha, které nám přináší materiální uspokojení, nejsou pro životní štěstí dostačující. Nohoňte se tedy za úžasným domem, drahým autem a značkovou kabelkou. To vás jen na chvíli zaslepí, ale po rozčarování přijde opět realita. Žijete TADY A TEĎ! S věcmi, které máte k dispozici, s lidmi, se kterými žijete. Máte to, co máte a je jen na vás „jakou písničku s tím dokážete zahrát“. Přeci jen: „Drahý klavír nezaručí nejlepší koncert“. Neřešte, jak být oblíbený, nebo jak být úspěšný, buděte šťastní jen proto, že jste. I to se může zítra změnit.

Pevné zdraví a štěstí Vám v roce 2022 přeje Pavla Žilinská

Demografický vývoj v našich obcích

Zajímavá statistika Ministerstva vnitra o počtu trvale přihlášených obyvatel v jednotlivých obcích vždy k 1.1. daného roku:

	r. 2017	r. 2018	r. 2019	r. 2020	r. 2021	r. 2022
Zlín	74 737	74 508	74 434	74 276	74 225	73 250
Březnice	1283	1304	1315	1345	1355	1382
Bohuslavice	780	774	770	769	765	745
Šarovy	255	258	262	262	261	258

Zdroj: <https://www.mvcr.cz/clanek/statistiky-pocty-obyvatel-v-obcich.aspx>

Josef Hutěčka, starosta obce Březnice

NOVÁ TŘÍDA MATEŘSKÉ ŠKOLY V BŘEZNICI



OKNO ZDRAVÍ PRO VŠECHNY, KDO CHTĚJÍ PEČOVAT O SEBE A SVÉ BLÍZKÉ

TÉMA - Jak být šťastný sám se sebou?

Milí čtenáři, na přelomu roku si všichni přejeme zdraví a štěstí. O své zdraví musíme všichni pečovat, ale jak být šťastný? Co je vlastně štěstí? Pro každého je to něco jiného, ale jedno máme společné. Všichni štěstí hledáme a podnikáme různá životní dobrodružství, abychom ho našli. Vždyť kdo by neznal snad nejslavnější „hlášku“ z filmu Škola základ života, vzniklé dle básně od Adolfa Heyduka.

„Štěstí? Co je štěstí? Muška jenom zlatá...“

Co je to štěstí?

Lidé vnímají štěstí jednak jako příznivou událost, díky které se vám přihodí to, co si přejete, nebo jako jistý vnitřní pocit uspokojení, blaženosti. Ovšem oficiální definici platnou pro každého z nás nečekejte. Pro někoho je štěstí, že je zdravý. Pro jiného je to luxusní auto a dům na předměstí. Vždycky záleží na úhlu pohledu. Přeci jen jsou tu ale jisté, obecně platné, náležitosti a specifika, která vám k tomu, abyste byli šťastnější, pomůžou. Vzhledem k tomu, že se touto otázkou zabývají i vědci, vznikly tu nápovery a rady na to, jak si vytvořit své vlastní štěstí a jak ho vnímat, abyste se nehonili za něčím, co vám ho pravděpodobně nepřinese. Štěstí také není soustavným stavem nebo emocí. Člověk musí prožívat určitá utrpení, výzvy i horší období, aby ocenil období, kdy je šťastný. Jednoduše i ve velmi šťastném životě musejí být období útlumu a krizí.

11 Tipů: Jak být šťastný?

A jak být šťastný i když nám zrovna štěstí nepřeje? Záleží na tom, co je pro vás důležité a umět se na sebe i svůj život podívat s odstupem. Znát, co je pro vás důležité, z čeho můžete čerpat, ačkoli zrovna není nejlíp. Pocit štěstí je něco co si můžete „vědomě uvědomit“.

1. Znáte své priority?

Co je pro vás důležité? Máte rodinu, přátele? Jste zdraví, máte střechu nad hlavou a práci? Pak vám, čistě z podstaty věci, nic nechybí. Zkuste si uvědomit, že i to je i v dnešní době veliký luxus. Cítíte-li se bezpečně každý den, pak si zkuste říct, jak se asi cítí lidé na druhém konci světa, kde zuří válka a nepokoje. Vedle těchto lidí máte opravdu šťastný život.

2. Dělejte věci, které vám dělají radost

Věci, které vám dělají radost, byste měli dělat co nejčastěji. Trávíte rádi čas s rodinou nebo přáteli? Ještě dnes se za nimi vydejte. Dělá vám radost pohyb? Běžte si zaběhat. Cítíte se dobře při svých koníčcích? Pak se jim věnujte. Neodkládejte tyto činnosti, protože díky nim získáváte dobrý pocit a díky tomu se cítíte šťastní ve svém životě.

3. Příroda, příroda, příroda!

Nezapomeňte trávit čas v přírodě. Ať už tomu věříte nebo ne, náš mozek potřebuje okysličit. Bez čerstvého vzduchu jsme unavení a spadáme k apatii. Především pak slunce je, jak známo, zdrojem vitaminu D, který nás chrání před depresemi. Když se projdete po senem provoněné louce a svítí sluníčko, zažíváte pozitivní pocity.

4. Zase ten pohyb

Ano, bohužel ani tady se to neobejde bez pohybu. Jak už jste jistě nesčetněkrát četli, při pohybu, resp. svalové zátěži, se uvolňuje endorfin, tzv. hormon štěstí. Nemusíte se hned potit v posilovně, ale chod'te ven, běhejte, skákejte. Při výletech poznáte krásy přírody a zároveň si „dáte do těla“.

5. Bud'te vděční

Zaznívá to často, ale je to pravda. Pokud si vážíte toho „mála“ co máte a jste si dobře vědomi toho, že máte štěstí, že máte kde bydlet, že je vaše dítč zdravé, že vás manžel miluje, pak zažíváte štěstí ve svém životě. Zkuste se každý večer pozastavit nad tím, že jste vděční za to, co máte. I podle vědců je známo, že lidé, kteří jsou si toho vědomi, jsou v životě šťastní.

6. Meditujte, vnímejte své tělo

Meditace vás dokáže zbavit stresu a fobií. Dokáže vám ukázat cestu ke svému já a přijmout se takoví, jací jsme. Pokud se dokážete „zastavit“, uvědomíte si daný okamžik a prožijete ho. Když se pak naučíte vnímat své tělo a budete se mít rádi, nebudeste hledat. Meditace je jistě jednou z cest, jak být šťastný sám se sebou.

7. Milujte, mějte rádi

Chcete vědět, jak být v životě šťastní? Pak bud'te šťastní ve vztahu. Jsme druh, který potřebuje žít v nějaké sociální skupině. Když jste s někým, koho máte rádi, tento pocit vás naplňuje a dává vašemu životu smysl. Udržujte dobré vztahy s rodinou i přáteli. Jejich přítomnost pro vás může být životně důležitá.

