

# DOBŘÍVSKÝ

## ČTVRTLETNÍK

2012/4

zdarma – neprodejné  
15. prosince 2012

### MIKULÁŠSKÉ NADĚLOVÁNÍ



Kulturní výbor obce a mateřská škola Dobřív pozvali všechny děti Dobříva na Mikulášské nadělování do místní sokolovny a to v sobotu 8. 12. Děti a jejich rodiče čekali tentokrát andělské

odpoledne. Paní učitelky již od jedné hodiny odpolední chystaly slavnostní výzdobu, tak aby děti byly překvapené a bylo to pro ně klidné odpoledne plné pohody a příjemných zážitků, přestože obavy z čertů určitě byly. Sokolovna byla plná hvězdiček a mráček. Adventní věnec na jevišti se zapálenou svíčkou navodil opravdu předvánoční atmosféru. Paní kuchařky ze školky napekly dětem a jejich rodičům věnečky a slané pečivo, které si mohli na stole nabídnout. O hudbu se postaral pan Václav Vlasák ml., kterému patří velké díky, neboť je nám ochoten zahrát na každé akci určené dětem zcela zdarma.

Děti netrpělivě očekávaly, co tajemného se skrývá ve velké truhle na jevišti. A za chvíli bylo vše odtajněno. Paní učitelka si vybrala vždy jednoho andílka, který dostal na hlavu svatozář a mohl za pomoci kouzelného zaklínadla ote-

vřít truhlu. Poprvé se v truhle objevily andělské zvonečky. Děti k jejich výzdobě použily fixy nebo pastelky. Pak navázaly provázek a zvoneček byl připravený k zavěšení. Podruhé byly v truhle andělské hudební nástroje v podobě rolniček a trianglů. Děti si vyzkoušely, jak zní andělské zvonění. Jako třetí překvapení čekaly na děti andělské čelenky se svítící hvězdičkou. A pak jako první andílci, kteří byli celý rok hodní, přivítali Mikuláše, anděla a dva čerty. Velké díky patří paní Věře Peter-

kové (Mikuláš), Kamilce Vágenerové (anděl), Anetce Hirmánové a Simonce Dvořákové (čerty), které se velmi profesionálně zhostily mikulášského nadělování.

Věříme, že děti odcházely

plné zážitků z příjemně prožitého odpoledne.

Závěrem chci velmi poděkovat paní učitelce Mikulíkové, která se postarala o výzdobu celého sálu a pomohla s přípravou programu.

Napsala Jitka Frýaufová



### MILÍ SPOLUOBČANÉ

O Vánocích myslíme na ty, na kterých nám opravdu záleží. Jsou jako bílé vločky, snášející se na naši rozehrátou dlaň. I kdyby se nám nepovedlo všechny tyto vločky pochytat a pošeptat jim tiché vánoční přání na dlani, stále můžeme svá přání pošeptat do zimního vánku a ten je roznese do všech koutů k našim blízkým. Posílám jedno malé přání i k Vám.



Přeji Vám všem to, co člověk nejvíc potřebuje – ZDRAVÍ, to co člověk stále hledá – ŠTĚSTÍ a to bez čeho nelze žít – LÁSKU.

Jitka Frýaufová

### OBSAH

1. Mikulášská nadílka v sokolovně
- 2.–4. Sokolské střípky
5. Od ledna budeme platit více  
Několik slov k...
6. Názvy  
Vzpomínka na paní učitelku
7. Jak se slaví vánoce ve světě  
Vánoční recepty
8. Vánoční strom  
Vánoční výstava  
Pozvánka na vánoční koncert
9. Jak chránit své tělo v zimě
10. Jak je možné trávit odpoledne  
Kulturní akce pro rok 2013
11. Novinky z dobřívské školy
12. Mateřinka

D





# SOKOLSKÉ STŘÍPKY



## PŘIJĎTE SI S NÁMI ZACVIČIT!

Jednou z možností, jak se odreagovat od běžných každodenních starostí, zasmát se, podebatovat s ostatními, ale i udržovat dobrou fyzickou kondici je pro nás dámy sportovní vyžití v naší sokolovně.

Pro snadnější výběr vhodného cvičení pro každou z nás předkládáme přehled cvičení a krátké rozhovory s cvičitelkami. Přijďte si s námi zacvičit!!!

## ZUMBA S MÍŠOU ZBORNÍKOVOU

*Míšo,  
Jak dlouho se Zumbě věnujete a co vás k tomuto poměrně novému sportu přivedlo?*

Zaslechla jsem o zumbě a šla jsem jí vyzkoušet, byla jsem naprosto nadšená. Již po první hodině jsem zjistila, že je to pro mě ideální sportovní vyžití.

*ZUMBA je pro někoho tanec, pro jiného cvičení – mohla byste nám říci, co vlastně ZUMBA je?*

Zumba je dokonalá kombinace tance i cvičení. Takže každý jedinec si v této sportovní aktivitě najde to své a zároveň si může sám určovat tempo.

*Covás na Zumbě baví, pro koho je určena a proč ji doporučujete?*

Na lekcích zumbly se bavíte a při tom spálíte spoustu kalorií. Zumba je určena pro malé, velké, mladé, starší, lehčí, těžší, ženy i muže.

Pondělí 18.30–19.30 h.

Čtvrtek 18.00–19.00 h.

*Jaké doporučujete začátečnickům oblečení na vaše hodiny?*

Základem je cítit se pohodlně.

*Víme, že bydlíte v Plzni, proč tedy Dobřív?*

Již od dětství mám k Dobřívě citový vztah a to nejen proto, že zde mám prarodiče, ale také pro jeho genius loci.

*Jaká je věková hladina cvičenek v Dobřívě.*

S velkou radostí můžu říci, že lekce navštěvují nejrůznější věkové kategorie

*Dle cvičenek jste v porovnání s jinými cvičitelkami STAR, těší i vás pokroky vašich cvičenců?*

No jasně! Holky jsou velice šikovné. Z toho jak je zumba baví, mám obrovskou radost a těším se na každou další lekci s nimi.

*A vaše rada pro Zumba začátečníky na závěr:*

Moje rada pro začátečníky, ale i pro pokročilé je: když si přijdete zařadit, můžete se alespoň na hodinku odpoutat od všedních starostí.

D



Zumba



Zdravotní cvičení



Kondiční cvičení

Výbor TJ SOKOL Dobřív přeje všem klidné prožití vánočních svátků  
a mnoho štěstí a zdraví v novém roce 2013



