



V TOMTO VYDÁNÍ ZPRAVODAJE:

- STAVEBNÍ AKCE
- VÝBĚROVÉ ŘÍZENÍ - OBECNÍ POLICIE
- LETNÍ KINA
- ROZHOVOR: PAVLA POPELKOVÁ

ZASTUPITELSTVO OBCE

Jednání zastupitelstva obce konané 29.6.2022 proběhlo po uzavěře tohoto zpravodaje, a proto není výpis usnesení z jednání v tomto čísle Střely uveden. Usnesení zastupitelstva obce je zveřejněno na webových stránkách

obce a na elektronické úřední desce – sekce zastupitelstvo obce. Se zápisem o průběhu jednání zastupitelstva obce se můžete seznámit na Obecním úřadě Postřelmov.

PROVOZ SBĚRNÉHO DVORA

Místo zpětného odběru elektropřístrojů, velkoobjemového a nebezpečného odpadu u kotelny v ulici Závोřická bude v **červenci** otevřeno **v sobotu 2. 7. od 8.30 hod. do 12.00 hod a ve čtvrtek 21. 7. 2022 od 12.30 hod. do 17.00 hod.**

V **srpnu** bude otevřeno **v sobotu 6. 8. od 8.30 hod. do 12.00 hod a ve čtvrtek 18. 7. 2022 od 12.30 hod. do 17.00 hod.**

Elektrozařízení, velkoobjemový a nebezpečný odpad mohou odevzdat **pouze občané s trvalým bydlištěm v naší obci** nebo ti, kteří v obci vlastní nemovitost.

Upozorňujeme občany, že při dovozu těžkého či velkoobjemového odpadu musí mít s sebou **pomocníka**, který jim pomůže s vykládkou a přemístěním odpadu do příslušného kontejneru.

SVOZ ODPADŮ V ČERVENCI A SRPNU

SVOZ KOMUNÁLNÍHO ODPADU – čtyřkolový kontejner středa (každý týden).

Popelnice 120 litrů a 240 litrů ve **středu 13. 7., 27. 7., 10. 8. a 24. 8. 2022** (každý sudý týden).

SVOZ PLASTŮ A TETRAPAKŮ – svoz plastů a nápojového kartonu (tetrapak) bude proveden v **pondělí 4. 7., 25. 7. a 15. 8. 2022**. *Upozorňujeme občany, aby popelnice určené k vývozu (komunální odpad, plast) dali před dům v předvečer vývozu.*

Veškeré informace o provozu sběrného dvora, svozu komunálního odpadu a plastů naleznete v kalendáři obce 2022.

TŘÍDĚNÍ ODPADU Z DOMÁCNOSTÍ

Přes neustálé upozorňování a výzvy stále dochází k tomu, že někteří jedinci **neukládají odpad do kontejnerů, ale ke kontejnerům**. Asi je nenapadne, že takto odložený odpad, jde především o plasty a papír, je často větrem rozfoukán po okolí, a takový nepořádek není zrovna pěkná vizitka naší obce.

Odložený papír, karton či obal, který venku zmokne, je pro další zpracování nepoužitelný a stává se z něj pouze odpad. Takový odpad je vyvezen na skládku komunálního odpadu. Za jeho odvoz a ná-

sledné uložení obec platí vysoké částky, které se neustále zvyšují. To se promítá do výše úhrad za svoz a uložení komunálního odpadu a následně i do našich peněženek. Pokud je odpad z domácností správně vytríděn, nehradí za něj obec už tak vysoké poplatky, jako za ten komunální končí na skládce.

Je proto třeba se zamyslet, zda to není pouze naší pohodlností a často i lhostejností, a uvědomit si, že stačí někdy i málo, aby se věci dělaly tak, aby byly ku prospěchu nás všech!

UKLÁDÁNÍ VĚTVÍ

Větve z ořezu stromů lze uložit do vyhrazeného prostoru u zahrádkářské osady v části Vyhnálov. Místo je určené pouze pro uložení větví! *Větve z ořezu stromů*

a keřů nepatří do kontejneru u Pískáče!
Kontejner je určen pouze k ukládání trávy, rostlin, listí a podobného biologického odpadu, který je odvážen ke kompostování.

ODEČTY VODOMĚRŮ ZA I. POL. 2022



Od 27.6. do 8.7.2022 bude správce sítě vodovodního řádu firma HaK Zábřeh provádět odečty stavu fakturačních vodoměrů v objektech odběratelů za I. pololetí roku 2022. **Odběratelé jsou povinni umožnit pracovníkům firmy** (budou označeni) **přístup k vodoměrům** v objektech a ostatním zdrojům vody (např. studny, zahrady, dešťové jímky apod.).

V případě, že nemůže být objekt ze závažných důvodů zpřístupněn (např. nemoc covid-19 aj.) musí majitel odběrného místa konečný stav vodoměru nahlásit **nejpozději do 13. 7. 2022** s uvedením jména, ulice, čísla popisného a výrobního čísla vodoměru firmě HAK s.r.o. Oborník 31 c, osobně nebo telefonicky na číslo 736 616 508 (od 7.15 hod. do 15.30 hod.), nebo na e-mail: hak.voda@seznam.cz.
Děkujeme za pochopení a spolupráci.

VÝZVA OBČANŮM

S příchodem letních dnů se naplno rozběhly různé venkovní akce, oslavy, párty a tzv. grilovačky. Tyto akce často probíhají do pozdních hodin a dochází při nich k rušení sousedů a spoluobčanů hlukem, hudbou, kouřem, ohňostrojem apod.

Vyzývám vás touto cestou, abychom po 22.00 hodině začali dbát na dodržová-

ní nočního klidu. Jsem přesvědčen, že se s tímto pravidlem ztotožníme a budeme tuto výzvu dodržovat a respektovat právo našich sousedů a spoluobčanů na klid a odpočinek.

Všichni přece chceme, aby se nám v Postrělmově dobře žilo!

starosta obce

UZAVŘENÍ OBECNÍHO ÚŘADU

Oznamujeme občanům, že obecní úřad bude v pondělí 4. 7. 2022 uzavřen.

NÁVŠTĚVA PŘÁTEL ZE SLOVENSKA

Po dvou letech, kdy jsme se nemohli setkat s našimi slovenskými přáteli, je o víkendu **2. - 4. září 2022** přivítáme v Postrělmově. Kromě jiného se v sobotu 3.9. uskuteční **koncert skupiny KAPELKA z Kamence pod Vtáčником**, na který jste všichni srdečně zváni. Rádi bychom našim slovenským hostům poskytli ubytování v rodinách. Pokud byste mohli a chtěli ubytování nabídnout, zavolejte na tel. 774 878 441 nebo napište na mail petra.balcarkova@seznam.cz. Děkujeme.

ROZLOUČILI JSME SE ...

12. 6. 2022

Jan Urbášek (90)

V rubrice Rozloučili jsme se... uvádíme jména zesnulých pouze se souhlasem rodiny.

STAVEBNÍ AKCE V OBCI

PROBÍHAJÍCÍ

- **LOKALITA VYHNÁLOV JIH** – firma M - SILNICE a.s., Pardubice provedla zemní práce pro komunikaci včetně podkladních sanačních vrstev a dále lemující přídlažbu a obrubníky. Termín dokončení: červenec 2022. Předpokládaná dražba pozemků: červenec – srpen 2022.



- **ZDRAVOTNÍ STŘEDISKO – REKONSTRUKCE VNITŘNÍCH INSTALACÍ A ARCHITEKTONICKÉ ÚPRAVY VENKOVNÍCH VSTUPNÍCH PROSTOR A FASÁDY (ZATEPLENÍ - ENERGETICKÉ ÚSPORY)** – byla dokončena fasáda a vstup do budovy, probíhají práce na keramickém soklu a terénní úpravy.
- **PŘESTAVBA OBJEKTU MATEŘSKÉ ŠKOLY POSTŘELMOV** – firma EKOZIS spol. s r.o., provedla vnitřní omítky, obklady a následovat budou podlahové a malířské práce.

DOKONČENÉ

- **OPRAVA STÁVAJÍCÍHO CHODNÍKU U POTOKA** – trasa původního asfaltového chodníku od obecního úřadu až po hasičárnu byla nahrazena novým chodníkem z obrub a zámkové dlažby.
- **OPRAVA CHODNÍKU PŘED JÍDELNOU (č. p. 66)** – tato akce byla ukončena na začátku června. Obě stavby prováděla firma Dlaždičská s.r.o., Bílá Lhota.



PŘIPRAVOVANÉ

- **CYKLOSTEZKA KE KAPLIČCE** – jedná se o prodloužení asfaltové komunikace v délce cca 300 m navazující na polní cestu VVC 1 a za obchvatem bude navazovat na polní cestu VC 1 (směr Rovensko) a připravovanou polní cestu do Zábřeha, jejíž stavba by měla probíhat současně s naší cyklostezkou. Výběrové řízení vyhrála firma KARETA s.r.o., Bruntál za cenu 3 248 261,- Kč bez DPH. Na realizaci akce získala obec Postřelmov dotaci od Olomouckého kraje ve výši 1 464 120,- Kč. Realizace stavby bude probíhat v období červen – říjen 2022.



- **DOPLNĚNÍ CHODNÍKU NA ULICI MÍROVÁ V POSTŘELMOVĚ** – jedná se o chodník navazující u křižovatky s Ballonovou ulicí až po poslední dům č.p.603. Výběrové řízení vyhrála společnost EKOZIS spol. s r. o., Zábřeh za cenu 1 540 000,- Kč bez DPH. Na realizaci stavební akce získala obec Postřelmov dotaci od Olomouckého kraje ve výši 598 607,- Kč. Realizace stavby bude probíhat v období červen – říjen 2022.

PŘÍPRAVA JÍZDNÍCH ŘÁDŮ NA OBDOBÍ 2022/2023



KOORDINÁTOR
INTEGROVANÉHO
DOPRAVNÍHO SYSTÉMU
OLOMOUCKÉHO KRAJE

Provozovatel dráhy
Správa železnic,

s. o. zveřejnila dne 10. 6. 2022 návrh jízdního řádu veřejné drážní osobní dopravy pro období platnosti 2022/2023, který je zveřejněn na webových stránkách na odkaze <https://www.idsok.cz/navrhy-pripominkovani-jizdnich-radu/20220613-zeleznicni-jizdni-rady-2022-2023/>, tzn. v sekci „Jízdní řády“ – umístěné v horní liště a podsekci „Návrhy a připomínkování JŘ“. Jedná se o pracovní materiál, který může být na základě obdržených připomínek, podnětů a výše finančních prostředků na pokrytí prokazatelné ztráty dopravci upravován. V návrhu „JŘ“ je zohledněna příprava nového provozního konceptu linky Nezamyslice – Přerov – Olomouc – Uničov – Šumperk s předpokladem jeho spuštění v červnu 2023.

V návrhu „JŘ“ není zohledněna redukce železniční dopravy projednovaná v dubnu a květnu tohoto roku se samosprávami. V příloze naleznete aktuální seznam vlaků, které jsou předmětem pro-

jednávání v orgánech Olomouckého kraje. **Připomínky k návrhu „JŘ“ je možné zaslat prostřednictvím datové schránky KIDSOK, p.o. do 10. 7. 2022** (viz. www.kidsok.cz/kontakty). Na připomínky bude písemně reagováno jen v případě konkretizované žádosti o vyrozumění v dané věci. Jen připomínky došlé ve stanoveném termínu je reálné prověřit, vyhodnotit a poté projednat se Správou železnic dne 19. 7. 2022.

Vždy je nutné uvést, z jakého důvodu vznášíte požadavek na úpravu navrhované časové polohy nebo zavedení spoje, např. odvoz ze zaměstnání – je třeba konkrétně uvést místo nebo firmu, pracovní dobu, nejlépe i počet dojíždějících a další náležitosti, které se mohou vztahovat k požadovaným úpravám. V případě zajištění návaznosti na veřejnou linkovou dopravu je třeba uvést číslo linky a spoje a požadovaný čas.

Předmětem připomínek jsou vlaky kategorií Os (osobní) Sp (spěšné), jejichž objednavatelem je Olomoucký kraj.

PRODEJ HOVĚZÍHO MASA A KONZERV



Společnost **AGRODRUŽSTVO ZÁBŘEH** nabízí

k prodeji vyzrálé kvalitní hovězí maso z vlastního chovu plemene Limousine. Možná i varianta BIO.

Více informací (včetně ceníku) získáte na **www.agdz.cz** nebo na mob. 739 848 526 (od 7.00 do 15.30 hod.).

OZNÁMENÍ O VYHLÁŠENÍ VÝBĚROVÉHO ŘÍZENÍ



STAROSTA OBCE POSTŘELMOV

VYHLAŠUJE VÝBĚROVÉ ŘÍZENÍ NA FUNKCI

STRÁŽNÍK OBECNÍ POLICIE

Místo výkonu práce:	katastrální území obce Postřelmov
Platové podmínky:	v souladu s nařízením vlády č. 341/2017 Sb.
Druh práce:	strážník obecní policie
Předpokládaný nástup:	nejdříve 1. 9. 2022, případně dle dohody

Uchazeč musí splňovat předpoklady dle zákona č. 553/1991 Sb., o obecní policii v platném znění, tj.:

- státní občanství ČR
- bezúhonnost v souladu s § 4a zákona č. 553/1991 Sb.
- spolehlivost v souladu s § 4b zákona č. 553/1991 Sb.
- věk minimálně 18 let
- tělesná, zdravotní a duševní způsobilost k výkonu oprávnění a povinnosti dle zákona č. 553/1991 Sb.
- minimálně středoškolské vzdělání s maturitní zkouškou.

Další požadavky: - řidičský průkaz skupiny „B“

Výhodou je:

- praxe u obecní policie nebo Policie České republiky
- znalost právních předpisů souvisejících s funkcí strážníka obecní policie
- platné osvědčení o odborné způsobilosti strážníka obecní (městské) policie
- uživatelská znalost práce na PC
- znalost cizího jazyka

Příhláška zájemce musí obsahovat:

- zřetelné označení nadpisem „Výběrové řízení – STRÁŽNÍK OBECNÍ POLICIE“
- jméno a příjmení (případně akademický titul)
- datum a místo narození
- státní příslušnost
- přesná adresa trvalého bydliště
- číslo občanského průkazu
- telefonní kontakt, případně i adresu elektronické pošty
- datum a podpis uchazeče

K přihlášce se připojí:

- strukturovaný životopis s uvedením dosavadního průběhu zaměstnání, případně praxe u bezpečnostních složek, odborných znalostí a dovedností
- čestné prohlášení o bezúhonnosti dle § 4a zákona č. 553/1991 Sb.
- čestné prohlášení o spolehlivosti dle § 4b zákona č. 553/1991 Sb.

- ověřenou kopii dokladu o nejvyšším vzdělání
- případné další kopie dokladů o získání jiných odborných znalostí

Způsob podání přihlášek:

- osobně (na podatelnu obecního úřadu) nebo poštou

Místo podání přihlášek:

Obecní úřad Postřelmov, Komenského 193, 789 69 Postřelmov

Lhůta pro doručení přihlášek:

- do 15. 7. 2022

Upozornění:

- u přihlášek je důležité datum doručení, nikoliv odeslání
- vyhlášovatel výběrového řízení si vyhrazuje právo pracovní místo neobsadit případně zrušit výběrové řízení
- důvody nepřijetí se neoznamují

OZNÁMENÍ O VYHLÁŠENÍ VÝBĚROVÉHO ŘÍZENÍ



STAROSTA OBCE POSTŘELMOV

VYHLAŠUJE VÝBĚROVÉ ŘÍZENÍ NA FUNKCI

VELITEL OBECNÍ POLICIE

Místo výkonu práce: katastrální území obce Postřelmov

Platové podmínky: v souladu s nařízením vlády č. 341/2017 Sb.

Druh práce: velitel obecní policie (strážník pověřený plněním některých úkolů při řízení obecní policie)

Předpokládaný nástup: nejdříve 1. 9. 2022, případně dle dohody

Uchazeč musí splňovat předpoklady dle zákona č. 553/1991 Sb., o obecní policii v platném znění, tj.:

- státní občanství ČR
- bezúhonnost v souladu s § 4a zákona č. 553/1991 Sb.
- spolehlivost v souladu s § 4b zákona č. 553/1991 Sb.
- věk minimálně 18 let
- tělesná, zdravotní a duševní způsobilost k výkonu oprávnění a povinnosti dle zákona č. 553/1991 Sb.
- minimálně středoškolské vzdělání s maturitní zkouškou

Další požadavky:

- negativní lustrační osvědčení dle zákona č. 451/1991 Sb. v platném znění (nevztahuje se pro uchazeče narozené po 1. prosinci 1971)
- řidičský průkaz skupiny „B“
- uživatelská znalost práce na PC

Výhodou je:

- vysokoškolské vzdělání bezpečnostního nebo právního směru
- praxe s řízením kolektivu pracovníků
- praxe u obecní policie nebo Policie České republiky
- znalost právních předpisů souvisejících s funkcí strážníka obecní policie
- platné osvědčení o odborné způsobilosti strážníka obecní (městské) policie
- znalost cizího jazyka

Příhláška zájemce musí obsahovat:

- zřetelné označení nadpisem „Výběrové řízení – VELITEL OBECNÍ POLICIE“
- jméno a příjmení (případně akademický titul)
- datum a místo narození
- státní příslušnost
- přesná adresa trvalého bydliště
- číslo občanského průkazu
- telefonní kontakt, případně i adresu elektronické pošty
- datum a podpis uchazeče

K přihlášce se připojí:

- strukturovaný životopis s uvedením dosavadního průběhu zaměstnání, případné praxe u bezpečnostních složek, odborných znalostí a dovedností
- čestné prohlášení o bezúhonnosti dle § 4a zákona č. 553/1991 Sb.
- čestné prohlášení o spolehlivosti dle § 4b zákona č. 533/1991 Sb.
- uchazeči narození před 1. prosincem 1971 ověřenou kopii negativního lustračního osvědčení dle § 8 zákona č. 451/1991 Sb., včetně čestného prohlášení podle uvedeného zákona
- ověřenou kopii dokladu o nejvyšším vzdělání
- případné další kopie dokladů o získání jiných odborných znalostí

Způsob podání přihlášek:

- osobně (na podatelnu obecního úřadu) nebo poštou

Místo podání přihlášek:

Obecní úřad Postřelmov, Komenského 193, 789 69 Postřelmov

Lhůta pro doručení přihlášek: do 15. 7. 2022

Upozornění:

- u přihlášek je důležité datum doručení, nikoliv odeslání
- vyhlášovatel výběrového řízení si vyhrazuje právo pracovní místo neobsadit případně zrušit výběrové řízení
- důvody nepřijetí se neoznamují

BRIGÁDA NA ARCHEOLOGICKÉM VÝZKUMU

Hledáme studenty a důchodce na práci (DPP) na záchranném archeologickém výzkumu u obce Chromeč. Odměna 120 Kč / hod. Pro více informací volejte 602 702 987.

Kalendář akcí

9. 7.

POSEZENÍ S ATOM - ROCK

Sobota 9. 7. 2022, 17.00 hod., areál AVZO na Pískáči, vstupné dobrovolné

AVZO TŠČ zve všechny občany na hudební večer s rockovou kapelou ATOM - ROCK. Od 17:00 do 18:00 hod. bude hrát na bicí Matyáš Mareček, od 18:00 kapela ATOM-ROCK.

27. 7.

LETNÍ KINO: PO ČEM MUŽI TOUŽÍ 2

Středa 27. 7. 2022, 20.50 hod., zahrada KD,

vstupné 100,- Kč. Česko / Komedie / 95 min.

Režie: Rudolf Havlík **Hrají:** Jiří Langmajer, Marek Taclík, Anna Polívková, Tereza Kostková, Leoš Noha, Radek Holub a další

V prvním díle se Karel Král ocitl v ženském těle. V druhém díle poznáváme Irenu Kopáčovou, psycholožku, specialistku na partnerské vztahy. Irena dostává výpověď z nájemní smlouvy v domě, kde má ordinaci a vzápětí přistihne svého přítele při nevěře. Nejlepším lékem na životní trable je vyrazit s kamarádkou na víno. Kroky opilé Ireny následně vedou do stanu vědmy Zoltany, kde vysloví osudové přání: Chci být chlap! Ráno se Irena probudí a ocitne se v podobné situaci jako Karel Král. Je v těle, které nenávidí, ale poté, co opadne prvotní šok, má možnost zjistit, jací muži vlastně doopravdy jsou...



13. 8.

SOUTĚŽ VE VAŘENÍ GULÁŠŮ

Sobota 13. 8. 2022, 10.00 hod., areál AVZO na Pískáči



Příhlášky a podmínky soutěže jsou k nahlédnutí a podepsání ve stánku s občerstvením na Pískáči. Ukončení přihlášek je 6. 8. Sraz účastníků bude na Pískáči v 10.00 hodin. Případné dotazy vám zodpovíme na tel. čísle 728 683 827.

Upozorňujeme, že možná změna v čase startu je vyhrazena. Občerstvení zajištěno po celou dobu soutěže.

Srdečně zvou pořadatelé AVZO TŠČ Postřelmov p.s.

17. 8.

LETNÍ KINO: SRDCE NA DLANI

Středa 17. 8. 2022, 20.20 hod., zahra-

da KD, vstupné 100,- Kč

Česko, 2022, komedie, 95 min. Režie: Martin Horský **Hrají:** Vladimír Polívka, Eliška Balzerová, Matouš Ruml, Jana Pidrmanová, Boleslav Polívka a další

Komedie od tvůrců hitu ŽENY V BĚHU. Láska se na věk nebo na místo neohlíží. Nikdy nevíme, kdy a kde nás potká. Můžeme se zamilovat ve školce, v důchodu, na ulici, v parku. Kdykoliv a kdekoliv. Láska přináší do životů našich hrdinů naději a krásu, ale i komplikace a překážky, které budou muset s úsměvem a dobrou vůlí překonat.



SRDCE NA DLANI

KOMEDIE OD TVŮRČŮ HITU 'ŽENY V BĚHU'



28. 8.

VERNISÁŽ VÝSTAVY: LIBUŠE STRACHOTOVÁ – ZLATÉ RUCE UMĚLECKÉ VYŠÍVAČKY

Neděle 28. 8. 2022, 16.00 hod., KD, Minigalerie Na Verandě



Na výstavě uvidíte ručně vyšívané prapory, vlajky, znaky a stuhy. Mimo jiné se dozvíte o původu řemesla umělecké vyšívání a vývoji rodinné firmy L & L STRACHOTOVY. Výstava je uspořádána jako celoživotní dílo paní Libuše Strachotové.

V roce 1983 se vyučila ruční vyšívačkou na Škole uměleckých řemesel v Praze. Ačkoli oficiální živnostenské oprávnění na výrobu vyšívaných praporů a znaků získala v roce 1995, v oboru umělecké vyšívání začala podnikat už dříve, v roce 1989. Tomuto krásnému řemeslu se tedy od započetí učení oboru věnuje už přes 40 let. Zkušenosti a znalosti získané mnohaletou praxí využívá nejen při výrobě praporů, vlajek a znaků, ale také při výrobě replik starých praporů nebo při náročném restaurování poničených praporů.

Svoje umění předala svým dcerám Lucii a Michaelle. Spolu tedy tvoří matka a dvě dcery VYŠÍVAČSKÉ TRIO rodinné firmy L & L STRACHOTOVY. Do současné doby v jejich dílně zhotovily přes 2 000 praporů, vlajek, znaků a stuh pro města, obce, hasičské sbory, policii, armádu, školy, sportovní kluby, zájmové organizace, spolky a církve. *Výstava potrvá do 6. 10. 2022*

»»» Připravujeme »»» ZÁVODY KOLOBĚŽEK

Sobota 3. 9. 2022, 14.00 hod., areál KD, startovné 30,- Kč (v ceně špekáček)

Zúčastnit se mohou všichni od 3 do 15 let. Prezentace závodníků od 13.40 do 14.00 hod. Povolený závodní prostředek: odrážedla, koloběžky a kolečkové brusle.

Kategorie: Budulínci 0 – 3 roky, I. kategorie 4 – 6 let, II. kategorie 7 – 10 let, III. kategorie 11 – 14 let. **PŘILBA PRO DĚTI POVINNÁ!**

KAPELLKA Z KAMENCE POD VTÁČNIKOM - KONCERT

Sobota 3. 9. 2022, 18.00 hod., areál KD

Srdečně zveme všechny občany na koncert skupiny KAPELLKA. Občerstvení zajištěno.



KULTURNÍ DŮM

• DOVOLENÁ V KANCELÁŘI KD BĚHEM LETNÍCH PRÁZDNIN

2. 7. – 10. 7., 29. 7. – 7. 8. a 11. 8. – 14. 8. 2022

• VÝLET PRO DĚTI DO LIPOVÉ LÁZNĚ

Na středu **13. 7. 2022** plánujeme jako každý rok výlet pro děti. Tentokrát máme na programu výlet do soukromého **ZOO FAUNAPARKU + návštěvu Jeskyní Na Pomezí**.

Cena výletu 350,- Kč. Informace na plakátech a v kanceláři KD. Kontakt 607 504 949.

• PŘIHLÁŠKY DO KROUŽKŮ A KURZŮ

Od 15. 8. 2022 je možno si vyzvednout v kulturním domě přihlášky do zájmových kroužků a kurzů. Přednost mají stálí účastníci. Bližší informace najdete ve vývěsních skříních kulturního domu.

• TANEČNÍ PRO DOSPĚLÉ

Zdá se, že do zimy je daleko. Nicméně již během léta potřebujeme zjistit předběžný zájem o případný kurz tance pro dospělé. To proto, že lektori jsou hodně vytížení a potřebujeme utrhnout termíny pro Postřelmov. Tak neváhejte a ozvěte se již během léta.

» Ohlédnutí »

INTRO SHOW 2022

V neděli 12. června 2022 proběhlo představení tanečního souboru Intro Postřelmov s názvem Intro show 2022. Divákům se představili nejen tanečníci Intra a MiniIntra, ale i jejich hosté, mezi něž patřil Tancák Šumperk, Klub sportovního tance Quick Olomouc a děti ze třídy Zajíčci z naší mateřské školy. Pořadem provázeli zkušení moderátoři Honza Hajduk a Danek Hlavatý. Taneční odpoledne potěšilo mnoho diváků, a ti potleskem nešetřili.

Tímto bych velmi ráda poděkovala všem, kteří se na pořadu podíleli. Bylo to skvělé, díky!

Lenka Hajduková



KONCERT KPH - MUCHA TRIO

Housle Ludmily Pavlové, klarinet Anny Paulové a klavír Johanny Hanikové. Tři krásné hudební nástroje a tři mladičké a krásné umělkyně. Co si více přát. Snad jen abychom příště dostali koncert ve šňůře v pozdější hodině, protože v letním období je odpolední koncert na Postrělmováký moc brzy. Hudební seskupení pojmenované na počest Alfonse Muchy připravilo pro příznivce kvalitní hudby skvělý zážitek. Mladé umělkyně jsou mezinárodně úspěšné a mohou být pro žáky



hudebních kurzů skvělou motivací. Proto v budoucnu s radostí přivítáme mezi diváky také žáky hudebních kurzů. (Z. H.)

POCTA OBLÍBENÝM UČITELŮM

Společná fotka absolventů hudebních kurzů manželů Kunštátských v rozkvetlé zahradě bude určitě krásnou vzpomínkou na dojemný podvečer. Pro Kunštátské bylo velkým překvapením, kolik absol-

ventů přijelo z daleka a odvážilo se svým oblíbeným učitelům zahrát pro radost. Spoustu hezkých slov a hodně radosti. Zkrátka milé odpoledne.

(Z. H.)



BESÍDKA ŽÁKŮ KATEŘINY MORÁVKOVÉ

Také besídka žáků Kateřiny Morávkové se stala hezkým uzavřením náročného školního roku.

Celou besídku, stejně jako koncert pro Kunštátské, skvěle moderovala Sophia Blaháčková. (Z. H.)



VÍTÁNÍ OBČÁNKŮ - 29. 5. 2022



Izabela Gintherová, Adam Hlavatý, Elena Dvořáková, Mia Heglas, Artur Příbyl, Barbora Rýznarová, Marie Navrátilová, Jana Drábková, Hana Provazníková, Jakub Dolák, Adéla Sofie Skrottová, Anna Marie Světlíková.

POHÁDKOVÝ LES

Ve druhém červnovém víkendu se opět konal tradiční pohádkový les. Počasí vyšlo nádherně. Po projití peklem byla první pohádka *Sněhurka a sedm trpaslíků*. Následoval *Otesánek*, pak oblíbená *Chaloupka baby Jagy*, *Pindruše*, *Hledá se Nemo*, *létající čarodějnice* a nakonec *Krconošská pohádka*. Velké díky všem dobrovolníkům, kteří se přidali a vytvořili opravdu pohádkovou procházku.

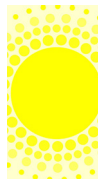
Markovice Postřelmov



KNIHOVNA



OTEVÍRACÍ DOBA: **PONĚLÍ:** 9.00 – 12.00 hod., **ÚTERÝ:** 13.00 – 19.00 hod., **ČTVRTEK:** 13.00 – 18.00 hod. **KONTAKTY:** tel: 588 881 765, 774 878 441
e-mail: knihovna@postrelmov.cz, web: www.postrelmov.knihovna.cz



PROVOZ KNIHOVNY O LETNÍCH PRÁZDNINÁCH:

4. 7. – 6. 7.	– zavřeno	1. 8. – 12. 8.	– zavřeno
7. 7.	– otevřeno	15. 8. – 19. 8.	– otevřeno
11. 7. – 15. 7.	– zavřeno	22. 8. – 26. 8.	– zavřeno
18. 7. – 29. 7.	– otevřeno	29. 8. – 2. 9.	– otevřeno

Knihovna přeje
všem čtenářům
krásné léto!

MATEŘSKÁ ŠKOLA

• PRADĚDOVO MUZEUM

20. 5. se vydala třída **Žabiček** na školní výlet do Pradědova muzea, kde děti po celou dobu provázel výukový program: „Malý cestovatel“. Děti získaly základní informace o čtení v mapách, co je důležité mít s sebou při cestování a jak se chovat v lese. Po výukovém programu ještě děti navštívily hernu, kde jim byla k dispozici spousta zajímavých hraček. To nejlepší nakonec bylo na dětském přírodním hřišti, kde se děti mohly doslova vyřádit u vodních potůčků. ☺

• PŘEDŠKOLÁCI V Ž

V úterý 24.5. se předškoláci ze školky vypravili na návštěvu školy za svými kamarády - prvňáčky. Moc se těšili a od rána nemluvili o ničem jiném, než jaké to v té velké škole bude. A návštěva splnila jejich očekávání. Paní učitelka Ivana Kolčavová s dětmi připravila vyučovací hodinu plnou básniček, písniček, pohádek, hádanek, písniček a jiných zajímavostí, takže čas plynul ve velice dobré náladě a všichni se najed-



nou divili, že „UŽ ZVONÍ!“ Na závěr si děti vzájemně předaly dárečky a předškoláci díky prvňáčkům odcházeli s pocitem, že ve škole je to prima.





• DĚTSKÝ DEN SE SOKOLEM

V úterý dne 31. 5. proběhl na zahradě MŠ dětský den spojený s ukončením projektu *Se sokolem do života*. Děti si zasoutěžily ve dvojicích v jízdě na koloběžkách nebo odrážedlech, skákaly v pytli, házely na cíl, prošly si opičí dráhou a mnoho dalšího. Nakonec se konala diskotéka, kde si všichni zatančili a na každého čekala studená sladká odměna a krásná medaile. Den plný her jsme si moc užili.

Letos jsme úspěšně dokončili 5. ročník projektu *Se sokolem do života, aneb svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky*, díky kterému děti měly možnost vnímat pohyb jako přirozenou součást svého života. Po celý rok děti cvičením provázely postavičky zvířátek, se kterými bylo cvičení zábavné, a o to větší byla motivace pro splnění úkolů a nalepení samolepek do svých sešitů. Děti sportovaly celý rok poctivě, a proto je čekají odměny v podobě diplomů a medailí.

• NÁVŠTĚVA POSTŘELMOVSKÝCH HASIČŮ

3. 6. navštívily postřelmovské hasiče děti z *Myšiček*. Zástupci místních dobrovolných hasičů pod vedením pana Tomáše Höniga dětem ukázali svůj



vozový park. Vysvětlili význam a náplň práce dobrovolných hasičů, seznámili je s výstrojí, oděvem, náradím a pomůckami správného hasiče. Na závěr dětem „zahoukali“ na cestu. Děkujeme všem hasičům za ochotu a vstřícnost, se kterou děti přijali.



• MĚSTSKÁ POLICIE ZÁBŘEH V JEŽEČÍCH

6. června navštívila děti ze třídy **Ježečků** Městská policie Zábřeh. Pro děti si připravila naučné povídání o své profesi. Děti se strážníky upevňovali vědomosti o bezpečné chůzi a při jízdě na vozovce. Nezapomnělo se na ochranné reflexní prvky a povinné vybavení cyklistů. Na děti čekala i ukázka policejního vozu. Na závěr si strážníci připravili pro děti překvapení – jízdu v policejním autě po areálu zahrady MŠ. Pro děti to byl nezapomenutelný zážitek a doufáme, že se v takovém autě projely naposledy.



• VÝLET DO ÚEV MLADOŇOV

Třídy **Ježečků** a **Zajíčků** se vydaly 9. 6. na výlet do Ústavu Ekologického Vzdělávání Mladoňov. Pro děti byl připraven program na téma *les*. Počasí nám moc nepřálo, tak se program musel přesunout do vnitřních prostor. Nám to ale nevadilo, protože pedagogové volného času dokázali přizpůsobit program počasí. Děti si upevňovaly vědomosti o lesních zvířatech žijících v ČR, vyrobily si medaile a zahrály pohybové hry. Nakonec se počasí umoudřilo a děti prozkoumaly okolí environmentálního centra. Dětem se výlet moc líbil a doufáme, že toto místo opět navštívíme.



• SLAVNOSTNÍ PASOVÁNÍ ŠKOLÁKŮ

„Něco nám začíná a něco končí, tak je to každý rok, děti se loučí...“ – takto si zanovali malí předškoláčky v pondělí 20. 6. v tělocvičně, kde se loučili se školkou.

A my jim přejeme, aby v září vykročili pravou nohou, aby se jim ve škole líbilo a hlavně aby zůstali dobrými kamarády, tak jako byli ve školce. Krásné prázdniny plné pohody a sluníčka!
(K. J.)



DODATEČNÝ ZÁPIS V MŠ

V první řadě moc děkuji zřizovateli školky – obci Postřelmov za vstřícné kroky k tomu, aby byla rekonstrukce bývalých prostor jeslí dokončena a předána uživateli – mateřské škole.

Tím můžeme navýšit kapacitu dětí, vyhovět rodičům nepřijatých dětí k předškolnímu vzdělávání a v neposlední řadě zlepšit služby školy. Po kolaudaci a vyřízení nutných legislativních změn v rejstříku škol a školských zařízení (v období měsíce července) plánujeme

v první polovině měsíce srpna dodatečný zápis.

Prosím, sledujte na webové stránce naší školy www.mspostrelmov.cz informace k termínu dodatečného zápisu. Taktéž budou vyvěšeny plakáty na běžných místech v obci.

Děkuji všem zaměstnancům školky za vzájemnou spolupráci, přeji jim pěknou dovolenou, dětem hezké prázdniny a těšíme se na zahájení školního roku 2022 - 2023 v našich nových prostorách.

Bc. Ivana Vyhnanáková, ředitelka školy

ZÁKLADNÍ ŠKOLA

Tentokrát začneme zprávou ze sportu. Jak jsme již informovali, žák 7. A **Martin Dvořák** postoupil do krajského kola finále **Odnaku všestrannosti olympijských vítězů** v Hranicích na Moravě, kde se umístil na krásném 11. místě! Blahopřejeme!



Ted' už bude téměř všechen text patřit toulkám po vlastech českých i moravských – **výlety, školy v přírodě...**

Třetáci si udělali výlet na **Doubravský dvůr** blízko Červenky. Prošli si s paní průvodkyní celý kravín, zjistili, jak se musí o krávy starat, připravili jim krmení, navštívili dojírnu... Na závěr byli odměněni domácí zmrzlinou.



Koncem května se do **Prahy** vypravili na **jednodenní výlet devátáci**. Je to skvělá parta a chtějí se ještě před tím, než opustí školní budovu, pořádně užít! Navštívili muzeum motýlů, prošli se historickým centrem hlavního města, projeli se staříčkou tramvají a radost si udělali drobnými nákupy.



Do **Prahy** vycestovali i **osmáci**. Těšili se převelice a zklamání určitě nebyli.

Muzeum smyslů, jump aréna, historické pamětihodnosti a pak Prašnou bránou hurá za nákupy, to musí být! Zábavy si užili dost a dost a také mají hezkou vzpomínku.



Jen nakouknout do světa techniky se vydaly i **děti z 1. a 2. třídy**. Ty nemusely nikam daleko, vše na ně čekalo v tělocvičně, kde probíhala **konstruktérská akademie**. Zaujaly je především velké modely letadel. Jejich pozornosti neunikli ani **hasiči** z místního SDH. Velice trpělivě a názorně těm nejmenším ukázali, co všechno práce hasiče obnáší a že je to často práce náročná a nebezpečná.



Začátkem června odjeli na školu v přírodě žáci **2. a 5. třídy**. Zavítali do stejné destinace – na chatu Brněnka ve **Vernířovicích**, ale jejich projekty se samozřejmě lišily vzhledem k věku školáků.

Druháčci se vypravili na **cestu kolem světa**, pátáci alespoň na chvíli byli **Robinsony na tajuplném ostrově**. Všechny dohromady spojovaly předem domluvené besedy, lekce muzikoterapie, bazén se slanou vodou, wellnes s vířivkou a především krásná příroda všude kolem.



Hned v dalším týdnu si pro nové zážitky jeli **prvňáčci**. Na své první škole v přírodě v **Janoušově** se stali skřítky, a to velice odvážnými! Téměř bez sliček zvládli stezku odvahy, neohroženě se pustili do hledání pokladu, sportovali, soutěžili... A k tomu jim pěkně hrálo sluníčko, které se týden předtím moc nepředvedlo.



Už bývá pravidlem, že žáci 2. stupně jezdí na výlety ve stejném termínu. Hned tři třídy – **6. A, 6. B a 7. B** odjely zjistit své vytrvalostní schopnosti do **Černého Potoka**, kde pro ně byl připraven program na téma „**Survivor – kdo přežije**“ inspirovaný známou televizní soutěží. Sportovních výzev bylo několik, ale asi nejtěžší byl úkol, kdy družstva musela v co nejkratším čase absolvovat náročnou trasu kolem tábora, často i vodou. Statečně zabojovali, a tak všichni (někteří i bez bot) doběhli zdárně do cíle!



Žáci 7. A chtěli prožít výlet uprostřed nádherné přírody Javornicka, konkrétně **Račího údolí** a jeho okolí. Zámek Jánský vrch, zřícenina Rychleby, Čertovy kaza-telny, Tančírna, tam všude zavítali, i když nohy trochu bolely... Odměnou pak byla zmrzlina a posezení u táboráku se špekáčkem ...





Žáci 8. A prožili svůj školní výlet na **Dolní Moravě**. Sotva si složili svá zavazadla na chatě Sněžník, vyrazili na nástupní stanici „Ski Bridge“, která je bránou na nejdelší visutý most pro pěší na světě! Téměř všichni se odhodlali ho přejít, a tak v nich zůstal nezapomenutelný pocit z doposud nepoznaného a zároveň krásného. Samotná procházka lesem kolem Moravy a pěší

túra k vodopádům na Hlubokém potoce už byly jen bonusem navíc.

No a naši **devátáci**? Jako školní „mazáci“ si troufli na **rafty**, v nichž projeli celé **Litovelské Pomoraví**, zapádlovali si i na mohelnickém bagru. Spali pod stany i v chatkách, v dešti i za sluníčka, ale nic jim jejich skvělou náladu nemohlo pokazit. Snad jen představa, že se budou muset



za pár týdnů rozejít... Ať se jim daří přeje třídní učitel Jiří Řmot i všichni ostatní!



Pod dohledem učitelů i zkušených pracovníků firmy Tydra si na raftech své vodácké schopnosti vyzkoušeli i **sedmáci** z „áčka“ i „béčka“. Nalodili se v Postřelmově, v Leštině se občerstvili a plavbu ukončili v Lukavici. Vlakem se pak s veselou náladou a plni dojmů vrátili domů.

Čtvrtáci měli svůj závěr školního roku „na pohodu“. Uspořádali si svoji „**Zahradní slavnost**“ v altánku, kde nechyběla muzika začínajících hudebníků ze třídy, zavítala mezi ně i paní učitelka z nauky a dokonce se i zpívalo. Povedenou a originální akci završil piknik v podobě štrúdlu a citronády, který na zahradní slavnost neodmyslitelně patří.



I když už učení v druhé polovině června za moc nestojí, určitě je čas alespoň na exkurzi. **Žáci 7. B** se vydali do Olomouce na **Přírodovědný jarmark** pořádaný Přírodovědeckou fakultou univerzity Palackého. Jarmark byl inspirovaný 200. výročím narození G. J. Mendela. V budově fakulty byly připraveny tři desítky stánovišť, kde mohli žáci provádět různé pokusy a experimenty.

A teď už jen - hurá na prázdniny! (I. P.)



Výsledky 15. ročníku sběru papíru za školní rok 2021/2022

TŘÍDY

1. 7. B 1995 kg / 133 kg / 1 žák
2. 1. A 2834 kg / 129 kg / 1 žák
3. 7. A 1517 kg / 80 kg / 1 žák

JEDNOTLIVCI

1. Jan Sedláček, 7. B 1421 kg
2. Anabela Vejnarová, 1. A 615 kg
3. Helena Budějovská, 7. A 462 kg

Ředitel školy Mgr. Michal Malík přeje všem žákům, učitelům i ostatním zaměstnancům zasloužený odpočinek v době letních prázdnin. Ať své volné dny prožijí v pohodě, ve zdraví a načerpají sílu pro školní rok nadcházející.



Každé povolání je potřebné a zajímavé. A pokud člověka baví, je to na výsledné práci vždy vidět. Jedním z lidí, kteří svou práci doslova žijí, je i **Mgr. PAVLA POPELKOVÁ**. Vždy jsem si myslela, že fyzioterapeutem by měl být silný a velký člověk. Ale Pavla, ač drobná mladá žena, toto dogma popírá, protože svoji práci dělá velmi dobře.



Proč jste se rozhodla právě pro fyzioterapii?

Já jsem k této práci měla poměrně jednoznačnou cestu. Asi ve třech letech jsem rodičům řekla, že budu lékařkou. Už jako malá jsem zkoumala atlasy o lidském těle. Nejvíce mě zajímaly svaly a vše, co se týká pohybového aparátu. V šesté třídě jsem šla na nižší gymnázium, kde jsem se dala přírodovědným směrem – mým nejoblíbenějším předmětem byla biologie.

Sportovala jste jako dítě ráda?

Jako malá ani ne, ale ve dvanácti letech se něco zlomilo a ze mě se stal velký sportovec. Nejvíce mě bavily míčové sporty. Ve čtrnácti letech jsem dokonce začala hrát závodně basketbal, i když výškově na to moc nevypadám. Hrála jsem za Šumperk. Měli jsme čtyřikrát týdně tréninky a bylo to hodně náročné. Zajímavé je, že jsem si nikdy nezahrála žádný zápas, protože jsem byla starší než dívky, se kterými jsem trénovala, tak jsem hrát nemohla. Ale jezdila jsem s nimi na zápasy i na soustředění. A už tenkrát se tam ze mě stal masér. Spoluhráčky ke mně začaly samy o sobě chodit a vyhledávaly moji pomoc. Tehdy jsem poprvé při přemýšlení nad vysokou školou začala uvažovat o fyzioterapii, i když jsem zatím pořádně nevěděla, co všechno to obsahuje.

Takže to byl ten důvod, proč jste si zvolila fyzioterapii jako povolání?

Ještě tam byl jeden důvod. Když jsem byla malá, tak mě bolela dost záda a záhy mi zjistili skoliózu páteře a já jsem se ocitla na rehabilitaci sama se sebou. Začala jsem cvičit a ještě více se o tu problematiku zajímat. No a když jsem podávala přihlášky na vysokou školu, tak jsem si vybrala medicínu a fyzioterapii. Úplně první přijímačky byly do Olomouce na Fakultu tělesné kultury Univerzity Palackého obor fyzioterapeut. Za týden mi přišlo vyrozumění, že mě přijali. Byl to jeden z nejšťastnějších dní mého života, protože výběr studentů byl velmi omezený – hlásilo se asi 400 uchazečů a vzali nás 25. Pak už jsem na žádné další přijímačky ani nejela.

Splnila škola Vaše očekávání?

Splnila a bylo to i nad očekávání. Zjistila jsem, že by medicína nebyla pro mě. Je to

invazivní obor a já těžko nesu každé narušení těla. Mám i několik velmi úspěšných spolužaček, což je důkazem kvality studia. Jedna třeba pracuje jako fyzioterapeut českého olympijského týmu.

Je důležité, aby měl fyzioterapeut velkou fyzickou konstituci? Vy sama toto všeobecné mínění popíráte.

Důležité to není. Důležité je respektovat svůj fyzický potenciál a zvolit si k němu vhodné metody fyzioterapie. Vzpomínám si, kolik síly jsem v terapii používala, když jsem začínala, a o kolik méně ji potřebuji dnes, abych dosáhla stejného a lepšího výsledku.

Co je pro vás při fyzioterapii nejdůležitější?

Nejdůležitější je správně určit klíčovou oblast, která vyvolává dané potíže v pohybovém aparátu. Nezbytná je znalost diferenciální diagnostiky, což znamená rozlišit, zda problém není projevem i jiné nemoci či poruchy mimo pohybový aparát. Když se vyloučí vše ostatní, tak se můžu plně věnovat fyzioterapii. Často se podílí na diferenciální rozvaze několik spolupracujících odborníků – například lékař, fyzioterapeut, psychoterapeut a další. Jednou se mi stal případ, kdy ke mně přišel pacient, který začal ze dne na den šilhat na jedno oko. Toto jsou případy, kdy je potřeba být obezřetný. Pacienta jsem ihned odeslala k očnímu odborníkovi, který potvrdil zhoubný nádor.

Jak dlouho pracujete jako fyzioterapeut?

Sedmnáct let. Fyzioterapie je poměrně mladý vysokoškolský obor. O rozvoj české fyzioterapie se zasloužil především Václav Vojta, Karel Lewit, Jan Jirout, Vladimír Janda a František Véle, kteří dali základ tzv. Pražské myoskeletální škole, jež je celosvětově uznávaná. Ze současných fyzioterapeutů věnujících se rozvoji obo-

ru je možno jmenovat prof. Pavla Koláře. Měla jsem štěstí a např. s prof. Pavlem Kolářem jsem se setkala osobně, a to jak v rámci studií na vysoké škole, tak později v rámci konzultace zdravotního stavu jednoho mého dětského klienta.

Je tento obor dál členěn?

Ano, tím, jak se fyzioterapie neustále vyvíjí, tak existují specializace. Existuje například gynekologická fyzioterapie, neurologická a další. Tyto specializace patří do celoživotního vzdělávání. Takže až po ukončení studia se můžete zaměřit na to, čemu se budete věnovat.

Na co se specializujete Vy?

To je věc, kterou už delší dobu řeším. Jsem všestranná a mám široký záběr. Ráda spolupracuji s různými odborníky (s lékaři ortopedy, s neurology, s praktickými lékaři nebo třeba s psychoterapeuty a s psychology). Můžu jen říct, že nějak přirozeně dobře pracuji s nervovým a oběhovým systémem. Jsem Vojta terapeut dětí i dospělých a také lymfoterapeut. Na jaře jsem úspěšně absolvovala kurz Clary Lewit (dcery Karla Lewita) s názvem Fyzioterapie funkce 1. Tento kurz mi umožnil ještě větší propojení souvislostí v rámci řeči těla, reakcí těla na podmínky a vnímání umístění těla v prostoru. V příštích letech mě čekají navazující části.



Nyní máte svoji ordinaci, ale vždy to tak nebylo. Kde jste získávala zkušenosti?

Ještě během školy jsem pracovala na rehabilitaci přímo na univerzitě. Měla jsem štěstí, protože toto pracoviště zaměstnává nejlepší studenty školy a ti už (pod dohledem pedagogů) pracují přímo s pacienty. Postupovali jsme tam přesně tak, jak to má být, a měli k dispozici velké množství různých přístrojů potřebných k fyzikální terapii. *(Pozn. fyzikální terapie je součástí fyzioterapie, využívající různé formy fyzikálních energií k léčbě a prevenci poruch převážně pohybového systému.)* V té době jsem získala opravdu cenné zkušenosti. Po ukončení školy jsem zůstala rok na univerzitě a učila jsem studenty. Cítila jsem, že mi k učení chybí praktické zkušenosti, tak jsem univerzitu opustila a nastoupila do nemocnice v Prostějově. Jak v Olomouci, tak v Prostějově jsem měla velké štěstí na vedení a kolegy.

Proč jste si otevřela ordinaci? Chtěla jste něco svého nebo pracovat s lidmi jinak než v nemocnici?

Z obou těchto důvodů. Zkušenosti, které jsem doposud načerpala v Olomouci a Prostějově, byly silně formativní na způsob mé práce a potřeby osobního rozvoje. Když jsem se vrátila domů, tak jsem nenašla pro sebe úplně to, co by mě profesionálně uspokojovalo. Když už jsem do práce nastoupila, tak jsem se snažila prosadit zlepšení a některé své nápady, a to se mnohdy nesetkalo s pochopením. A protože jsem tu práci chtěla dělat nejlíp jak umím, a podle sebe, tak mi vlastně nezbylo nic jiného, než jít cestou vlastní ordinace.

Přestože se Vám zatím nepodařilo sjednat si smlouvy s pojišťovnami, tak pacientů k Vám chodí hodně.

Bohu díky. Když jsem začínala, tak nás

tady v okolí bylo jen pár, kteří jsme pracovali za přímou platbu, a lidé na to nebyli zvyklí. Věřím, že každý máme své poslání, a že když jsme na tom správném místě, tak nám život přikrývá a otevírá ty správné dveře. Já si myslím, že na správném místě jsem. To mi dokazuje i skutečnost, že od počátku ordinaci pacienti navštěvují. Na druhou stranu cítím velkou zodpovědnost za výsledek terapie. A to je možná ten důvod, proč se neustále vzdělávám a hledám odpovědi a souvislosti.

Kolik času pacientům věnujete?

Na každého mám vyhrazenou hodinu, ale většinou se to protáhne i na hodinu a půl. Vzhledem k tomu, že jsem teď na mateřské dovolené, tak mám velmi málo času a nemohu se lidem věnovat tak, jak bych si přála. Ale kdo se chce uzdravit, tak dodržuje mé pokyny a cvičí sám doma, což pomáhá hodně.

Dá se říci, s jakým problémem k Vám nejčastěji lidé chodí?

Je to zvláštní, ale bývají to období různých problémů. Někdy je týden, kdy ke mně chodí lidé s bolavými lokty, jindy zase lidé s ústřely krku. Vůbec nevím, čím to je, ale je to velmi zajímavé. Terapie je pokaždé jiná. Co člověk, to jiná příčina a jiná léčba.

Mohla byste se s námi podělit o příklad z praxe?

Mohla, je poměrně čerstvý a ilustrativní. Volal mi pán s akutním ústřelem krku vpravo. Měl veliké bolesti a před sebou tenisový turnaj. Na začátku terapie si od pacienta odebírám celkovou anamnézu – úrazy, operace, hospitalizace, alergie, léky... Je toho hodně, co potřebuji o člověku vědět, abych mu mohla pomoci. Nebyly zde žádné zásadní informace, které by mohly situaci vyvolat. Byl to fyzicky velmi aktivní člověk. Z letního oblečení na mě vykukovala předloktí a lýtka, která se zdála vyformovaná sportem. Vyšetření

ve spodním prádle ale odhalilo velkou nerovnováhu jednotlivých částí těla co do svalového napětí i rozložení svalové hmoty. Tělo bylo nesourodé a jakoby na něj nic nefungovalo. Největší napětí se značilo z oblasti lýtek. Zjistila jsem, že se posledního půl roku léčil s úpornými bolestmi lýtek na rehabilitaci prostřednictvím pasivních procedur fyzikální terapie. A to byl ten problém. Napětí, které vzniklo v lýtkách, bylo původně psychické (pacient se před dvěma lety rozvedl). Psychické napětí se ukládá do dolních končetin, nejvíce do lýtek. Když mu bylo toto napětí sebráno pasivními procedurami, automaticky se přeneslo na horní část těla. Proč doprava, to je na delší vysvětlování. Nyní už jsem věděla, co mám dělat. Ale pokud bych to vše nerozkryla, neměla bych šanci mu pomoci. A i on se dozvěděl, co je třeba změnit. Odcházel ode mně úplně jiný člověk s bolestí o 70% menší.

Jde obecně říci, jak problému předejít?

To je těžké. Clara Lewit říká, že neexistují dva stejní lidé, a proto nelze určit obecnou příčinu nemoci. Tělo je vyjádřením děje, ve kterém se nacházíme. Vše je souhrn vlivů, který může problém u člověka odpálit, ale také nemusí. Zásadou je respektovat sám sebe a najít svoje srdce. Když najdete svoje nastavení a ukotvíte se v sebe sama, tak začnou věci proudit tak, jak mají – dobré přicházejí a špatné odcházejí. Tělo je geniální, a pokud najednou nefunguje jak má, děláme něco nevhodně pro nás nebo se nacházíme v nevhodném prostředí pro nás tady a teď. Tělo si žádá změnu. Je velmi důležité, abychom vnímali sebe sama. My jsme tak moc zahlceni různými vjemy a informacemi, že na sebe zapomínáme. Mnozí z nás žijí ve virtuálním světě, který odpojuje hlavu od těla, protože my ten děj sice prožíváme, ale pouze v hlavě, a tělo je zmatené, protože si myslí, že se to děje



doopravdy. Proto je třeba se hodně hýbat, abychom tělo zase spojili. Také otužování je skvělé, protože tělo potřebuje vzpružit a kůže je náš největší hmatový orgán. Ale vůbec největším balzámem a lékem pro tělo i duši je láskyplné pohlázení.

Jaký je to pocit jít třeba po ulici a vidět na lidech, co dělají při chůzi špatně, a nemoci jim poradit?

Je těžké z toho vlaku vystoupit a nevstupovat do toho, co mi nepřísluší. Ráda bych poradila, ale může to být vnímáno jako kritika. Musela jsem se naučit to tak brát. S tělem umím zacházet hezky, ale zacházet s lidskou duší se ještě učím. Důležité je neposuzovat, nehodnotit a nenechat se vtáhnout do děje.

Jak byste popsala vývoj oboru léčebné rehabilitace?

Rehabilitace vznikla původně pro lidi po úrazech a operacích. Za to, že mnohá těla dnes nefungují, za to může civilizovaná doba. Třeba artrózy jsou od nevhodné stravy a pohybu, stresy zase zeslabují imunitní systém a vyvolávají nepřiměřené napětí tkání. Pozitivní myšlenky nám stimulují dělení buněk, negativní myšlenky nám zastavují dělení buněk. Takže když chceme něco obnovit a dlouhodobě žijeme v nevhodných podmínkách, tak tělo nemůže správně fungovat.

Takže co byste lidem obecně poradila?

Nejdůležitější je péče o mysl. U žen pak

ještě péče o emoce. Nenechat se vtahovat do situací, které nejsou jejich, protože to pak dělá paseku. A samozřejmě dobrá strava, spánek a pohyb.

Když už máte tolik zkušeností, neplánujete se vrátit učit studenty?

To bych si moc přála, ale zatím to, vzhledem k věku mých dětí, nejde. Nechávám to uzrát. Loni jsem dokonce dostala nabídku učit na univerzitě v Ostravě, která mě moc potěšila.

Máte ordinaci v Zábřehu, ale budete se stěhovat do Postřelmová...

Je to tak a moc se na to těším. Jsem patriot a mým snem je vybudovat pro Postřelmováky hodně dobrou rehabilitaci. V září se proto stěhujeme do postřelmovského zdravotního střediska, budeme v místě bývalé dětské ordinace. Nebudu tam sama, ale budu tam mít dvě skvělé kolegyně.

Ráda bych se zeptala na Vaše záliby.

Fyzioterapie je tak provázána do mého života, že je i mým koníčkem. Ve volných chvílích se vzdělávám, absolvuji odborné kurzy a přednášky jak z oboru fyzioterapie, tak z oblasti psychologie či osobního rozvoje. Jinak miluji všestranný pohyb. Moc ráda běhám, tančím, chodím na túry do hor, hraji volejbal, tenis, jezdím na běžkách a na kole. Na kole mám dokonce projetou velkou část České republiky. Cítím, že při sportu ze mě všechno spadne a vyčistí se mi hlava. Mimo sport velmi ráda zahradničím, ale na nic z toho teď nemám moc prostoru. V současné době téměř všechen čas věnuji rodině. Nejvíce ze všeho se těším z toho, když jsme všichni pohromadě. Sport se zlehka promítá do našeho společného života v podobě, aby mohli být všichni přítomni, takže se třeba jedeme všichni projet na kole.

Děkuji Vám za rozhovor. (P. B.)



Hledejte slova: AUTOMAT, BASY, BÝK, BYLINA, CANDÁT, CELEK, CEP, CÍL, DOPRAVA, DÝNĚ, ČLOVĚK, EBEN, GARDA, HRANICE, KLIK, KLY, KOLAPS, KOLESO, KOPR, KOST,

A	E	C	I	N	A	R	H	A	N	I	L	Y	B	M
U	L	S	K	O	L	A	P	S	K	O	K	V	A	Ě
T	J	Ů	L	O	D	Ě	S	P	Ý	Y	S	A	B	S
O	A	S	K	R	O	J	E	K	T	R	Z	Ý	O	Í
M	O	A	A	Á	V	Č	L	O	V	Ě	K	E	S	C
A	J	G	N	A	E	I	E	P	A	E	C	V	O	P
T	N	P	Z	N	K	T	O	R	L	A	A	L	N	O
A	T	A	Í	A	A	S	R	E	V	Z	S	A	P	R
V	L	R	CH	T	T	O	C	O	Y	E	L	K	E	T
A	A	T	S	O	V	K	Í	D	V	Ě	N	E	C	S
R	S	A	J	A	N	L	L	L	N	E	B	E	O	H
P	M	Á	L	A	S	T	Á	T	Á	D	N	A	C	A
O	Í	Z	S	CH	O	D	Ý	N	Ě	R	O	Č	I	T
D	R	O	V	Á	Y	L	K	N	N	O	T	Y	A	O
M	O	S	T	Í	Ř	E	P	O	S	E	L	O	K	P

KŮL, KYZ, LAVOR, LODĚ, LOKAJ, LŮJ, MAST, MĚSÍC, MOST, NOTY, OČI, OVACE, OVCE, OSLO, OSOBA, PARTA, PEČENÍ, PEŘÍ, POSTOJ, POTAH, SALÁM, SELE, SCHOD, SKOK, SKROJEK, SMÍR, SOKL, STÁT, STROP, SVAZY, SÝR, TRS, VEKA, VESLO, VĚNEC, VLÁDY, VLAK, VAZAL, VOR, ZNAK.

Minulá tajenka: SVATÝ JAN, MLÉKA DŽBÁN

V červnu se posledními zápasy dohrály všechny soutěže fotbalového ročníku 21/22.

Výsledky utkání našich mužstev odehraných v červnu a konečné tabulky:

MUŽI A – KRAJSKÝ PŘEBOR I. A TŘÍDA, SKUPINA A:

Postřelmov – Konice 2 : 1 (*Dvořák, Nýdecký*)

Olešnice – Postřelmov 0 : 2 (*Kuruc, Picka*)

Náměšť na Hané – Postřelmov 6 : 1 (*Dvořák*)

1.	Konice	26	22	0	0	4	92 : 17	66
2.	Olešnice	26	15	2	4	5	83 : 36	53
3.	Maletín	26	14	3	2	7	69 : 52	50
4.	Chválkovice	26	14	1	4	7	71 : 36	48
5.	Bělkovice-Lašťany	26	9	5	4	8	46 : 53	41
6.	Postřelmov	26	12	1	1	12	48 : 52	39
7.	Troubelice	26	10	3	3	10	50 : 43	39
8.	Lesnice	26	10	2	2	12	51 : 61	36
9.	Loštice	26	9	3	2	12	48 : 56	35
10.	Paseka	26	8	3	3	12	56 : 60	33
11.	Chomoutov	26	7	3	4	12	36 : 66	31
12.	Náměšť na Hané	26	8	2	2	14	58 : 80	30
13.	Česká Ves	26	6	3	1	16	36 : 95	25
14.	Bohdíkov	26	3	4	3	16	25 : 62	20

MUŽI B OKRESNÍ PŘEBOR III. TŘÍDA, SKUPINA B:

Postřelmov – Zábřeh B 2 : 1 (*Nýdecký, Vepřek*)

Lukavice – Postřelmov 0 : 6 (*Holan 4, Minář, Wiesner*)

Postřelmov – Loštice C 7 : 4 (*Drobilič 2, Holan 2, Panák O., Vepřek, Winkler*)

1.	Zábřeh B	24	22	0	0	2	133 : 21	66
2.	Postřelmov	24	18	1	0	5	78 : 37	56
3.	Libivá	24	13	2	4	5	82 : 46	47
4.	Palonín	24	12	2	1	9	63 : 52	41
5.	Moravičany	24	12	0	3	9	55 : 43	39
6.	Podolí	24	9	2	0	13	48 : 68	31
7.	Loštice C	24	7	0	0	17	57 : 78	21
8.	Krchleby	24	4	3	0	17	28 : 115	18
9.	Lukavice	24	1	0	2	23	18 : 102	5

STARŠÍ PŘÍPRAVKA OKRESNÍ PŘEBOR ZLATÁ SKUPINA:

Postřelmov – Zábřeh	2 : 11 (<i>Trepáč, vlastní</i>)
Lesnice – Postřelmov	5 : 4 (<i>Drobilič, Miller L., Trepáč, Vaněk</i>)
Velké Losiny – Postřelmov	6 : 3 (<i>Dušek, Miller L., Vaněk</i>)
Postřelmov – Nový Malín	2 : 1 (<i>Trepáč 2</i>)

1.	Zábřeh	14	11	0	0	3	129 : 63	33
2.	Mohelnice	14	9	2	0	3	109 : 75	31
3.	Nový Malín	14	9	1	1	4	96 : 35	30
4.	Velké Losiny	14	6	1	1	6	84 : 81	21
5.	Štítý	14	5	1	1	7	92 : 107	18
6.	Vikýřovice	14	5	1	1	7	39 : 50	18
7.	Postřelmov	14	4	0	1	9	37 : 85	13
8.	Lesnice	14	1	0	1	12	52 : 142	4

MLADŠÍ PŘÍPRAVKA OKRESNÍ PŘEBOR ZLATÁ SKUPINA:

Postřelmov – Šumperk A	8 : 21 (<i>Vepřek 6, Kolář 2</i>)
Postřelmov – Staré Město	5 : 7 (<i>Vepřek 4, Adam</i>)
Nový Malín – Postřelmov	7 : 10 (<i>Vepřek 5, Adam 2, Havlas, Naj, Kuruc</i>)
Mohelnice – Postřelmov	6 : 2 (<i>Vepřek 2</i>)
Štítý – Postřelmov	9 : 7 (<i>Vepřek 2, Adam, Kobza, Kolář, Picka, Vodehnal</i>)

1.	Šumperk A	12	11	0	0	1	175 : 77	33
2.	Zábřeh	12	9	0	1	2	145 : 62	28
3.	Štítý	12	6	0	0	6	94 : 101	18
4.	Staré Město	12	6	0	0	6	77 : 100	18
5.	Mohelnice	12	5	1	0	6	95 : 112	17
6.	Postřelmov	12	3	0	0	9	69 : 135	9
7.	Nový Malín	12	1	0	0	12	69 : 137	3

FOTBALOVÁ SOBOTA – PŘÍMÝ PŘENOS ČESKÉ TELEVIZE

Na sobotu **30. 7. 2022** připravujeme pro příznivce kopané fotbalové odpoledne.

Ve 13.00 hodin se v přípravném utkání představí mužstvo mužů. Potom bude hrací plocha patřit žákovským přípravkám. Vyvrcholením fotbalového odpoledne bude v 16,30 hod. finálový zápas okresního poháru mezi mužstvy Rapotín B a Oskava. Toto utkání bude v přímém přenosu vysílat Česká televize.

(J. N.)

Děkujeme všem hráčům, trenérům a funkcionářům za odvedenou práci ve skončeném soutěžním ročníku. Zvláště děkujeme všem dobrovolníkům za pomoc při organizaci utkání na domácím stadionu. Vedení fotbalového oddílu

Hráči, trenéři a funkcionáři děkují všem divákům za přízeň.

TJ POSTŘELMOV – ODDÍL FLORBALU

MLADŠÍ ŽÁCI ZÁBŘEŽSKÁ FLORBALOVÁ LIGA

Sobota 21. 5. 2022 v Postřelmově

WORMS POSTŘELMOV – ÚDOLÍ DESNÉ 1 : 3

Branky: Novotný. Asistence: Vašíček

WORMS POSTŘELMOV – HOLKY Z ÚDOLÍ 11 : 1

Branky: Vašíček 3, Brauner 3, Krmelová 3, Slezák, Novotný

Asistence: Brauner 4, Novotný 2, Kulík, Vašíček

Kanadské bodování WORMS POSTŘELMOV mladší žáci - body

1. Vašíček Patrik – 14, Brauner Filip – 14

2. Krmelová Monika – 10

3. Novotný David – 8, Ōszi Tomáš – 8

KONEČNÁ TABULKA MLADŠÍ ŽÁCI

23. ZFL	Kluci z Údolí	TJ Sokol Zábřeh	Holky z Údolí	FbC Víkřovice	TJ Sokol Dubicko	Worms Postřelmo v	zápasy			Body	Skóre	Pořadí	
							odehrán	výhra	remíza				
Kluci z Údolí		7 : 1 6 : 2	11 : 0 8 : 0	9 : 1 7 : 0	4 : 0 7 : 3	6 : 1 3 : 1	10	10	0	0	30	68 : 9	1.
TJ Sokol Zábřeh	1 : 7 2 : 6		6 : 1 9 : 1	6 : 2 4 : 2	7 : 5 14 : 4	1 : 3 5 : 3	10	7	0	3	21	55 : 34	2.
Holky z Údolí	0 : 11 0 : 8	1 : 6 1 : 9		1 : 6 3 : 5	3 : 4 5 : 5	1 : 9 1 : 11	10	0	1	9	1	16 : 74	6.
FbC Víkřovice	1 : 9 0 : 7	2 : 6 2 : 4	6 : 1 5 : 3		7 : 0 0 : 0	2 : 4 3 : 4	10	3	1	6	10	28 : 38	4
TJ Sokol Dubicko	2 : 4 3 : 7	5 : 7 4 : 14	4 : 3 5 : 5	0 : 7 0 : 0		1 : 5 3 : 4	10	1	2	7	5	27 : 56	5.
Worms Postřelmov	1 : 6 1 : 3	3 : 1 3 : 5	11 : 1 1 : 1	4 : 2 4 : 3	5 : 1 4 : 3		10	7	0	3	21	45 : 26	3.



SESTAVA: dolní řada: Krobot, Tran, Horníček, Belko, Kulík, Slezák, Šimek. Horní řada: Ōszi, Novotný, Vašíček, Krmelová, Fišnar, Brauner, Matýsek

STARŠÍ ŽÁCI ZÁBŘEŽSKÁ FLORBALOVÁ LIGA

Sobota 21. 5. 2022 v Postřelmově

WORMS POSTŘELMOV – SOKOL ZÁBŘEH 3 : 2

Branky: Novotný, Petr, Bláha. Asistence: Hoždřora, Aust, Skřipčik

WORMS POSTŘELMOV – OREL TROUBELICE 5 : 6

Branky: Bláha 3, Hoždřora, Petr. Asistence: Hoždřora 2, Novotný, Bláha, Aust

Kanadské bodování WORMS POSTŘELMOV starší žáci - body

1. Novotný Matěj – 21

2. Petřík Tadeáš – 17

3. Straka Štěpán – 11

KONEČNÁ TABULKA STARŠÍ ŽÁCI

23. ZFL	TJ Sokol Zábřeh	Údolí Desné	TJ Orel Troubelice	TJ Sokol Velké Losiny	FbC Vikyřovice	Worms Postřelmov	zápasy				Body	Skóre	Pořadí
							odehrán	výhra	remiza	prohra			
TJ Sokol Zábřeh		2 : 4 1 : 3	4 : 4 4 : 4	4 : 3 5 : 5	6 : 1 2 : 2	2 : 6 2 : 3	10	2	4	4	10	32 : 35	5.
Údolí Desné	4 : 2 3 : 1		1 : 0 4 : 3	8 : 1 3 : 0	0 : 1 4 : 0	0 : 4 2 : 3	10	7	0	3	21	29 : 15	2.
TJ Orel Troubelice	4 : 4 4 : 4	0 : 1 3 : 4		7 : 2 5 : 2	2 : 0 1 : 0	3 : 5 6 : 5	10	5	2	3	17	35 : 27	3.
TJ Sokol Velké Losiny	3 : 4 5 : 5	1 : 8 0 : 3	2 : 7 2 : 5		2 : 5 2 : 5	2 : 11 0 : 14	10	0	1	9	1	19 : 67	6.
FbC Vikyřovice	1 : 6 2 : 2	1 : 0 0 : 4	0 : 2 0 : 1	5 : 2 5 : 2		3 : 3 1 : 7	10	3	2	5	11	18 : 29	4.
Worms Postřelmov	6 : 2 3 : 2	4 : 0 3 : 2	5 : 3 5 : 6	11 : 2 14 : 0	3 : 3 7 : 1		10	8	1	1	25	61 : 21	1.



SESTAVA: horní řada: Petřík, Hoždřora, Straka, Skřipčik, Beneš, Petr, Novotný, Schwarzer.
Dolní řada: Juránek, Zemánek

PROVOZ OBECNÍHO ÚŘADU

ÚŘEDNÍ HODINY: PONDĚLÍ A STŘEDA 8.00 – 11.30 HOD. A 12.30 – 17.00 HOD.

V ostatní dny kontaktujte konkrétního pracovníka obce a domluvte si schůzku.

KONTAKTY

OBECNÍ ÚŘAD	tel. 583 480 711	www.postrelmov.cz
ZÁKLADNÍ ŠKOLA	tel. 583 437 095	www.zspostrelmov.cz
MATEŘSKÁ ŠKOLA	tel. 583 437 094	www.skolka.postrelmov.org
KULTURNÍ DŮM	tel. 607 504 949	www.kulturak.postrelmov.org
KNIHOVNA	tel. 774 878 441	www.postrelmov.knihovna.cz
TĚLOCVIČNA	tel. 725 060 628	www.sport.postrelmov.org
SPORTOVNÍ AREÁL	tel. 774 158 025	
PENZION U LÍPY	tel. 725 060 625	www.penzion.postrelmov.org

KONTAKTY NA ZAMĚSTNANCE OBECNÍHO ÚŘADU:

Ing. Jiří Pumpřla, starosta		583 480 711,	724 183 457
Jindřiška Bartošová, pokladna		583 480 712,	725 060 620
Ing. Jaroslava Jeřábková, ŽP a úsek dopravy		583 480 713,	725 060 621
Luděk Nevoral, věci majetkoprávní		583 480 714,	725 060 623
Ing. Daniela Sonntágová, ekonomika		583 480 716,	725 060 624
Marie Sobotková, účetnictví		583 480 716,	774 483 886
Jana Kolářová, matrika		583 480 717,	725 060 622
Miroslav Vlášcel, správa majetku a kotelen		583 480 718,	724 183 458

Číslo účtu obce Postřelmov: 1905697329/0800

HLÁŠENÍ PORUCH – vakuová kanalizace – 607 892 490

HLÁŠENÍ PORUCH – dodávka tepla a TUV z kotelen Nová a Závořická – 721 747 718

MĚSTSKÁ POLICIE ZÁBŘEH – 737 518 492

VELITEL HASIČŮ POSTŘELMOV (Mgr. Libor Sedlařík) – 602 286 235

Střela: měsíčník, vydává obec Postřelmov, Komenského 193, 789 69 Postřelmov, IČ 00303232. 7/8. číslo vydáno v Postřelmově 30. 6. 2022. Šéfredaktor: Petra Balcárková, redakční rada: Luděk Nevoral, Iveta Petříková, Mirka Nezbedová. Dopisovatelé: P. B. (Petra Balcárková), Z. H. (Zdena Hrachovinová), I. P. (Iveta Petříková), K. J. (Kristýna Jašková), P. H. (Pavel Holík), J. N. (Jaroslav Nimrichtr). Úvodní foto: Jiří Švub. Ilustrační foto: Petra Balcárková, Lucie Laštůvková, Viktor Činka, Kristýna Jašková, Pavel Holík, archiv Pavly Popelkové, archiv Střely. Uzávěrka příspěvků: 20. den předcházejícího měsíce. Periodický tisk územně správního celku. Střelu lze prohlížet v elektronické podobě na www.postrelmov.cz; připomínky a náměty zasílejte na: strela@postrelmov.cz nebo na OÚ Postřelmov; archiv Střely na www.postrelmov.cz. Za nepodepsané články odpovídá redakce. MK ČR 10302, určeno občanům obce Postřelmov.